

**Plan de Intervención Psicosocial para optimizar la calidad de vida de adultos mayores que se dedican a la labor del reciclaje en el barrio Henequén en la ciudad de Cartagena**

Wendy Milena Díaz Díaz

Asesor

Luis Guillermo Monsalve Jimenez

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades ECSAH

Maestría en Psicología Comunitaria

2025

## Resumen

En el presente proyecto, tiene como finalidad, el diseño de un plan de intervención psicosocial en el que se implementan estrategias que permiten mejorar la calidad de vida de los adultos mayores que se dedican a la labor del reciclaje en el barrio henequén de la ciudad de Cartagena. El reciclaje como oficio es una actividad que día a día se hace necesaria e imprescindible para poder contrarrestar el impacto que ha generado el acelerado consumismo y los procesos de globalización en el planeta. Sin embargo, es una labor subvalorada para aquellos que se dedican a ella por completo, quienes, de hecho, generalmente son ignorados por las políticas públicas a nivel nacional y mundial.

Sustentada en lo anterior se justifica la pertinencia del proyecto aplicado; parte del resultado de un trabajo realizado un proyecto de grado de una estudiante de pregrado, que logró identificar la necesidad de intervención urgente en esta población para contribuir a la búsqueda de escenarios y alternativas que propicien el reciclaje como una actividad necesaria para la sostenibilidad y que además, específicamente en este proyecto, permita a los recicladores adultos mayores del barrio Henequén de Cartagena mejorar su calidad de vida de forma integral, mirando más allá de su situación de pobreza, y comenzar a vivenciar oportunidades de crecimiento desarrollo personal y social.

***Palabras clave:*** Reciclaje, Calidad de vida, Adulto mayor, Intervención psicosocial, Vulnerabilidad.

### **Abstract**

In the present project, the purpose is to design a psychosocial intervention plan that implements strategies aimed at improving the quality of life of older adults who work in recycling in the Henequén neighborhood of the city of Cartagena. Recycling as an occupation is an activity that has become increasingly necessary and essential to counteract the impact generated by accelerated consumerism and globalization processes on the planet. However, it is an undervalued job for those who fully dedicate themselves to it, who are often ignored by public policies at both national and global levels.

Based on the above, the relevance of the applied project is justified; it stems from the results of an undergraduate student's research project that identified the urgent need for intervention in this population, in order to contribute to the search for scenarios and alternatives that promote recycling as an activity necessary for sustainability. Moreover, in this specific project, the goal is to enable older adult recyclers in the Henequén neighborhood of Cartagena to improve their quality of life in a comprehensive manner, looking beyond their situation of poverty and beginning to experience opportunities for personal and social growth and development.

**Keywords:** Recycling, Quality of life, Older adults, Psychosocial intervention, Vulnerability.

## Tabla de Contenido

Introducción .....	6
Justificación .....	9
Planteamiento del Problema .....	10
Objetivos .....	13
Objetivos General .....	13
Objetivos Especificos .....	13
Antecedentes .....	14
Marco Teórico .....	22
Calidad de Vida .....	22
Salud Mental .....	24
Bienestar Psicosocial .....	29
Dimensiones del Bienestar Psicosocial .....	30
Inclusión Social .....	31
Intervención Psicosocial .....	35
Vulnerabilidad .....	38
Adulto Mayor .....	41
Reciclaje .....	44
Diseño Metodológico .....	48
Población .....	48
Muestra .....	49
Técnicas e Instrumentos de Recolección de Información .....	49
Análisis de Información .....	50

Resultados .....	53
Formulación y Articulación Interinstitucional .....	54
Implementación de Intervenciones Psicosociales y Promoción de la Salud Mental.....	56
Fortalecimiento de Capacidades Productivas y Formación Sociolaboral .....	58
Gestión de Derechos, Orientación y Acceso a Redes de Apoyo y Servicios .....	59
Estrategias Reconocimiento Social, Sensibilización Comunitaria y Participación Ciudadana..	61
Monitoreo Integral, Evaluación de Resultados y Sistematización de la Experiencia .....	62
Discusión.....	65
Conclusiones.....	70
Recomendaciones .....	72
Referencias Bibliográficas .....	74

## Introducción

El presente proyecto aplicado tiene como finalidad diseñar un plan de intervención psicosocial orientado a optimizar la calidad de vida de los adultos mayores que se dedican a la labor del reciclaje en el barrio Henequén, en la ciudad de Cartagena de Indias, a partir de los hallazgos obtenidos en la investigación *Restaurando dignidad desde lo psicosocial en los recicladores adultos mayores del barrio Henequén de la ciudad de Cartagena de Indias* (Costa, 2024). Dicho estudio permitió evidenciar que la labor del reciclaje, aunque en algunos casos surge por voluntad propia o como práctica transmitida generacionalmente, se realiza principalmente por necesidad económica y falta de oportunidades laborales, lo que genera sentimientos de desvalorización y vulnerabilidad emocional. Los resultados revelaron que esta población ha sido víctima de las denominadas “trampas de la pobreza” (Sen, 2000), reflejadas en la imposibilidad de acceder a la educación formal, la precariedad laboral y la exclusión del sistema de seguridad social, condiciones que profundizan las desigualdades estructurales y deterioran su bienestar físico, psicológico y social.

En este sentido, se identificó que los recicladores adultos mayores del barrio Henequén habitan en contextos de alta vulnerabilidad social, caracterizados por ingresos inferiores al salario mínimo, viviendas en zonas de invasión y carencias en servicios públicos básicos. Estas condiciones coinciden con lo planteado por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2002), que define la salud como un estado integral de bienestar físico, mental y social, y no únicamente como la ausencia de enfermedad. La precariedad y la inseguridad económica impactan directamente este bienestar, generando en muchos casos dificultades en la regulación emocional y un mayor riesgo de padecer trastornos como la ansiedad y la depresión, afectando de manera significativa la calidad de vida de los adultos mayores.

Desde la perspectiva de la salud mental comunitaria, autores como Larban (2010) y Galvin (2009) destacan la importancia de abordar la salud desde un enfoque integral, participativo y contextualizado, en el que la comunidad y las redes sociales se constituyen en agentes activos para la construcción del bienestar colectivo. En coherencia con este planteamiento, el Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia (2013) ha promovido la creación de los Centros de Atención en Salud Mental Comunitaria (CASMCCO), los cuales impulsan la descentralización de los servicios y la atención integral a poblaciones vulnerables, reconociendo la necesidad de fortalecer sus recursos personales, familiares y sociales.

El reciclaje como oficio se presenta hoy como una actividad imprescindible para contrarrestar los impactos ambientales derivados del consumismo y la globalización. De acuerdo con Barrientos (2010), el reciclaje es un proceso físico-químico y mecánico mediante el cual una materia o producto ya utilizado —la basura— se somete a un ciclo de tratamiento total o parcial para obtener una materia prima reutilizable. Este proceso permite transformar los desechos en recursos útiles para la sociedad, aportando significativamente a la sostenibilidad ambiental. No obstante, a pesar de su relevancia ecológica, la labor del reciclador ha sido subvalorada y poco reconocida por las políticas públicas, lo que mantiene a quienes la ejercen en condiciones de marginalidad e invisibilidad social.

El barrio Henequén, ubicado en la ciudad de Cartagena, alberga un grupo significativo de adultos mayores dedicados al reciclaje como medio principal de subsistencia. Estos individuos enfrentan múltiples problemáticas derivadas de su contexto socioeconómico y de las condiciones laborales precarias en las que desarrollan su oficio, lo que repercute negativamente en su bienestar psicosocial y, por ende, en su calidad de vida durante la vejez. En este sentido, se retoma la definición de Levy y Anderson (1980), quienes conciben la calidad de vida como una

medida compuesta del bienestar físico, mental y social, percibida por cada individuo o grupo en términos de felicidad, satisfacción y sentido de recompensa.

A partir de este marco, el presente proyecto busca dar continuidad y proyección al proceso investigativo previo, formulando un plan de intervención psicosocial que promueva la dignificación, inclusión social y fortalecimiento emocional de los adultos mayores recicladores del barrio Henequén. Para ello, se proponen estrategias educativas, terapéuticas y comunitarias que favorezcan su bienestar psicosocial, entendido como un proceso dinámico que integra el desarrollo personal, las relaciones sociales significativas y el sentido de pertenencia comunitario.

## **Justificación**

Para la sociedad, un adulto mayor es una persona con más de 60 años que se enfrenta a diferentes cambios, con roles, expectativas, responsabilidades y limitaciones establecidas social y culturalmente. Para el grupo de adultos mayores residentes en el barrio Henequén de la ciudad de Cartagena, es necesario el diseño de un Plan de Intervención Psicosocial destinado a mejorar su calidad de vida fundamentada en la necesidad de atender de manera integral teniendo en cuenta que se encuentran en altas condiciones de vulnerabilidad.

Los adultos mayores recicladores desempeñan un papel vital en la gestión de residuos y la preservación del medio ambiente. Reconocer y apoyar su labor es esencial para fomentar la sostenibilidad ambiental y promover la conciencia comunitaria sobre la importancia de su trabajo; por lo tanto, es necesario garantizar su bienestar, desde lo laboral, salud mental y física, aspectos que se hacen indispensables en todo ser humano como parte de su calidad de vida.

El diseño del plan de intervención aportara en la ayuda de esta población para que puedan envejecer de manera digna, activa y plena; aun ejerciendo la actividad del reciclaje que es tan fundamental actualmente en toda comunidad. Abordar las dimensiones psicosociales es esencial para lograr este propósito y garantizar que disfruten de una vejez más satisfactoria, y desde la psicología comunitaria se contribuye desde una perspectiva integral, participativa y orientada hacia el cambio social buscando el diseño de una propuesta de intervención que permita la promoción del bienestar y la transformación positiva de esta comunidad.

## Planteamiento del Problema

En el barrio Henequén de la ciudad de Cartagena de Indias reside un grupo significativo de adultos mayores que ejerce el reciclaje como medio principal de subsistencia, actividad que, si bien contribuye de manera importante a la sostenibilidad ambiental, se desarrolla en condiciones de marcada precariedad laboral, exclusión social y vulnerabilidad estructural. Estos adultos mayores enfrentan múltiples limitaciones derivadas de la informalidad del oficio, la ausencia de estabilidad económica, el bajo acceso a servicios de salud y protección social, y la carencia de redes de apoyo comunitario sólidas. Tales condiciones repercuten directamente en su bienestar físico, psicológico y social, comprometiendo su calidad de vida durante la vejez.

A ello se suma que el oficio del reciclaje continúa siendo socialmente subvalorado y escasamente reconocido por las políticas públicas, lo que contribuye a la invisibilidad de quienes lo ejercen, especialmente en edades avanzadas. El adulto mayor reciclador experimenta con frecuencia sentimientos de desvalorización, discriminación y soledad, asociados tanto a su situación socioeconómica como a la falta de oportunidades educativas y laborales a lo largo de su trayectoria vital. Estas condiciones reflejan lo que Sen (2000) denomina “trampas de la pobreza”, en la medida en que limitan el desarrollo de capacidades, restringen las oportunidades de participación social y profundizan las desigualdades que históricamente han afectado a esta población.

En este contexto, durante el año 2023 se desarrolló el estudio titulado *Restaurando Dignidad desde lo Psicosocial en los Recicladores Adultos Mayores del barrio Henequén de la ciudad de Cartagena de Indias*, cuyo objetivo Identificar aspectos sociohistóricos que explican las prácticas del reciclaje de los adultos mayores del barrio Henquén en la ciudad de Cartagena de Indias.. Los hallazgos obtenidos evidenciaron que la mayoría de ellos ejerce el reciclaje por

necesidad económica, cuenta con limitada escolaridad, vive en condiciones de precariedad habitacional y experimenta sentimientos de vulnerabilidad emocional y baja valoración social. El estudio permitió identificar afectaciones en la regulación emocional, dificultades para acceder a redes institucionales de apoyo y escasas oportunidades para el fortalecimiento de sus capacidades y recursos personales.

De manera contundente, los resultados de dicha investigación señalaron la urgencia de formular un plan de intervención psicosocial que responda a las necesidades reales de esta comunidad, orientado a la dignificación del oficio, el fortalecimiento del bienestar emocional, la promoción de la inclusión social y la ampliación de sus oportunidades de vida. Se evidenció que, sin un acompañamiento psicosocial estructurado, la población adulta mayor recicladora continuará estando expuesta a procesos de exclusión que afectan su salud mental, su autonomía y su participación comunitaria.

Desde el enfoque de la psicología comunitaria, la situación descrita constituye un problema social prioritario, pues revela la fragilidad de los recursos comunitarios e institucionales destinados a la atención integral del adulto mayor en contextos de pobreza urbana. Según Larban (2010) y Galvin (2009), la salud mental comunitaria implica reconocer los determinantes sociales del bienestar y promover procesos participativos que potencien las capacidades de las comunidades para transformar sus condiciones de vida. En este sentido, la problemática identificada en el barrio Henequén exige acciones psicosociales contextualizadas, sostenibles y articuladas con las dinámicas culturales, sociales y económicas que atraviesan la vida de los recicladores adultos mayores.

En síntesis, el problema que fundamenta este proyecto se configura en la ausencia de estrategias de intervención psicosocial integrales, sostenibles y contextualizadas que permitan

fortalecer de manera efectiva la calidad de vida de los adultos mayores recicladores del barrio Henequén. Ello persiste a pesar de que estudios recientes han documentado necesidades apremiantes en esta población y han evidenciado la urgencia de acciones de acompañamiento estructuradas. Esta insuficiencia de programas orientados al bienestar limita el ejercicio pleno de sus derechos fundamentales, afecta de forma significativa su salud física y emocional, y contribuye a la reproducción de dinámicas de exclusión social que profundizan su vulnerabilidad. Por ello, se hace necesario diseñar un plan de intervención psicosocial que responda a estas realidades, promueva el bienestar integral, y aporte a la dignificación y reconocimiento del rol que cumplen estos adultos mayores en la comunidad y en el cuidado ambiental.

## **Objetivos**

### **Objetivo General**

Diseñar un plan de intervención psicosocial para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores que se dedican al reciclaje en el barrio Henequén de la ciudad de Cartagena.

### **Objetivos Específicos**

Realizar un diagnóstico integral para identificar las necesidades psicosociales de los adultos mayores que se dedican a la labor del reciclaje en el barrio Henequén en la ciudad de Cartagena.

Implementar actividades psicosociales que fomenten el fortalecimiento de la calidad de vida de los adultos mayores, promoviendo una actitud positiva hacia su labor y rol en la comunidad.

Establecer vínculos con instituciones y organizaciones locales para facilitar el acceso de los adultos mayores recicladores a servicios básicos, como atención médica, y programas de asistencia social.

## Antecedentes

En las últimas décadas, el crecimiento urbano acelerado, el aumento del consumo y la crisis ambiental han generado una expansión considerable en la producción de residuos sólidos en América Latina, derivando en nuevas dinámicas sociales y económicas asociadas a su manejo (CEPAL, 2020). En este contexto, el reciclaje ha surgido como una actividad económica alternativa para poblaciones en situación de vulnerabilidad, especialmente para adultos mayores que enfrentan dificultades de acceso al mercado laboral formal y hallan en esta labor una fuente de sustento y de inserción social (OIT, 2018; Rodríguez & Gutiérrez, 2022).

En Colombia, los procesos de gestión de residuos han estado históricamente ligados al trabajo informal. Los recicladores, en su mayoría excluidos del sistema de seguridad social y desprovistos de condiciones dignas de trabajo, constituyen un sector esencial pero invisibilizado dentro de la economía circular (Ministerio de Vivienda, 2016; Gómez & Herrera, 2020). Según el DANE (2023), cerca del 47 % de las personas que ejercen el reciclaje superan los 50 años, reflejando un progresivo envejecimiento del sector. A ello se suman factores como la precariedad económica, la falta de reconocimiento social y la exposición a riesgos físicos y emocionales, que afectan directamente su bienestar integral y su calidad de vida (Patiño & Ramírez, 2021; Torres et al., 2023).

En el contexto específico del barrio Henequén en la ciudad de Cartagena de Indias, el estudio desarrollado por Nereida Costa Caro (2023) titulado “*Restaurando dignidad desde lo psicosocial en los recicladores adultos mayores del barrio Henequén*” evidenció que la mayoría de estos trabajadores realizan esta labor por necesidad económica ante la falta de alternativas laborales, lo cual se asocia con bajos niveles de satisfacción personal y un sentimiento generalizado de desvalorización social. Los resultados de dicha investigación mostraron que los

recicladores adultos mayores habitan en condiciones de vulnerabilidad, con ingresos inferiores al salario mínimo, viviendas en asentamientos informales y sin acceso pleno a servicios públicos básicos. Además, se identificaron dificultades en la gestión emocional, prevalencia de síntomas de ansiedad y depresión, y escasas redes de apoyo familiar y comunitario. La autora plantea la urgencia de implementar estrategias de acompañamiento psicosocial sostenidas, orientadas al reconocimiento de su aporte ambiental y la dignificación de su vejez, promoviendo espacios de participación, apoyo emocional y empoderamiento social.

Desde el enfoque de salud mental comunitaria, el adulto mayor reciclador no debe ser comprendido únicamente como un trabajador en condiciones precarias, sino como un sujeto con historia, vínculos afectivos y un papel fundamental en la sostenibilidad ambiental urbana. El Centro de Acompañamiento en Salud Mental Comunitario de la UNAD (CASMCUNAD, 2021) propone reconocer las potencialidades individuales y colectivas de las comunidades, orientando las intervenciones hacia la reconstrucción de vínculos sociales y la promoción de proyectos colectivos que dignifiquen la vida. Este planteamiento coincide con lo expuesto por Larban (2010), quien señala que los modelos comunitarios de atención deben promover la inclusión, la participación activa y la cohesión social como pilares del bienestar.

En la ciudad de Cartagena de Indias, la desigualdad social, la pobreza y la exclusión afectan de manera directa a las comunidades dedicadas al reciclaje. Investigaciones de la Universidad de Cartagena (Martínez, 2019) y de la Secretaría de Participación y Desarrollo Social (2020) han mostrado que gran parte de los recicladores residen en barrios periféricos como Henequén, donde las condiciones de vivienda, acceso a servicios públicos y oportunidades laborales son limitadas. En el caso de los adultos mayores, estas condiciones se agravan por la

falta de apoyo familiar, la precariedad económica y la invisibilización social, generando un impacto negativo en su salud mental y calidad de vida.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2002) define la calidad de vida como la percepción del individuo sobre su posición en la vida dentro del contexto cultural y de valores en el que vive, en relación con sus objetivos, expectativas y preocupaciones. Por ello, optimizar la calidad de vida implica no solo mejorar las condiciones materiales, sino también fortalecer los aspectos psicológicos, sociales y espirituales que permiten al sujeto sentirse valioso y participe de su comunidad (Salas & Franco, 2021).

En el ámbito de la psicología comunitaria, investigaciones recientes destacan la importancia de generar espacios de participación, apoyo emocional y reconocimiento social para los adultos mayores en contextos de exclusión (Barrera & Franco, 2020; Latorre, 2007). Estos procesos deben sustentarse en metodologías participativas como la Investigación Acción Participativa (IAP), la cual busca comprender y transformar la realidad social a través de la participación activa de los propios sujetos (Guadamuz, 1991; Balcázar, 2003). La IAP, al promover la corresponsabilidad y la reflexión colectiva, se constituye en una herramienta esencial para construir estrategias de intervención psicosocial contextualizadas y sostenibles.

El envejecimiento constituye una etapa vital compleja que implica cambios físicos, cognitivos, sociales y emocionales, los cuales, dependiendo del contexto sociocultural y económico, pueden vivirse de manera digna o en condiciones de profunda vulnerabilidad. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2015) señala que el envejecimiento activo debe comprenderse como un proceso en el que se optimizan las oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen. Sin embargo, esta noción resulta lejana en contextos de exclusión social como los que viven muchos

adultos mayores en barrios vulnerables de la ciudad de Cartagena, quienes, a falta de una protección integral, continúan en labores informales como el reciclaje para poder sustentar sus necesidades básicas.

La informalidad laboral en la vejez representa una de las expresiones más visibles de la desprotección estructural. Según datos de la CEPAL (2019), en América Latina más del 50% de las personas mayores no tienen acceso a pensiones contributivas adecuadas, lo que las obliga a continuar trabajando en condiciones precarias, sin garantías de salud ni seguridad social. En este escenario, el reciclaje se presenta como una actividad marginalizada y muchas veces estigmatizada, pero que representa un acto de supervivencia frente a la adversidad. Lejos de ser un simple indicador de pobreza, el reciclaje en la vejez también puede entenderse como una estrategia de resiliencia y dignificación personal que debe ser visibilizada y acompañada desde políticas públicas e intervenciones psicosociales contextualizadas.

En Colombia, la informalidad laboral en la vejez constituye una de las expresiones más evidentes de desprotección estructural y exclusión social. A pesar del discurso de envejecimiento activo promovido por organismos internacionales como la OMS (2015), las condiciones materiales en las que transcurre la vida de muchas personas mayores están marcadas por la precariedad económica, la ausencia de protección pensional y la necesidad de mantenerse en la fuerza laboral, muchas veces en actividades informales, como el reciclaje.

Según el Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE), para el periodo diciembre 2023 a febrero 2024, la tasa de informalidad laboral en Colombia fue del 56,3 % a nivel nacional, superando el 60 % entre los trabajadores mayores de 60 años (Portafolio, 2024; Universidad de Bogotá Jorge Tadeo Lozano, 2024). Estas cifras evidencian una tendencia sistemática en la que la vejez se vive sin garantías laborales ni acceso a derechos básicos. De

forma paralela, estudios realizados por el Observatorio Laboral de la Universidad del Rosario destacan que el 63,5 % de las personas mayores de 60 años trabajan por cuenta propia, situación que refleja la alta informalidad que atraviesa esta población, pues la mayoría no cuenta con contrato laboral, seguridad social ni ingresos fijos (Universidad del Rosario, 2023).

En cuanto al acceso pensional, un informe de la Pontificia Universidad Javeriana reveló que solo el 25,5 % de los adultos mayores en Colombia reciben una pensión contributiva, lo que obliga a la gran mayoría a continuar en la economía informal, muchas veces en labores físicamente exigentes como el reciclaje (Javeriana, 2022; Diario La República, 2022). Este dato es consistente con un informe del Centro Interamericano de Estudios de Seguridad Social (CIESS) y CODESS, el cual indica que apenas el 29,5 % de la población mayor accede a una pensión, y que la informalidad afecta al 77,8 % de los hombres y al 70,3 % de las mujeres mayores de 60 años en Colombia (CIESS & CODESS, 2023).

En estudios más específicos, como el realizado por la Universidad Externado, se indica que el 85 % de los adultos mayores trabaja en la informalidad laboral, siendo el reciclaje, la venta ambulante y otras actividades por cuenta propia las principales formas de sustento (Universidad Externado, 2022). Este tipo de ocupaciones, además de no ofrecer garantías de seguridad social, suelen asociarse a condiciones físicas adversas, discriminación simbólica y escaso reconocimiento institucional. Adicionalmente, el Observatorio de Envejecimiento de Bogotá y la Fundación Saldarriaga Concha han resaltado que más del 60 % de las personas mayores ocupadas en las principales ciudades del país se encuentran en condiciones de informalidad, lo que constituye un riesgo acumulativo para su bienestar emocional, físico y comunitario (El Espectador, 2023).

Desde una lectura psicosocial crítica, estos datos revelan no solo una realidad económica, sino también una forma de exclusión social y simbólica en la que las personas mayores son relegadas a los márgenes del sistema productivo y del reconocimiento estatal. Como sostiene Nussbaum (2012), la justicia social exige garantizar condiciones que permitan a todas las personas desplegar sus capacidades y vivir una vida con dignidad, algo que en el caso de los adultos mayores recicladores aún está lejos de alcanzarse.

En el caso particular de Cartagena, la situación resulta aún más crítica. La ciudad registra de forma constante una de las tasas de informalidad más altas entre las principales capitales de Colombia. Según el informe de *Cartagena Cómo Vamos* (2023), durante el trimestre septiembre-noviembre de 2022, la informalidad laboral alcanzó el 60,1 %, superando el promedio nacional del 58,2 %. Esta cifra posicionó a Cartagena como la ciudad con el nivel más elevado entre las cinco capitales principales (Bogotá, Medellín, Cali, Barranquilla y Cartagena).

Investigaciones previas, como las del Banco de la República y el análisis de la GEIH para 2019, ya advertían sobre esta tendencia: Cartagena presentaba una informalidad normativa del 57,9 %, por encima del promedio nacional de 53,2 % (González & Rodríguez, 2020). Aunque el Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE, 2024) reportó una disminución reciente con una tasa de informalidad de 53,3 % en el primer trimestre de 2024 bajo el criterio estándar, la tasa de informalidad por seguridad social alcanzó el 58,0 %, ambas aún superiores al promedio de las 13 principales ciudades del país (41-42 %).

Pese a estas reducciones recientes la Alcaldía de Cartagena (2024) informó una caída de seis puntos porcentuales entre 2023 y 2024, la estructura laboral sigue siendo excluyente para los adultos mayores. Estos avances no han sido suficientes para transformar la situación de quienes, como los recicladores de edad avanzada, se mantienen en los márgenes del sistema económico

formal. El fenómeno de la informalidad se entrelaza con el envejecimiento demográfico. En Cartagena, el índice de envejecimiento pasó del 17 % en 2003 al 36 % en 2023, con una feminización marcada del proceso: el 43 % de las personas mayores son mujeres, frente a un 30 % de hombres (El Universal, 2023). Este cambio demográfico ejerce presión sobre los servicios sociales, la salud pública y las oportunidades laborales dignas para esta población.

El Observatorio Ambiental de Cartagena (2023) alerta sobre las condiciones de vida de las personas mayores: el 78 % no tiene pensión, el 80 % no cuenta con empleo formal y, del 20 % que trabaja, la mayoría lo hace en la economía informal, en oficios como el reciclaje, ventas ambulantes o servicios no remunerados. Además, se estima que el 67 % de esta población se encuentra en situación de pobreza (SISBÉN), y el Plan de Desarrollo Distrital eleva esta cifra al 80 % cuando se consideran condiciones multidimensionales. A estos factores se suman altos niveles de analfabetismo y deterioro cognitivo: el 87 % de los adultos mayores evaluados presenta signos de afectación mental leve o moderada (Alcaldía de Cartagena, 2023).

Estas cifras dan cuenta de una realidad que impide el disfrute de una vejez digna y autónoma. La economía del reciclaje, aunque representa una estrategia de supervivencia, también expone a las personas mayores a riesgos físicos, sociales y emocionales. La ausencia de políticas de protección, acceso efectivo a salud mental, pensión y vivienda segura, sumado al estigma hacia los oficios informales, profundiza la desigualdad estructural y vulnera los derechos fundamentales de este grupo poblacional (Huenchuan, 2013; Jaramillo, 2022).

En este sentido, resulta imprescindible adoptar un enfoque ético y humanizante, donde el adulto mayor reciclador no sea visto desde el déficit, sino desde su capacidad de resistencia, su historia de vida, su contribución ambiental y su derecho a una vejez plena. Como plantea Nussbaum (2012), la dignidad humana requiere condiciones materiales y simbólicas que

permitan a las personas desplegar sus capacidades fundamentales, tales como la afiliación, el control sobre el entorno y la integridad emocional. Por tanto, la intervención psicosocial no puede ser paliativa ni asistencialista, sino transformadora y estructuralmente sensible.

## **Marco Teórico**

Al diseñar un Plan de Intervención Psicosocial para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores dedicados al reciclaje en el barrio Henequén de Cartagena, se pueden considerar varios conceptos con los que se podrán sustentar las acciones propuestas.

### **Calidad de Vida**

Es una medida compuesta de bienestar físico, mental y social, tal como la percibe cada individuo y cada grupo y de felicidad, satisfacción y recompensa (Levy y Anderson, 1980). De acuerdo con los autores, se refiere a la percepción que tiene un individuo sobre su bienestar y satisfacción en múltiples áreas de su vida. Esta percepción abarca aspectos físicos, emocionales, sociales, económicos y ambientales, entre otros. La calidad de vida no se limita únicamente a la ausencia de enfermedad o afecciones físicas, sino que también incluye la capacidad de disfrutar de la vida, de mantener relaciones significativas, de tener acceso a recursos y oportunidades, y de participar activamente en la sociedad. El concepto de calidad de vida ha sido ampliamente discutido desde diversas disciplinas, incluyendo la salud pública, la psicología, la sociología y la economía. En su sentido más amplio, puede definirse como la percepción que tiene una persona sobre su posición en la vida, en el contexto de la cultura y el sistema de valores en los que vive, y en relación con sus metas, expectativas, estándares y preocupaciones (Organización Mundial de la Salud [OMS], 1997).

Este enfoque reconoce que la calidad de vida trasciende las condiciones materiales o de salud física, e incluye aspectos emocionales, sociales, espirituales y ambientales. Desde una perspectiva clásica, Levy y Anderson (1980) definieron la calidad de vida como una medida compuesta del bienestar físico, mental y social, tal como lo perciben tanto individuos como grupos, relacionada con la felicidad, la satisfacción personal y la sensación de recompensa.

Según estos autores, la calidad de vida no se restringe a la ausencia de enfermedad, sino que se refiere a la capacidad de cada persona para gozar la vida, establecer vínculos significativos, acceder a servicios esenciales y desarrollarse dentro de su entorno.

En consonancia, Fernández-Ballesteros (2002), desde la psicología del envejecimiento, afirma que la calidad de vida debe entenderse como una construcción subjetiva, influida por factores objetivos (como el nivel de ingresos, el estado de salud o la vivienda) y por percepciones personales relacionadas con la autonomía, el sentido de pertenencia, la participación y la realización personal. Para esta autora, el bienestar subjetivo es un componente crucial del envejecimiento activo y saludable. La OMS (1997) desarrolló un instrumento internacional para medir la calidad de vida, el WHOQOL, que incorpora seis dominios fundamentales: el estado físico, el estado psicológico, el nivel de independencia, las relaciones sociales, el entorno y las creencias personales. Estos dominios permiten analizar la calidad de vida desde una mirada holística y contextualizada, ajustada a realidades diversas, como las de las personas mayores que viven en condiciones de informalidad laboral y pobreza estructural, como es el caso de muchos recicladores urbanos en barrios periféricos de Cartagena.

El modelo ecológico de Bronfenbrenner (1979), retomado en intervenciones comunitarias, permite entender la calidad de vida como una construcción influida por múltiples niveles de interacción: el microsistema (familia, salud, relaciones cercanas), el mesosistema (servicios comunitarios, redes sociales), el exosistema (sistemas de apoyo institucional) y el macrosistema (normas culturales, políticas públicas). Así, el bienestar del adulto mayor reciclador no puede analizarse únicamente desde lo individual, sino como producto de condiciones estructurales, políticas y sociales que configuran su entorno de vida. Además, el enfoque de capacidades de Amartya Sen (1999) aporta una dimensión ética y política a la calidad

de vida, al proponer que esta debe entenderse como la libertad real que tienen las personas para hacer y ser aquello que valoran.

Desde esta perspectiva, mejorar la calidad de vida de los adultos mayores recicladores implica ampliar sus oportunidades para participar activamente, acceder a bienes culturales, tomar decisiones sobre su propio cuidado y ser reconocidos como sujetos de derechos. En el ámbito de la psicología comunitaria, Montero (2004) subraya que la calidad de vida no se logra exclusivamente con la provisión de servicios, sino con procesos de empoderamiento, fortalecimiento del tejido social y reconocimiento de la dignidad humana. Para las poblaciones históricamente excluidas, como los adultos mayores que reciclan en Cartagena, una intervención psicosocial centrada en la calidad de vida debe fomentar el sentido de agencia, la autoestima colectiva y la creación de redes de apoyo, promoviendo así una vejez activa, digna y participativa.

### **Salud Mental**

La OMS define la salud mental como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad. Incluye el bienestar emocional, psicológico y social de una persona. Esto implica la capacidad de manejar el estrés, las emociones y las relaciones de manera efectiva, así como de enfrentar los desafíos de la vida con resiliencia y flexibilidad. La salud mental es un componente fundamental del bienestar general de las personas, y su importancia ha sido ampliamente reconocida por organismos internacionales, entre ellos la Organización Mundial de la Salud (OMS). De acuerdo con esta entidad, la salud mental se define como “un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede

trabajar de forma productiva y fructífera, y es capaz de hacer una contribución a su comunidad” (OMS, 2001). Esta definición no se limita a la ausencia de enfermedades mentales, sino que destaca una concepción positiva del bienestar emocional, psicológico y social. Desde esta perspectiva, la salud mental implica el equilibrio entre las dimensiones internas del individuo (emociones, pensamientos, valores) y sus relaciones con el entorno social, cultural y ambiental. Como señalan Keyes (2002) y Ryff (1989), una buena salud mental se relaciona con el desarrollo personal, la autonomía, la capacidad de establecer relaciones positivas, la autoaceptación y el sentido de propósito en la vida. La salud mental, por tanto, es un concepto multidimensional que requiere considerar tanto factores individuales como contextuales.

La calidad de vida: entendida como una medida compuesta de bienestar físico, mental y social, tal como la percibe cada individuo y grupo, se convierte en un eje central para este tipo de intervenciones (Levy & Anderson, 1980). Según los autores, la calidad de vida no se limita únicamente a la ausencia de enfermedad o afecciones físicas, sino que también incluye la capacidad de disfrutar de la vida, de mantener relaciones significativas, de tener acceso a recursos y oportunidades, y de participar activamente en la sociedad. Esta concepción ha sido ampliada por otros estudios que consideran factores como la autonomía, la seguridad, la integración social y la autoestima como dimensiones esenciales de la calidad de vida en la vejez (Fernández-Ballesteros, 2009; WHOQOL Group, 1998). Un componente esencial de la salud mental es la capacidad de resiliencia, entendida como la habilidad de enfrentar, adaptarse y superar situaciones adversas. Masten (2001) define la resiliencia como “un proceso dinámico que permite a los individuos desarrollar respuestas positivas a pesar de experiencias difíciles o traumáticas”. Esta capacidad se nutre de factores individuales (autoestima, habilidades sociales,

pensamiento positivo), familiares (apoyo emocional, comunicación) y comunitarios (redes de apoyo, participación ciudadana).

El afrontamiento efectivo también es clave en el mantenimiento de la salud mental. Lazarus y Folkman (1984) proponen una teoría del afrontamiento basada en la evaluación cognitiva del estrés y en las estrategias que utiliza la persona para enfrentarlo. Las estrategias pueden ser centradas en el problema (resolución de conflictos, toma de decisiones) o en la emoción (redefinir la situación, buscar apoyo emocional). Un repertorio amplio y flexible de estrategias de afrontamiento es un indicador de buena salud mental.

La resiliencia se nutre de múltiples factores que operan a distintos niveles. A nivel individual, incluye recursos como la autoestima, el pensamiento positivo, la capacidad de regulación emocional, las habilidades sociales y la autonomía personal (Rutter, 1990; Grotberg, 2006). A nivel familiar, el respaldo emocional, la cohesión familiar y una comunicación afectiva favorecen la construcción de vínculos protectores que amortiguan los efectos de la adversidad (Ungar, 2008). Finalmente, a nivel comunitario, el sentido de pertenencia, el acceso a redes de apoyo, la participación ciudadana y la existencia de espacios colectivos de expresión y contención emocional contribuyen a fortalecer la resiliencia social y comunitaria (Wright & Masten, 2005; Melillo & Suárez Ojeda, 2001).

Desde esta perspectiva ecológica, la resiliencia no es vista como una cualidad innata del individuo, sino como un proceso dinámico de interacción con su entorno. Esto implica que las intervenciones psicosociales orientadas a mejorar la salud mental y la calidad de vida de poblaciones vulnerables deben contemplar el fortalecimiento de estos factores protectores a múltiples niveles. En particular, en el caso de los adultos mayores recicladores, es indispensable crear entornos comunitarios empoderadores que visibilicen su labor, promuevan el

reconocimiento de sus derechos y favorezcan su participación activa en iniciativas de transformación social (Bravo, 2014).

Por otro lado, el afrontamiento efectivo es igualmente clave en el mantenimiento y promoción de la salud mental. Lazarus y Folkman (1984) proponen una teoría del afrontamiento basada en la evaluación cognitiva del estrés y en las estrategias que utiliza la persona para enfrentarlo. Según estos autores, el afrontamiento puede dividirse en dos tipos principales de estrategias: las centradas en el problema y las centradas en la emoción. Las estrategias centradas en el problema buscan modificar la situación estresante, por ejemplo, mediante la resolución de conflictos, la toma de decisiones o la planificación de acciones. En contraste, las estrategias centradas en la emoción se orientan a regular la respuesta emocional frente al estrés, como la búsqueda de apoyo social, la reinterpretación positiva o la aceptación.

Diversas investigaciones han evidenciado que un repertorio amplio y flexible de estrategias de afrontamiento es un indicador de buena salud mental (Compas et al., 2001; Carver et al., 1989). Por ejemplo, Compas, Connor-Smith, Saltzman, Thomsen y Wadsworth (2001), en su revisión sobre afrontamiento infantil y adolescente, encontraron que el uso combinado y adaptativo de estrategias centradas en el problema y en la emoción se asocia con menores niveles de síntomas psicológicos y una mejor adaptación al estrés. Del mismo modo, Carver, Scheier y Weintraub (1989), a través del desarrollo del instrumento COPE Inventory, identificaron que las personas que utilizan una variedad de estrategias para enfrentar el estrés —incluyendo planificación, reinterpretación positiva, y búsqueda de apoyo— presentan mejores resultados en bienestar psicológico.

Estas evidencias respaldan la importancia de fomentar un afrontamiento flexible, especialmente en poblaciones vulnerables. En el caso de los adultos mayores recicladores,

quienes enfrentan cotidianamente condiciones laborales precarias, discriminación y deterioro físico, estos mecanismos de afrontamiento pueden representar recursos clave de resiliencia. Tal como lo señalan Mella, Alvear y Méndez (2019), las trayectorias de vida de adultos mayores en condiciones de pobreza están marcadas por prácticas adaptativas construidas colectivamente, que, aunque muchas veces invisibilizadas, constituyen saberes que pueden ser resignificados y fortalecidos en procesos de intervención comunitaria desde un enfoque psicosocial.

Estos hallazgos sugieren que, más allá de una mirada individualista del afrontamiento, es necesario considerar también los recursos culturales y contextuales que modulan la manera en que las personas enfrentan las dificultades. Así, el fortalecimiento de estrategias de afrontamiento culturalmente significativas, acompañado de acciones estructurales, puede contribuir al bienestar emocional y a la calidad de vida de esta población históricamente marginada.

Adicionalmente, la literatura ha señalado la importancia del afrontamiento colectivo y de la resiliencia comunitaria como recursos claves en contextos de alta vulnerabilidad social (Kirmayer et al., 2011). Esto implica que, más allá de la intervención individual, se requiere promover procesos grupales que fortalezcan el sentido de comunidad, la cooperación mutua y la agencia colectiva frente a las adversidades. La experiencia compartida, el reconocimiento mutuo y la construcción de relatos colectivos de resistencia y dignidad pueden convertirse en potentes mecanismos psicosociales para transformar el dolor social en acción transformadora (Martínez, 2007).

La salud mental no puede entenderse exclusivamente como un fenómeno individual, ya que también es construida colectivamente en los contextos sociales. La salud mental comunitaria reconoce que el bienestar psicológico de las personas está vinculado a la calidad de las relaciones

sociales, la cohesión comunitaria, la participación ciudadana y el acceso a recursos comunitarios. Según Montero (2004), la psicología comunitaria propone intervenciones que fortalezcan la identidad colectiva, la solidaridad y la acción participativa como medios para promover la salud mental.

En este sentido, la salud mental comunitaria promueve un enfoque preventivo y participativo, que no se limita a tratar enfermedades mentales, sino que busca generar condiciones que favorezcan el bienestar psicosocial de todos los miembros de la comunidad. Este enfoque resulta particularmente pertinente en contextos de vulnerabilidad, como el de los adultos mayores en situación de informalidad laboral, donde la intervención comunitaria puede ser una estrategia eficaz para mejorar la calidad de vida y fortalecer la resiliencia individual y colectiva.

### **Bienestar Psicosocial**

Concepto que incluye tanto el bienestar emocional o psicológico, así como el bienestar social y colectivo (Larson, 1996; Martikainen, 2002). El bienestar psicosocial se refiere al estado de equilibrio y satisfacción en múltiples dimensiones de la vida de una persona, incluyendo aspectos psicológicos, emocionales y sociales. Este concepto integra la salud mental, la calidad de las relaciones interpersonales y el sentido de satisfacción y propósito en la vida. Además, ha cobrado creciente importancia en los estudios contemporáneos sobre salud, desarrollo humano y políticas sociales, debido a su capacidad para integrar dimensiones subjetivas, relacionales y estructurales del bienestar. A diferencia de enfoques reduccionistas centrados exclusivamente en lo psicológico o emocional, el bienestar psicosocial comprende el equilibrio dinámico entre la salud mental individual, la calidad de las interacciones sociales, y la participación activa y significativa en la comunidad.

Larson (1996) define el bienestar psicosocial como un estado general de satisfacción con la vida, que abarca no solo componentes emocionales positivos —como la autoestima, el sentido de propósito y la resiliencia— sino también aspectos interpersonales, como la calidad de las relaciones y el apoyo social. A su vez, Martikainen, Bartley y Lahelma (2002) subrayan la importancia de los factores estructurales, sociales y económicos como determinantes clave de este bienestar. Desde esta visión, el bienestar psicosocial se configura como un indicador complejo de la salud global de los individuos y de las comunidades en las que viven.

### **Dimensiones del Bienestar Psicosocial**

La literatura especializada concuerda en que el bienestar psicosocial no puede ser reducido a un solo factor o dimensión. Ryff (1989) propone una aproximación multidimensional que incluye la autoaceptación, las relaciones positivas con otros, la autonomía, el dominio del entorno, el propósito en la vida y el crecimiento personal. Esta propuesta se alinea con la concepción de salud mental positiva promovida por la Organización Mundial de la Salud (OMS), que sostiene que la salud no es solo la ausencia de enfermedad, sino un estado de completo bienestar físico, mental y social (OMS, 2013).

Además, el bienestar psicosocial está profundamente influenciado por los entornos en los que las personas se desarrollan. Las condiciones materiales, el capital social, las redes de apoyo, la cohesión comunitaria y la posibilidad de ejercer la ciudadanía son factores que moldean las experiencias de bienestar y malestar. Así, se reconoce que el bienestar es un fenómeno relacional, situado y condicionado por variables sociales, económicas, culturales y políticas (Berkman & Kawachi, 2000; Solar & Irwin, 2010). Desde la epidemiología social y la psicología comunitaria, se ha planteado que los determinantes sociales son factores fundamentales en la producción del bienestar o del sufrimiento psicosocial. El modelo de los determinantes sociales

de la salud de la OMS (Solar & Irwin, 2010) destaca la influencia de las desigualdades estructurales, el acceso a recursos, las políticas públicas y las condiciones del entorno sobre la salud mental y el bienestar general de la población. En este sentido, situaciones de pobreza, inseguridad laboral, violencia estructural o exclusión social no solo afectan el acceso a bienes materiales, sino que deterioran el sentido de pertenencia, reducen la percepción de control y aumentan los niveles de estrés crónico. Estas condiciones, al permanecer naturalizadas o invisibilizadas, pueden derivar en formas persistentes de malestar emocional y ruptura del tejido comunitario (Castaño & Botero, 2020). Particularmente en poblaciones vulnerables como los adultos mayores en situación de informalidad laboral —como es el caso de recicladores urbanos—, las condiciones precarias impactan directamente en su calidad de vida, su autoestima y su percepción de futuro. Estudios recientes (Salazar & Martínez, 2021) muestran que el bienestar psicosocial en adultos mayores está ligado no solo a factores individuales como la salud física o la autonomía funcional, sino también a su inclusión social, el reconocimiento simbólico de su labor, y las oportunidades reales de participación comunitaria.

### **Inclusión Social**

Fernández (2007), define la inclusión social como un proceso por el que se asegura a todas las personas las oportunidades y los recursos necesarios para participar plenamente en la vida económica, social, política y cultural. Significa garantizar que todas las personas tengan acceso a las mismas oportunidades de educación, empleo, vivienda, atención médica y participación en la vida comunitaria, independientemente de su origen étnico, género. La inclusión social es un concepto fundamental dentro del análisis contemporáneo de las políticas públicas, el desarrollo humano y la psicología comunitaria, especialmente cuando se trata de abordar las desigualdades estructurales que afectan a poblaciones vulnerables. Este concepto ha

evolucionado desde una visión asistencialista hacia una comprensión más compleja y transformadora, que reconoce a las personas como sujetos de derechos, con capacidades diversas y el potencial de participar plenamente en la vida colectiva. Según Fernández (2007), la inclusión social puede definirse como un proceso mediante el cual se asegura que todas las personas cuenten con los recursos, las oportunidades y las capacidades necesarias para participar de manera plena en la vida económica, social, política y cultural. Esta definición implica un enfoque proactivo, que no solo busca integrar a quienes han sido históricamente excluidos, sino que también pretende modificar las condiciones estructurales que perpetúan la exclusión.

A diferencia de las acciones que únicamente buscan incorporar a individuos dentro de sistemas ya existentes, la inclusión social propone una transformación más profunda, donde se cuestionan y reestructuran las formas en que se distribuyen los recursos, se generan las oportunidades y se reconocen las diferencias. Desde esta perspectiva, garantizar el acceso a derechos fundamentales como la educación, el empleo, la salud, la vivienda y la participación política, no es suficiente si no se reconocen también las barreras invisibles, simbólicas, institucionales o culturales, que dificultan la integración efectiva de ciertos grupos sociales. La inclusión social implica, por tanto, la eliminación de obstáculos estructurales y la creación de entornos equitativos donde todas las personas puedan desarrollarse plenamente.

En este sentido, la inclusión social no puede entenderse sin analizar primero las múltiples formas de exclusión que enfrentan determinados sectores de la población. Silver (1994) señala que la exclusión social se manifiesta no solo a través de la privación material, sino también en el aislamiento relacional y la desvalorización simbólica. Esta exclusión multidimensional afecta especialmente a personas que viven en condiciones de pobreza, discriminación, informalidad laboral o abandono institucional. Rawal (2008) sostiene que la exclusión es el resultado de

procesos sociales históricos que marginan sistemáticamente a ciertos grupos, restringiendo su acceso a los bienes comunes y limitando su capacidad de ejercer la ciudadanía. La inclusión, por tanto, debe entenderse como un proceso reparador y estructural que pretende contrarrestar estos patrones de exclusión.

Desde una perspectiva de justicia social, Nancy Fraser (2008) plantea que la inclusión social solo es posible cuando se combinan políticas de redistribución económica con acciones de reconocimiento cultural y oportunidades de participación política. Esto significa que no basta con brindar asistencia o servicios, sino que se requiere transformar las relaciones de poder que colocan a determinados grupos en una situación de subordinación. En consecuencia, la inclusión social debe ser vista como una apuesta política que redefine las prioridades del Estado y de la sociedad en su conjunto, colocando en el centro a los sujetos históricamente marginados.

Amartya Sen (2000), desde su enfoque de las capacidades, contribuye de manera significativa a esta discusión, al afirmar que el desarrollo y el bienestar deben evaluarse en función de la libertad real que tienen las personas para llevar a cabo los proyectos de vida que valoran. La inclusión, en este marco, se entiende como la garantía de que las personas tengan no solo acceso a recursos, sino también las condiciones necesarias para utilizarlos de forma significativa. Este enfoque es particularmente útil cuando se analiza la situación de personas mayores en condición de trabajo informal, como los recicladores urbanos, quienes enfrentan limitaciones no solo económicas, sino también en términos de acceso a salud, participación comunitaria, reconocimiento y sentido de pertenencia. El trabajo de Nussbaum (2011) complementa este enfoque al proponer una lista de capacidades humanas centrales que deben ser protegidas y promovidas en toda sociedad democrática. Entre ellas destacan la integridad física, la afiliación social, el juego, la emoción y el control sobre el propio entorno. Garantizar estas

capacidades es una condición mínima para hablar de inclusión social desde una perspectiva de derechos humanos. Cuando estas capacidades están restringidas como ocurre con los adultos mayores que trabajan en condiciones precarias, sin reconocimiento institucional ni redes de apoyo se profundiza la exclusión y se compromete su bienestar integral.

La inclusión social, por tanto, no puede limitarse a medidas compensatorias o programas focalizados. Debe implicar transformaciones profundas en las estructuras económicas, políticas y culturales que producen desigualdad. Esto se vuelve evidente en el caso de personas mayores dedicadas al reciclaje, quienes muchas veces se ven forzadas a seguir trabajando en condiciones de vulnerabilidad debido a la falta de protección social, el debilitamiento de redes familiares, la discriminación por edad y la informalidad laboral.

Lejos de ser considerados actores valiosos dentro de la economía circular o de la sostenibilidad ambiental, estos trabajadores son frecuentemente invisibilizados y estigmatizados. La inclusión social, aplicada a este contexto, requiere políticas públicas que reconozcan y dignifiquen su labor, garanticen el acceso efectivo a la seguridad social, promuevan espacios de participación activa y fomenten procesos de organización colectiva. No se trata únicamente de integrar a los adultos mayores recicladores en programas sociales, sino de reconocer su rol en la comunidad, reconstruir el tejido social que ha sido fragmentado, y generar condiciones que les permitan vivir con dignidad y sentido de pertenencia.

La Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL, 2017) ha señalado que la inclusión social en el contexto del envejecimiento debe tener un enfoque integral, interseccional y basado en derechos, que reconozca las múltiples dimensiones de la exclusión que afectan a esta población.

## **Intervención Psicosocial**

Es un proceso complejo, multidimensional y contextualizado que busca incidir de manera significativa en las condiciones psicológicas y sociales de los individuos, grupos y comunidades, con el propósito de promover su bienestar, autonomía y calidad de vida. Este tipo de intervención se fundamenta en la comprensión de que los seres humanos no existen en aislamiento, sino que su experiencia está profundamente marcada por los vínculos sociales, las estructuras culturales, económicas y políticas en las que se insertan, así como por las condiciones subjetivas que atraviesan su existencia. Por tanto, la intervención psicosocial se concibe como una acción transformadora que articula los saberes de la psicología, el trabajo social, la sociología, la educación, entre otras disciplinas, para abordar de forma integral las problemáticas que afectan la salud mental, la convivencia y la inclusión social.

En términos generales, la intervención psicosocial implica un conjunto de estrategias planificadas que tienen como finalidad modificar o mejorar las condiciones de vida de las personas, atendiendo tanto a factores individuales como colectivos. Desde esta perspectiva, se reconoce que el sufrimiento psíquico no puede abordarse exclusivamente desde lo clínico o desde modelos individualistas, sino que es necesario considerar el entorno social, las relaciones de poder, los derechos humanos, la justicia social y las condiciones materiales de existencia. Así lo señala Martín-Baró (1990), quien propone una psicología de la liberación que desafíe el enfoque tradicional centrado en el individuo y oriente sus esfuerzos a la transformación social, especialmente en contextos de desigualdad, pobreza y exclusión. La intervención psicosocial, en este sentido, se convierte en una herramienta emancipadora que permite a las comunidades fortalecer su capacidad de agencia y construir respuestas colectivas frente a las adversidades. Diversos autores han contribuido a la conceptualización de la intervención psicosocial desde

enfoques interdisciplinarios. Para Rappaport (1981), el eje central de cualquier intervención social debería ser la potenciación o empoderamiento de los sujetos, es decir, su capacidad para tomar decisiones sobre sus vidas, participar activamente en los asuntos que les afectan y transformar las estructuras que reproducen su vulnerabilidad.

De manera similar, Montero (2004) sostiene que una intervención psicosocial efectiva no puede limitarse a ofrecer soluciones técnicas, sino que debe fomentar la participación comunitaria, el desarrollo de capacidades locales y la construcción de vínculos solidarios como medios para generar procesos sostenibles de transformación. La intervención psicosocial también requiere un diagnóstico riguroso y participativo de las realidades sociales. No se trata de imponer modelos preestablecidos, sino de construir colectivamente el conocimiento sobre las problemáticas y sus posibles soluciones, reconociendo los saberes y las experiencias de las comunidades. Este enfoque dialógico y horizontal se fundamenta en la epistemología de la Investigación Acción Participativa (IAP), promovida por autores como Fals Borda (1985), quien plantea que el conocimiento debe estar al servicio de la transformación social y surgir de la interacción entre investigadores y actores sociales. La intervención psicosocial, bajo este paradigma, se convierte en un proceso de co-construcción, donde se articulan el análisis crítico de la realidad y la acción transformadora.

En contextos de exclusión y desigualdad estructural, como el que enfrentan muchas comunidades en América Latina, la intervención psicosocial adquiere una dimensión ética y política ineludible. No basta con atender los síntomas del malestar psicológico; es necesario incidir en sus causas estructurales, como la pobreza, la violencia, la discriminación y la falta de acceso a servicios básicos. Desde esta mirada crítica, autores como Blanco y Blanco (2008) enfatizan la necesidad de vincular la psicología con los procesos de desarrollo humano y justicia

social, promoviendo intervenciones que reconozcan las múltiples dimensiones del sufrimiento humano y fomenten procesos de resiliencia comunitaria. Uno de los principales aportes contemporáneos al campo de la intervención psicosocial es la noción de enfoque ecológico, propuesta por Bronfenbrenner (1979), quien argumenta que el desarrollo humano se produce en la interacción dinámica entre diferentes sistemas ambientales: el microsistema (familia, escuela), el mesosistema (interacciones entre microsistemas), el exosistema (instituciones, medios de comunicación) y el macrosistema (valores culturales, políticas públicas). Aplicado a la intervención psicosocial, este enfoque permite comprender cómo los factores estructurales, relacionales e individuales interactúan entre sí, ofreciendo una mirada holística y contextualizada de los procesos humanos.

La intervención psicosocial, además, debe orientarse a la promoción del bienestar psicosocial, entendido como un estado de equilibrio entre las dimensiones emocionales, cognitivas, relacionales y sociales del ser humano (Larson, 1996; Martikainen, 2002). Esto implica no solo la ausencia de enfermedad mental, sino la presencia de condiciones que favorezcan la autoestima, la participación social, el sentido de pertenencia y la percepción de propósito en la vida. En este sentido, la intervención psicosocial puede ser preventiva, asistencial, comunitaria o educativa, dependiendo de las necesidades del contexto, pero siempre con un enfoque integral e inclusivo. Es importante resaltar que la intervención psicosocial requiere del compromiso ético del profesional, quien debe actuar con sensibilidad, respeto, apertura cultural y conciencia crítica. La intervención no puede ser vista como una mera aplicación de técnicas, sino como un proceso relacional y reflexivo que interpela al propio profesional y lo compromete con la transformación social. Así lo afirma Gergen (2001), quien propone una psicología social reflexiva que cuestione los discursos dominantes y construya

alternativas desde el diálogo y la colaboración. La intervención psicosocial constituye una estrategia fundamental para abordar de manera integral las problemáticas que afectan la salud mental, el bienestar comunitario y la cohesión social. Lejos de ser una intervención únicamente terapéutica, representa un proceso de construcción colectiva, basado en el reconocimiento de los derechos humanos, la justicia social, la participación ciudadana y la transformación estructural de las condiciones de vida. Como tal, se convierte en una herramienta indispensable para enfrentar los desafíos contemporáneos de nuestras sociedades, especialmente en contextos marcados por la desigualdad, la pobreza y la exclusión.

### **Vulnerabilidad**

La vulnerabilidad es un concepto complejo, multidimensional y dinámico que ha cobrado especial relevancia en los estudios sociales, psicológicos y de salud pública, especialmente en el análisis de grupos en situación de desventaja. Este término se refiere a la condición de las personas, grupos o comunidades que, debido a una combinación de factores sociales, económicos, políticos, culturales, de salud o ambientales, se encuentran en riesgo de sufrir daños o de ver limitado su bienestar. La noción de vulnerabilidad implica no solo la exposición a amenazas o situaciones adversas, sino también la limitada capacidad para enfrentarlas, resistirlas o recuperarse de ellas (Turner et al., 2003).

Desde un enfoque psicosocial, la vulnerabilidad se interpreta como una interacción entre las condiciones estructurales y las capacidades individuales o comunitarias para responder a factores de riesgo. De acuerdo con Delor y Hubert (2000), la vulnerabilidad puede entenderse como la combinación de la exposición a riesgos, la ausencia o debilidad de recursos y la falta de capacidad de respuesta o resiliencia. Esta perspectiva implica que no todas las personas o grupos expuestos a una amenaza se ven igualmente afectados; su grado de vulnerabilidad dependerá de

variables como el nivel de ingresos, el acceso a redes de apoyo, la calidad del entorno social y los recursos emocionales o psicológicos disponibles. La Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2002) define la vulnerabilidad como "la susceptibilidad de una persona, grupo o comunidad a sufrir daño debido a factores externos o internos, así como su capacidad limitada para enfrentar, resistir o recuperarse del daño sufrido". Esta definición destaca que la vulnerabilidad no es una condición estática, sino que puede variar con el tiempo y según las circunstancias sociales, económicas o ambientales. Así, una persona puede volverse más o menos vulnerable dependiendo del contexto, de los recursos que posea o de las políticas sociales existentes.

En el ámbito de la psicología comunitaria y el trabajo social, la vulnerabilidad se analiza como una construcción social que refleja las desigualdades estructurales presentes en la sociedad. Según Castel (1997), la vulnerabilidad se ubica entre la integración plena y la exclusión social, y se caracteriza por una inestabilidad en los vínculos laborales, familiares y sociales. En este sentido, la vulnerabilidad no se limita a las condiciones materiales de vida, sino que también involucra elementos subjetivos como la autoestima, el sentido de pertenencia o el reconocimiento social. Por ello, la intervención con poblaciones vulnerables debe considerar tanto los factores estructurales como los aspectos simbólicos y culturales que configuran sus experiencias. La vulnerabilidad también puede abordarse desde una perspectiva interseccional, la cual reconoce que las personas pueden experimentar múltiples formas de desigualdad simultáneamente, como el género, la clase, la raza, la edad o la orientación sexual, que se entrecruzan y amplifican su situación de riesgo. Crenshaw (1991), al introducir el concepto de interseccionalidad, propuso que las experiencias de discriminación y exclusión no pueden entenderse de manera aislada, pues son el resultado de múltiples sistemas de opresión que actúan

de forma combinada. Desde esta perspectiva, una mujer adulta mayor, racializada y en situación de informalidad laboral —como ocurre con muchas personas que se dedican al reciclaje— puede enfrentarse a una vulnerabilidad agravada por la convergencia de estas condiciones sociales.

La literatura especializada también señala que la vulnerabilidad está íntimamente relacionada con el acceso diferencial a los derechos. Según Kabeer (1999), la pobreza y la exclusión social no deben entenderse solamente como carencia de ingresos, sino como la falta de poder para ejercer derechos, tomar decisiones y participar plenamente en la vida social. En consecuencia, la vulnerabilidad puede leerse como una forma de privación de ciudadanía efectiva, en tanto limita la participación de las personas en los procesos políticos, sociales y económicos de su entorno. Asimismo, es importante señalar que la vulnerabilidad se expresa tanto en el plano individual como en el colectivo. A nivel individual, puede manifestarse en situaciones de estrés crónico, deterioro de la salud física o mental, inseguridad económica o aislamiento social. A nivel comunitario, la vulnerabilidad se evidencia en la ausencia de servicios públicos adecuados, la violencia estructural, la estigmatización o la discriminación. Esto implica que las soluciones a las situaciones de vulnerabilidad deben ser tanto individuales como colectivas, y deben contemplar políticas públicas inclusivas, estrategias de empoderamiento comunitario y acciones de justicia social (Sen, 1992).

De igual manera, la vulnerabilidad no debe entenderse únicamente desde una lógica de carencia o debilidad. Aunque este concepto alude a la exposición al daño, también puede ser una oportunidad para desarrollar procesos de resiliencia, organización colectiva y transformación social. Butler, Gambetti y Sabsay (2016) sostienen que la vulnerabilidad puede ser vista como una condición relacional que genera interdependencia y, por tanto, posibilidad de acción colectiva. Desde esta mirada, reconocer la vulnerabilidad no implica victimizar a las personas,

sino reconocer su agencia, sus capacidades y su derecho a ser protegidas y visibilizadas por las políticas públicas. En el contexto específico de los adultos mayores recicladores, la vulnerabilidad se expresa en la precarización de sus condiciones laborales, la falta de reconocimiento social, la debilidad de los sistemas de apoyo institucional, y las barreras para el acceso a la salud, la seguridad social y el ejercicio pleno de sus derechos. En estos casos, la intervención psicosocial debe comprender la vulnerabilidad como un fenómeno multicausal que requiere acciones integrales, sensibles al contexto y orientadas al fortalecimiento del bienestar psicosocial, la inclusión social y la dignidad humana.

La vulnerabilidad es un concepto clave para comprender las múltiples formas de desigualdad, exclusión y riesgo que enfrentan determinados grupos sociales, especialmente en contextos de pobreza y marginación. Su abordaje teórico y práctico exige una mirada compleja, interseccional y orientada a la transformación estructural, reconociendo siempre la agencia y el potencial de las personas para resistir, adaptarse y construir alternativas frente a la adversidad.

### **Adulto Mayor**

El concepto de adulto mayor ha sido objeto de diversas definiciones a lo largo del tiempo, dependiendo del contexto histórico, cultural, social y económico. Desde una perspectiva cronológica, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2002) establece que una persona es considerada adulto mayor a partir de los 60 años, aunque en algunos países desarrollados este umbral se ha fijado a los 65 años debido a la expectativa de vida más alta. No obstante, más allá de una definición basada exclusivamente en la edad, el concepto de adulto mayor involucra múltiples dimensiones, tales como los cambios físicos, cognitivos, emocionales, sociales y económicos que acompañan esta etapa de la vida. En términos biológicos, el envejecimiento se caracteriza por una serie de transformaciones fisiológicas progresivas que pueden incluir la

pérdida de masa muscular, disminución de la densidad ósea, alteraciones en el sistema inmunológico y disminución de capacidades sensoriales (Rojas et al., 2016). Estas modificaciones naturales no deben ser entendidas exclusivamente como signo de deterioro, sino como parte de un proceso vital que puede ser afrontado con dignidad y calidad de vida, siempre y cuando existan condiciones adecuadas de salud, inclusión y participación social.

Desde el enfoque psicológico, el envejecimiento está relacionado con el proceso de adaptación a nuevas condiciones de vida, como la jubilación, el duelo por la pérdida de seres queridos, o la reorganización del proyecto vital. Erikson (1963), en su teoría del desarrollo psicosocial, identifica la etapa de la vejez como una fase en la que los individuos enfrentan la tarea del “yo integridad vs. desesperación”, en la cual se busca una evaluación positiva de la vida vivida, aceptando los logros y las pérdidas. Aquellos que logran integrar sus experiencias pasadas tienden a alcanzar un sentimiento de sabiduría, mientras que quienes no lo consiguen, pueden experimentar desesperanza, soledad y frustración.

En el ámbito social, ser adulto mayor implica lidiar con una serie de desafíos relacionados con la percepción y los estigmas sociales. En muchas culturas, esta población es considerada pasiva, improductiva o dependiente, lo que lleva a prácticas de exclusión y discriminación por edad, también conocida como “edadismo” (Butler, 1969; WHO, 2021). Esta forma de discriminación puede limitar el acceso a servicios, el reconocimiento de sus derechos y su participación activa en la sociedad. Por tanto, es fundamental promover una visión positiva del envejecimiento, reconociendo el valor de la experiencia, la sabiduría acumulada y el papel activo que los adultos mayores pueden desempeñar en la comunidad. Desde el punto de vista jurídico y de derechos humanos, organismos internacionales como la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores (OEA, 2015) han

destacado la necesidad de garantizar condiciones dignas para este grupo poblacional. Esta convención reconoce que el envejecimiento debe ser visto como un proceso natural que requiere políticas públicas orientadas a la protección, inclusión, participación y bienestar integral de las personas mayores. Asimismo, resalta la importancia de combatir todas las formas de violencia, abandono y negligencia hacia esta población.

Por su parte, en el contexto colombiano, el adulto mayor también ha sido reconocido como sujeto de especial protección constitucional. La Ley 1251 de 2008, denominada “Ley del Adulto Mayor”, establece disposiciones para la promoción, protección y defensa de los derechos de esta población, asegurando su participación en programas de atención integral, acceso a servicios sociales, educación, salud, recreación y cultura. La legislación colombiana, en coherencia con los instrumentos internacionales, reconoce la necesidad de abordar el envejecimiento desde una perspectiva interseccional que considere la diversidad y heterogeneidad de la vejez, atendiendo factores como el género, la pertenencia étnica, la situación socioeconómica y el contexto territorial.

Desde una mirada más integral, el enfoque de curso de vida permite entender al adulto mayor como el resultado de una trayectoria vital marcada por múltiples transiciones, acumulación de desventajas o ventajas, y la interacción de diversos factores estructurales e individuales. Tal y como lo proponen Elder et al. (2003), la vida de una persona está atravesada por eventos significativos, relaciones sociales, condiciones históricas y decisiones individuales que configuran su experiencia de envejecimiento. Por lo tanto, las políticas públicas, las intervenciones sociales y comunitarias, y los modelos de atención psicosocial deben reconocer estas trayectorias diferenciadas y evitar generalizaciones que invisibilicen las realidades complejas de los adultos mayores.

Además, en el contexto latinoamericano, y específicamente en sectores vulnerables como los recicladores informales, el envejecimiento se entrecruza con condiciones de pobreza, informalidad laboral, acceso limitado a servicios básicos y escasas redes de apoyo social. En estos casos, el adulto mayor no solo enfrenta los desafíos propios de su ciclo vital, sino que también lidia con múltiples formas de exclusión social acumulada. Esto demanda una atención psicosocial centrada en el fortalecimiento de sus capacidades, la mejora de su calidad de vida y el reconocimiento de su dignidad como sujetos activos de derechos. El concepto de adulto mayor no puede limitarse a una clasificación etaria, sino que debe entenderse como una construcción compleja que abarca dimensiones biológicas, psicológicas, sociales, culturales y políticas. Reconocer la diversidad en la vejez, erradicar los prejuicios sociales, garantizar derechos y promover una participación activa en la comunidad son elementos fundamentales para construir una sociedad incluyente y equitativa para todas las edades.

### **Reciclaje**

El concepto de reciclaje ha adquirido una importancia creciente en las últimas décadas debido a las preocupaciones globales sobre el cambio climático, la sobreexplotación de los recursos naturales y el aumento desmedido de los residuos sólidos urbanos. En términos generales, el reciclaje puede definirse como el proceso mediante el cual los materiales que han cumplido su función inicial son recolectados, clasificados y transformados para ser reutilizados como materia prima en nuevos procesos productivos, reduciendo así el uso de recursos vírgenes y la generación de desechos (Chaves & Días, 2011).

Según la Organización de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente (PNUMA, 2018), el reciclaje constituye una de las estrategias fundamentales de la economía circular, ya que promueve la reducción de residuos mediante la reincorporación de materiales a la cadena

productiva. Este enfoque es opuesto al modelo lineal tradicional de "extraer, producir y desechar", y se orienta hacia una gestión sostenible de los recursos, en la cual los productos, materiales y recursos se mantienen en uso el mayor tiempo posible. El reciclaje, por tanto, no solo contribuye a la disminución del impacto ambiental, sino que también puede generar beneficios económicos y sociales cuando es incorporado de manera sistemática en la gestión de residuos.

En el ámbito social, el reciclaje ha dado lugar al surgimiento de actores claves como los recicladores de oficio, quienes desempeñan una función esencial en la cadena de recuperación de residuos, especialmente en países del sur global. Estos trabajadores, en su mayoría vinculados a la economía informal, realizan tareas de recolección, selección y comercialización de materiales reciclables, enfrentando condiciones laborales precarias y escasa protección social. En Colombia, el Decreto 596 de 2016 reconoce el trabajo de los recicladores como parte del servicio público de aseo y establece lineamientos para su inclusión en los esquemas formales de aprovechamiento de residuos sólidos, impulsando una mayor equidad y dignificación de su labor.

Desde una perspectiva ambiental y de sostenibilidad, autores como Medina (2000) han señalado que el reciclaje es una herramienta fundamental para la gestión integral de residuos sólidos, no solo por su impacto en la reducción de volúmenes de desechos, sino también por su capacidad para disminuir la demanda energética, las emisiones de gases de efecto invernadero y la contaminación de cuerpos de agua y suelos. En efecto, diversos estudios han mostrado que la producción de materiales a partir de reciclaje requiere, en promedio, menos energía y emite menos contaminantes que la fabricación a partir de materias primas vírgenes (EPA, 2016).

En el plano educativo y cultural, el reciclaje también ha sido promovido como una práctica ciudadana que fomenta valores de responsabilidad ambiental, consumo consciente y

solidaridad intergeneracional. De acuerdo con Díaz y Godoy (2015), la educación ambiental orientada hacia el reciclaje puede contribuir a transformar las prácticas cotidianas y promover una ética del cuidado hacia el entorno natural. Sin embargo, es necesario advertir que la responsabilidad del reciclaje no puede recaer únicamente sobre los individuos o las comunidades, sino que debe ser parte de políticas públicas coherentes, estructuradas y sostenidas en el tiempo.

Asimismo, desde la óptica económica, el reciclaje puede constituir una fuente importante de empleo e ingresos, particularmente en contextos donde existe una alta tasa de informalidad laboral. En este sentido, diversos organismos internacionales, como la Organización Internacional del Trabajo (OIT, 2020), han recomendado fortalecer los sistemas de reciclaje inclusivo, promoviendo la formalización de los recicladores, su capacitación, y el acceso a condiciones laborales dignas. El reciclaje, entonces, no solo debe ser entendido como una estrategia ambiental, sino también como un componente de las políticas de desarrollo social y económico.

Por otro lado, no se puede dejar de lado el enfoque comunitario del reciclaje, que se ha fortalecido a través de cooperativas, asociaciones de recicladores y procesos de organización popular. Estas iniciativas han demostrado que el reciclaje puede convertirse en una herramienta de empoderamiento comunitario y de participación social activa. Tal como afirma Porto-Gonçalves (2001), los territorios no son solo espacios físicos, sino escenarios de disputas, significados y resistencias, donde el reciclaje puede convertirse en una estrategia para defender la vida, la dignidad y la sostenibilidad.

El reciclaje es un proceso técnico, social, económico y cultural, cuya implementación efectiva requiere de la articulación entre distintos actores: el Estado, las empresas, los

recicladores de oficio, las comunidades y los ciudadanos. Más allá de una práctica ambiental, el reciclaje representa una oportunidad para transformar las relaciones con el entorno y construir modelos de desarrollo más justos y sostenibles. Reconocer y valorar la labor de quienes viven del reciclaje, en particular de los adultos mayores que realizan esta actividad en condiciones de vulnerabilidad, constituye una deuda pendiente en muchos contextos latinoamericanos.

Incorporar este enfoque al análisis del reciclaje permite avanzar hacia políticas públicas más inclusivas y hacia una sociedad más equitativa y resiliente.

## **Diseño Metodológico**

Plan de Intervención Psicosocial para potenciar la calidad de vida de los adultos mayores que se dedican a la labor del reciclaje en el barrio Henequén en la ciudad de Cartagena, se implementará desde diseño metodológico desde la investigación cualitativa con enfoque etnográfico.

Los métodos cualitativos consideran dimensiones de la interacción social que difícilmente tratan otros métodos. Balcazar González (2013) Investigación Cualitativa. Para Le Compte (1995), la investigación cualitativa se entiende como una categoría de diseños de investigación que extraen descripciones a través de observaciones que aportan formas de entrevistas, narraciones, notas de campo. Para esta autora, la mayor parte de los estudios están preocupados por el entorno de los acontecimientos en los que los seres humanos se implican e interesan, evalúan y experimentan directamente (Rodríguez, Gómez y Gil, 1999) y el enfoque etnográfico permitirá estudiar - comprender la cultura, comportamiento y experiencias de los adultos mayores que se dedican al reciclaje para obtener una comprensión profunda y contextualizada de las experiencias, desafíos y necesidades para diseñar estrategias de intervención efectivas y sostenibles.

### **Población**

La población está compuesta por adultos mayores de 60 años en adelante, hombres y mujeres, que residen en el barrio Henequén de la ciudad de Cartagena y que se dedican de forma regular al reciclaje como medio de sustento. Esta población presenta características de vulnerabilidad social, informalidad laboral y baja cobertura de derechos sociales.

## **Muestra**

La muestra será intencional, propia de los estudios cualitativos y etnográficos. Se seleccionarán entre 10 y 15 participantes, bajo criterios de pertenencia al grupo de recicladores, disposición para participar y permanencia en la actividad de reciclaje. Esta cantidad permite una observación en profundidad y la saturación teórica de categorías.

## **Técnicas e Instrumentos de Recolección de Información**

Las técnicas e instrumentos de recolección de información son los medios que permiten obtener datos pertinentes y veraces sobre una realidad social determinada. En el presente trabajo se emplearán tres técnicas principales: la entrevista a profundidad, los grupos focales y la observación participante.

Entrevistas en profundidad: Se aplicarán entrevistas semiestructuradas para conocer en detalle las experiencias individuales de los adultos mayores. Los ejes temáticos incluirán: historia de vida, percepción de la vejez y el trabajo, condiciones de salud y bienestar, relaciones familiares y comunitarias, estrategias de afrontamiento, entre otros. Estas entrevistas permitirán captar las voces subjetivas, las emociones y los significados atribuidos por cada persona a su cotidianidad.

Grupos focales: Se conformarán dos grupos focales (de 5 a 7 personas cada uno), en los que se abordarán temas colectivos como la organización del reciclaje en el barrio, relaciones con actores institucionales, redes de apoyo, imaginarios sociales sobre el reciclador, percepción de derechos, necesidades sentidas y propuestas para mejorar su calidad de vida. Esta técnica permitirá el diálogo entre pares, fomentando la construcción colectiva de sentido y el contraste de experiencias.

Observación participante: Se realizará un acompañamiento etnográfico en los espacios de trabajo, puntos de acopio, rutas de recolección y entornos sociales donde interactúan los adultos mayores. Se registrarán aspectos como las prácticas laborales, relaciones sociales, modos de organización, lenguaje corporal, símbolos y situaciones relevantes. Los datos serán consignados en diarios de campo, permitiendo triangular lo observado con lo dicho en entrevistas y grupos focales.

### **Análisis de la Información**

El análisis de la información seguirá un enfoque inductivo, basado en la codificación abierta y selectiva de los datos, conforme a los principios de la teoría fundamentada (Strauss & Corbin, 2002). A través de esta metodología, se identificarán categorías emergentes, patrones de significado y tensiones sociales relevantes que atraviesan las experiencias de los adultos mayores recicladores. Se empleará la técnica de análisis temático, la cual permite organizar y dar sentido a los datos cualitativos mediante la identificación de temas recurrentes, contrastes y relaciones entre categorías (Braun & Clarke, 2006).

El proceso se fortalecerá mediante el uso de matrices de categorización, que facilitarán la organización de la información recolectada por cada técnica y participante, y por la aplicación de la triangulación entre fuentes (entrevistas, grupos focales y observación), lo cual aumenta la validez interna del estudio (Flick, 2012; Gibbs, 2012).

La interpretación etnográfica tendrá en cuenta el contexto sociocultural, las trayectorias de vida, las interacciones cotidianas, los símbolos, las narrativas y los discursos como unidades clave de análisis. En este sentido, el análisis no se limitará al contenido verbal, sino que buscará comprender la dimensión experiencial, emocional, corporal y relacional del fenómeno investigado. Este enfoque coincide con los hallazgos del estudio desarrollado por Costa, 2023

quien, a partir de entrevistas y observación con adultos mayores recicladores del barrio Henequén, evidenció cómo sus relatos reflejan no solo condiciones materiales de pobreza y exclusión, sino también sentimientos de desvalorización, soledad y falta de reconocimiento social. Incorporar esta perspectiva permitirá enriquecer la comprensión de las realidades subjetivas y colectivas de los participantes, reconociendo las dimensiones simbólicas y emocionales que configuran su cotidianidad y su bienestar psicosocial.

Consideraciones éticas: En cumplimiento con los principios éticos fundamentales de la investigación cualitativa y en concordancia con lo establecido en la Resolución 8430 de 1993 del Ministerio de Salud de Colombia, este estudio garantizará el respeto, la protección y la promoción de los derechos de los participantes, especialmente considerando que se trata de una población en situación de vulnerabilidad como lo son los adultos mayores recicladores.

Se asegurará el principio de autonomía mediante el proceso de consentimiento informado, que será explicado de forma clara, comprensible y adaptada al nivel educativo y cultural de los participantes. Este consentimiento será obtenido por escrito, luego de asegurar que cada persona ha comprendido voluntaria y libremente la naturaleza, los objetivos, los procedimientos, riesgos y beneficios del estudio. Se dejará claro que su participación es completamente libre, voluntaria y revocable en cualquier momento, sin que ello tenga consecuencias negativas para los involucrados.

En cuanto a la confidencialidad, se protegerá la identidad de los participantes utilizando seudónimos en los registros de datos, análisis e informes finales. Toda la información recopilada será resguardada de forma segura, restringiendo el acceso a personas externas al equipo investigador. Los registros de audio, transcripciones y notas de campo serán almacenados en

medios digitales con claves de seguridad y serán eliminados una vez cumplidos los objetivos del proyecto.

El principio de no maleficencia será observado cuidadosamente, asegurando que ningún procedimiento cause daño físico, psicológico, emocional o social a los participantes. Dado que se trata de un trabajo que implica una inmersión etnográfica prolongada en el campo, se asumirá una postura de respeto, escucha activa y sensibilidad cultural frente a las formas de vida, creencias, valores, rutinas y condiciones específicas de los adultos mayores recicladores.

Se promoverá también el principio de beneficencia, procurando que los resultados de la investigación no solo aporten a la producción de conocimiento, sino que también generen beneficios tangibles para los participantes y su comunidad. Esto puede traducirse en visibilización de su realidad social, generación de propuestas de mejora y empoderamiento comunitario a través de la participación activa en las fases del proyecto.

Durante las entrevistas, grupos focales y observación participante, se mantendrá una actitud empática y ética, evitando cualquier tipo de presión, sesgo o juicio moral hacia las prácticas y discursos de los actores involucrados. Además, se respetarán los tiempos y ritmos propios de los adultos mayores, teniendo en cuenta sus condiciones de salud, capacidades cognitivas y necesidades individuales.

Finalmente, en caso de identificar situaciones de riesgo, maltrato, negligencia o condiciones que atenten contra los derechos humanos de los participantes, se activarán las rutas institucionales pertinentes de atención, informando oportunamente a las entidades competentes, siempre con el consentimiento del afectado, respetando su voluntad y dignidad.

## Resultados

A partir de los hallazgos de la investigación Restaurando Dignidad desde lo Psicosocial en los Recicladores Adultos Mayores del barrio Henequén de la ciudad de Cartagena de Indias (Costa, 2023) muestran que el reciclaje en Henequén no solo es una fuente de ingresos, sino también un reflejo de trayectorias de vida marcadas por la exclusión educativa, la precariedad y el envejecimiento en condiciones vulnerables.

La Psicología Comunitaria demanda intervenciones que reconozcan la experiencia colectiva, promuevan el empoderamiento y articulen de manera estratégica los recursos institucionales disponibles. Desde esta perspectiva, mejorar la calidad de vida de los adultos mayores, especialmente aquellos vinculados a labores informales como el reciclaje, no solo favorece su bienestar individual, sino que también aporta al fortalecimiento del tejido comunitario, la protección de los derechos humanos y ambientales, y la promoción de dinámicas de cohesión social (Alfaro, 2012; Montero, 2004), los procesos comunitarios deben orientarse hacia la participación, la construcción de ciudadanía y el desarrollo de capacidades colectivas que permitan transformar realidades. En este sentido, generar estrategias psicosociales que reconozcan las voces, trayectorias y necesidades de los adultos mayores recicladores constituye una acción clave para el ejercicio pleno de sus derechos y la consolidación de comunidades más justas, solidarias y sostenibles.

En consecuencia con lo descrito anteriormente, se propone el Plan de Intervención Psicosocial para Optimizar la Calidad de Vida de Adultos Mayores Dedicados al Reciclaje en el Barrio Henequén, Ciudad de Cartagena, estructurado en las siguientes fases metodológicas:

Fase 0: Formulación y articulación interinstitucional

Fase 1: Implementación de intervenciones psicosociales y acciones de promoción de la

salud mental.

Fase 2: Fortalecimiento de capacidades productivas y formación laboral.

Fase 3: Gestión de derechos, orientación y acceso a redes de apoyo y servicios.

Fase 4: Estrategias de reconocimiento social y participación ciudadana.

Fase 5: Evaluación de resultados y sistematización de la experiencia.

A continuación se detalla el objetivo y actividades para cada una de las fases:

### **Formulación y Articulación Interinstitucional**

Objetivo: Establecer los fundamentos metodológicos y de articulación interinstitucional que posibiliten la implementación rigurosa del plan de intervención, garantizando su viabilidad organizacional y la participación de los actores sociales involucrados.

Actividades:

- Revisión y consolidación del diagnóstico participativo preliminar, con el objetivo de reconocer las necesidades, recursos y dinámicas sociocomunitarias identificadas en la comunidad.
- Identificación y caracterización de los actores e instituciones potencialmente aliadas, como la alcaldía local, entidades de salud, organizaciones ambientales, EPS y centros comunitarios, para la conformación de una red de apoyo intersectorial que facilite el cumplimiento de los objetivos.
- Diseño de cronogramas, los protocolos éticos y los lineamientos metodológicos de intervención, asegurando la coherencia interna del proceso, el resguardo de los principios bioéticos y la claridad procedimental en cada una de las fases del plan.

- Divulgación inicial del proyecto con la comunidad de adultos mayores recicladores, orientada a la validación de expectativas, el fortalecimiento de la participación informada y la consolidación de compromisos de corresponsabilidad en el desarrollo de las acciones propuestas.

La fase de formulación, preparación técnica y articulación interinstitucional se fundamenta en los principios centrales de la Psicología Comunitaria, disciplina que concibe la intervención social como un proceso participativo, contextualizado y orientado al fortalecimiento de capacidades colectivas. En este sentido, la Psicología Comunitaria propone que toda acción debe partir de una comprensión profunda y dialogada del territorio, la comunidad y sus dinámicas relacionales (Montero, 2004). Por ello, la revisión y consolidación del diagnóstico participativo se configuran como prácticas esenciales para garantizar que el proceso interventivo responda de manera pertinente a las realidades locales y a la voz de los actores sociales involucrados.

El énfasis en la participación y la corresponsabilidad es uno de los pilares teóricos que sustentan esta fase. Desde la perspectiva latinoamericana, la participación no se limita a la consulta, sino que implica la construcción conjunta de objetivos, decisiones y estrategias (Montero, 2004; Alfaro, 2012). Esto exige procesos de socialización inicial del proyecto que permitan a la comunidad no ser únicamente receptora, sino también coautora del plan de intervención, fortaleciendo su autonomía y poder comunitario.

De igual manera, la Psicología Comunitaria destaca la importancia del trabajo intersectorial y la articulación institucional como condiciones necesarias para la promoción del bienestar colectivo. Autores como Wiesenfeld (2000) sostienen que la complejidad de los problemas comunitarios demanda respuestas integrales que trasciendan la acción unidisciplinar y convoquen a redes institucionales, gubernamentales y comunitarias en torno a un propósito

común. En el caso de los adultos mayores dedicados al reciclaje, esta articulación se vuelve estratégica, dado que su calidad de vida depende de múltiples factores: acceso a salud, derechos sociales, reconocimiento del oficio, apoyo ambiental, redes comunitarias y sostenibilidad económica.

Asimismo, esta fase retoma el enfoque ecológico-contextual, propio de la psicología comunitaria contemporánea, que plantea que las intervenciones deben partir de la interacción entre el individuo, la comunidad y los sistemas sociales más amplios (Bronfenbrenner, 1987). La definición temprana de lineamientos metodológicos, protocolos éticos y mecanismos de coordinación interinstitucional permite abordar las problemáticas de los adultos mayores recicladores desde una perspectiva holística, reconociendo tanto sus vulnerabilidades como sus fortalezas y recursos. Según Sánchez Vidal (2007), la ética en la Psicología Comunitaria implica respeto por la dignidad humana, transparencia en los procesos, protección de poblaciones en riesgo y promoción de prácticas emancipadoras. La formulación responsable y participativa del plan, así como el establecimiento de protocolos éticos y acuerdos comunitarios, responde directamente a este principio orientador.

### **Implementación de Intervenciones Psicosociales y Promoción de la Salud Mental**

Objetivo: Promover el bienestar emocional, relacional y psicológico de los adultos mayores mediante la implementación de estrategias de acompañamiento individual y colectivo, orientadas al fortalecimiento de sus recursos personales, vínculos socioafectivos y procesos de afrontamiento.

Actividades:

- Intervención psicosocial individual orientada al acompañamiento emocional, la elaboración de procesos de duelo y el fortalecimiento del autoconcepto y la capacidad de afrontamiento.
- Desarrollo de círculos de diálogo y grupos de apoyo comunitario con el propósito de promover la cohesión social, la resiliencia colectiva y el fortalecimiento de redes socioafectivas.
- Realización de talleres formativos en salud mental, prácticas de autocuidado y envejecimiento activo, dirigidos a potenciar el bienestar integral y la autonomía funcional de los participantes.
- Relación de actividades lúdicas y ejercicios de expresión corporal orientados a favorecer la regulación emocional, la integración grupal y la estimulación psicofísica.

Las acciones para esta fase están igualmente fundamentadas en los principios de la Psicología Comunitaria, la cual concibe el bienestar como un proceso relacional que se construye mediante la participación, el fortalecimiento de vínculos y el reconocimiento de los recursos individuales y colectivos (Montero, 2004). La atención psicosocial individual se articula con este enfoque en tanto permite la contención emocional, la elaboración de experiencias significativas y el fortalecimiento del autoconcepto, aspectos que son esenciales para la percepción de autoeficacia (Bandura, 1997).

Los círculos de palabra y grupos de apoyo se sustentan en la construcción de comunidad como espacio de diálogo horizontal, validación mutua y desarrollo de resiliencia colectiva, tal como lo plantean autores como Barrera (2010) y Alfaro (2012), quienes destacan que la cohesión grupal y la interacción solidaria favorecen procesos de empoderamiento y transformación social. Asimismo, los talleres de salud mental, autocuidado y envejecimiento activo se fundamentan en

el modelo de promoción de la salud de la OPS (2018), el cual resalta la importancia de fortalecer capacidades, hábitos protectores y prácticas reflexivas para mejorar la calidad de vida en poblaciones vulnerables.

### **Fortalecimiento de Capacidades Productivas y Formación Sociolaboral**

Objetivo: Fortalecer las capacidades productivas de los adultos mayores mediante procesos formativos que promuevan su autonomía económica y amplíen sus oportunidades de inserción laboral en ámbitos formales y no formales.

Actividades:

- Diseño e implementación de talleres de capacitación ocupacional orientados al fortalecimiento de competencias técnicas asociadas al reciclaje, manejo de residuos, clasificación de materiales y optimización de procesos productivos propios del oficio.
- Formación en habilidades para la gestión económica básica, incluyendo nociones de contabilidad cotidiana, administración de ingresos, planificación financiera y estrategias de ahorro adaptadas a las condiciones socioeconómicas de los adultos mayores recicladores.
- Orientación en emprendimiento comunitario mediante sesiones formativas sobre modelos de negocio de bajo costo, rutas para la creación de microemprendimientos y fortalecimiento de iniciativas productivas colectivas vinculadas al reciclaje y la economía circular.
- Articulación con instituciones públicas y privadas para facilitar procesos de formación certificada, promoviendo oportunidades de inserción laboral formal o semiformales.
- Espacios de asesoría personalizada para identificar intereses, capacidades y barreras de cada participante, con el fin de orientar posibles rutas de formación.

El fortalecimiento de capacidades productivas en adultos mayores recicladores se sustenta en los principios de la Psicología Comunitaria, la cual concibe la autonomía económica como un componente fundamental del bienestar y la participación social. Desde esta perspectiva, la promoción de habilidades ocupacionales trasciende la dimensión instrumental y se vincula con procesos de empoderamiento, entendidos como la ampliación de recursos personales, colectivos y contextuales que permiten a las personas incidir en su propio proyecto de vida (Montero, 2004).

Asimismo, la capacitación técnica y la formación para la gestión económica responden al enfoque ecológico de Bronfenbrenner (1987), que reconoce la influencia de los entornos socioeconómicos en el desarrollo humano y la necesidad de intervenir en factores estructurales que limitan las oportunidades de los grupos vulnerados. La Psicología Comunitaria enfatiza además la creación y fortalecimiento de redes de apoyo y la articulación interinstitucional como mecanismos que facilitan la inserción laboral y la disminución de barreras sociales, contribuyendo a la justicia distributiva y al reconocimiento de derechos (Alfaro, 2012). En este sentido, las iniciativas de formación y acompañamiento productivo se conciben como herramientas para potenciar la agencia de los adultos mayores, promover su inclusión en dinámicas económicas formales y no formales, y favorecer procesos de desarrollo comunitario sostenibles que reduzcan desigualdades históricas asociadas al trabajo informal del reciclaje.

### **Gestión de Derechos, Orientación y Acceso a Redes de Apoyo y Servicios**

Objetivo: Promover el ejercicio efectivo de derechos fundamentales en salud, protección social y acceso a servicios institucionales para los adultos mayores recicladores.

Actividades:

- Gestión interinstitucional con entidades distritales y nacionales (EPS, Secretaría de Salud, Secretaría de Participación, Adulto Mayor y entes de protección social) para facilitar el acceso a servicios de salud, programas de subsidios y rutas de atención integral.
- Acompañamiento en trámites y actualización de documentos necesarios para la afiliación o regularización en el sistema de seguridad social, programas de asistencia económica y beneficios complementarios dirigidos a población mayor.
- Orientación en rutas de atención en salud física y mental, incluyendo identificación de necesidades prioritarias, remisión a servicios pertinentes y seguimiento a la continuidad de los tratamientos.
- Implementación de jornadas comunitarias de información y asesoría, en las que se aborden derechos fundamentales y oferta institucional disponible para personas mayores en situación de vulnerabilidad socioeconómica.
- Articulación con programas de apoyo alimentario y transferencias económicas, con el fin de fortalecer la seguridad alimentaria y disminuir riesgos asociados a la pobreza extrema.

La Psicología Comunitaria, reconoce que el bienestar no puede comprenderse únicamente desde dimensiones individuales, sino que depende de las condiciones estructurales, institucionales y sociopolíticas que configuran la vida cotidiana de las comunidades. Desde esta perspectiva, los adultos mayores recicladores constituyen un grupo históricamente excluido cuyas vulnerabilidades se profundizan por barreras de acceso a salud, protección social y servicios estatales, lo que exige intervenciones orientadas a transformar estos determinantes contextuales. De acuerdo con los enfoques de empoderamiento comunitario (Montero, 2004), la garantía de derechos implica fortalecer la autonomía, la capacidad de exigibilidad y la participación de los sujetos en la gestión de recursos institucionales.

Asimismo, el enfoque ecológico de Bronfenbrenner (1987) evidencia que los sistemas macrosociales como políticas públicas, redes de apoyo institucional y programas estatales influyen directamente en las oportunidades y restricciones que enfrentan las personas mayores. Bajo esta lógica, la articulación interinstitucional, la gestión social y la eliminación de barreras administrativas se convierten en estrategias fundamentales para promover justicia social, equidad y reconocimiento, elementos centrales para la Psicología Comunitaria y para la dignificación de poblaciones vulneradas como los adultos mayores dedicados al reciclaje.

### **Estrategias Reconocimiento Social, Sensibilización Comunitaria y Participación Ciudadana**

Objetivo: Promover la transformación de los imaginarios sociales en torno al reciclaje, el reconocimiento de los adultos mayores como actores ambientales y el fortalecimiento de la integración comunitaria.

Actividades:

- Desarrollo de estrategias formativas comunitarias orientadas a la sensibilización sobre la importancia del reciclaje y la dignificación del oficio, mediante talleres participativos, espacios educativos y acciones pedagógicas dirigidas a diversos grupos poblacionales del territorio.
- Implementación de jornadas comunitarias integradoras, tales como ferias socioambientales, muestras educativas y encuentros intergeneracionales, con el propósito de fortalecer el tejido social, visibilizar el rol de los adultos mayores recicladores y fomentar la corresponsabilidad comunitaria frente a la sostenibilidad ambiental.
- Establecimiento de alianzas interinstitucionales y comunitarias con instituciones educativas, liderazgos locales y organizaciones ambientales, a fin de consolidar redes de apoyo

que faciliten la ejecución del plan de intervención, potencien los procesos formativos y garanticen la sostenibilidad de las acciones propuestas.

El bienestar es un proceso colectivo construido a partir de la interacción entre las dimensiones personales, relacionales y socioestructurales. Desde los aportes de la psicología comunitaria, la intervención psicosocial adquiere un carácter participativo y transformador, en la medida en que reconoce a las comunidades como agentes activos en la identificación de sus necesidades, en la gestión de sus recursos y en la formulación de estrategias orientadas a la mejora de sus condiciones de vida. Autores como Montero (2004) y Sánchez Vidal (2013) destacan que la psicología comunitaria se orienta a fortalecer la autonomía, la organización social y la corresponsabilidad, promoviendo procesos de empoderamiento que permiten a los grupos históricamente excluidos recuperar su voz y agencia en los escenarios sociales.

En el caso de los adultos mayores recicladores del barrio Henequén, este enfoque resulta especialmente pertinente, dado que sus condiciones de vulnerabilidad socioeconómica, precariedad laboral y escaso acceso a redes institucionales demandan intervenciones que articulen apoyo emocional, fortalecimiento de capacidades y transformación de imaginarios sociales. Asimismo, la psicología comunitaria resalta la importancia de comprender el contexto como un sistema dinámico atravesado por desigualdades estructurales, lo que implica diseñar acciones que incidan simultáneamente en el nivel individual, comunitario y sociopolítico.

### **Monitoreo Integral, Evaluación de Resultados y Sistematización de la Experiencia**

Objetivo: Evaluar de manera sistemática los avances, impactos y aprendizajes derivados del proceso de intervención psicosocial, con el propósito de fortalecer su eficacia y aportar a la construcción de conocimiento académico en el campo de la psicología comunitaria.

Actividades:

- Diseño y validación de indicadores de proceso, resultado e impacto, orientados a medir el avance, la efectividad y los cambios generados por la intervención psicosocial en la población participante.

- Implementación de una estrategia de sistematización participativa, que recoja percepciones, experiencias y aprendizajes de los adultos mayores recicladores, así como de los actores comunitarios y profesionales involucrados.

- Desarrollo de espacios de retroalimentación periódica con la comunidad, líderes barriales y entidades institucionales, con el fin de analizar avances, identificar ajustes necesarios y fortalecer la corresponsabilidad en el proceso.

Desde la perspectiva de Montero (2004), la evaluación en procesos comunitarios debe ser participativa, dialógica y orientada a la construcción conjunta de sentidos, ya que solo así es posible comprender las transformaciones subjetivas y sociales derivadas de las acciones implementadas. En esta línea, la elaboración y validación de indicadores responde a lo planteado por Sánchez Vidal (2007), quien afirma que las intervenciones comunitarias requieren mecanismos rigurosos de seguimiento que permitan valorar su pertinencia, eficacia y coherencia con las necesidades reales del territorio. Asimismo, la sistematización participativa, entendida como un proceso reflexivo que organiza e interpreta críticamente la experiencia vivida, se sustenta en aportes de Jara (2018) y Freire (1970), para quienes la recuperación de la voz de los participantes es esencial para fortalecer la conciencia crítica, promover aprendizajes significativos y mejorar las prácticas futuras. Finalmente, la construcción de espacios periódicos de retroalimentación se alinea con la propuesta de Berger y Luckmann (1997) sobre la producción social de la realidad, dado que estos encuentros favorecen la deliberación colectiva,

la toma de decisiones informada y el ajuste dinámico de las acciones a partir de las percepciones y saberes comunitarios.

## Discusión

El análisis de los hallazgos derivados de la investigación “*Restaurando Dignidad desde lo Psicosocial en los Recicladores Adultos Mayores del barrio Henequén de la ciudad de Cartagena de Indias*” (Costa, 2023) evidencia la profunda interrelación entre envejecimiento, pobreza estructural, informalidad laboral y exclusión social. Estos resultados reafirman que el reciclaje, lejos de constituir únicamente un medio de subsistencia, es un reflejo de trayectorias vitales atravesadas por la precariedad, el bajo acceso a educación formal, la ausencia de redes institucionales estables y la inequidad acumulada a lo largo de décadas. Esta realidad coincide con lo planteado por Montero (2004) y Alfaro (2012), quienes sostienen que las condiciones de vida de grupos históricamente relegados deben interpretarse desde una perspectiva estructural, comunitaria y participativa, donde el bienestar no se reduzca a indicadores individuales, sino que se construya colectivamente desde la justicia social y la redistribución de oportunidades.

En coherencia con estos postulados, el Plan de Intervención Psicosocial propuesto para los adultos mayores recicladores del barrio Henequén se constituye como una respuesta integral a las múltiples dimensiones del problema. Su diseño por fases no solo permite una implementación ordenada, sino que traduce en acciones concretas los principios centrales de la Psicología Comunitaria: participación, corresponsabilidad, empoderamiento, articulación intersectorial y contextualización de los procesos. Tal estructura responde adecuadamente a lo planteado por el enfoque ecológico de Bronfenbrenner (1987), al reconocer que las problemáticas que afectan a esta población emergen de la interacción entre factores individuales, comunitarios, institucionales y macrosociales.

En la Fase 0, centrada en la formulación y articulación interinstitucional, se observa una respuesta coherente a la necesidad de partir de un diagnóstico participativo y actualizado que dé

voz a los adultos mayores recicladores como sujetos sociales activos. Esta fase sostiene el planteamiento de Wiesenfeld (2000), quien advierte que los problemas comunitarios requieren abordajes que trasciendan la acción aislada de los profesionales y convoquen a distintos actores institucionales con capacidad de incidir en los determinantes estructurales de bienestar. Así, la construcción de redes de apoyo intersectoriales, la definición ética del proceso y la socialización inicial del proyecto se configuran como condiciones necesarias para el éxito de las fases posteriores.

En la Fase 1, orientada al bienestar emocional y relacional, el énfasis en la atención psicosocial, los círculos de diálogo y los talleres de autocuidado articula adecuadamente los aportes de Bandura (1997) sobre autoeficacia, así como las propuestas de Barrera (2010) y Alfaro (2012) sobre resiliencia colectiva y cohesión comunitaria. La inclusión de actividades lúdicas y expresivas es particularmente pertinente dado que los adultos mayores recicladores enfrentan múltiples estresores acumulativos, pérdida de roles, desgaste físico y fragilidad emocional; factores que, según la OPS (2018), demandan intervenciones integrales de promoción de la salud mental y envejecimiento activo.

La Fase 2, orientada al fortalecimiento de capacidades productivas, representa un aporte significativo desde la Psicología Comunitaria, ya que reconoce que la autonomía económica es un componente esencial del bienestar y de la participación ciudadana. En consonancia con Montero (2004), esta fase asume el empoderamiento como un proceso de ampliación de recursos y oportunidades que permite a los sujetos incidir en sus proyectos de vida. Además, incorpora el enfoque ecológico al intervenir factores estructurales como la informalidad, la ausencia de formación certificada y las desigualdades laborales, aspectos que afectan de manera directa la calidad de vida de esta población.

Por su parte, la Fase 3 introduce una perspectiva de derechos que se constituye en uno de los pilares contemporáneos de la Psicología Comunitaria. La gestión institucional y el acompañamiento en trámites responden al reconocimiento de que la exclusión no es solamente un fenómeno subjetivo, sino también jurídico, administrativo y político. La articulación con entidades de salud, programas de subsidios y redes de protección social evidencia un abordaje integral de la vulnerabilidad. Esto coincide con las propuestas de Sánchez Vidal (2007), quien señala que el acceso efectivo a derechos sociales constituye un indicador clave del bienestar comunitario y del fortalecimiento de la ciudadanía.

En la Fase 4, centrada en la sensibilización comunitaria, la participación ciudadana y el reconocimiento social, se materializa el componente transformador de la Psicología Comunitaria. Transformar imaginarios, dignificar el oficio del reciclaje y promover encuentros intergeneracionales contribuye no solo a la integración comunitaria, sino también a la reducción del estigma y a la ampliación de los vínculos sociales. Este componente se articula con los planteamientos de Berger y Luckmann (1997) sobre la construcción social de la realidad y el papel de lo simbólico en la configuración de la identidad colectiva. Al mismo tiempo, responde a la necesidad de recuperar la voz de los adultos mayores como actores ambientales y como sujetos de derechos.

Finalmente, la Fase 5 integra la evaluación participativa, la sistematización y la retroalimentación como prácticas esenciales para garantizar la sostenibilidad y la rigurosidad del proceso. Desde las propuestas de Jara (2018) y Freire (1970), la sistematización no es solo un ejercicio técnico, sino un proceso político y pedagógico de lectura crítica de la experiencia, donde los participantes elaboran sentidos, aprendizajes y proyecciones futuras. La incorporación de indicadores de proceso, resultado e impacto, junto con espacios de retroalimentación

comunitaria, reafirma el compromiso con la transparencia, la mejora continua y la consolidación de conocimiento colectivo.

El Plan de Intervención Psicosocial propuesto constituye una articulación rigurosa y coherente entre los hallazgos derivados del proceso investigativo previo, los fundamentos epistemológicos y metodológicos de la Psicología Comunitaria, y las condiciones sociohistóricas que configuran la vida cotidiana de los adultos mayores recicladores del barrio Henequén. La organización del plan por fases evidencia que no puede ser abordado únicamente desde la dimensión individual, sino que demanda intervenciones simultáneas en los ámbitos emocional, relacional, comunitario, socioeconómico y sociopolítico.

Esta propuesta se sustenta en los postulados de la salud mental comunitaria, que subrayan la importancia de construir procesos participativos, dialógicos y culturalmente situados, orientados a fortalecer las capacidades individuales y colectivas, ampliar las oportunidades de agencia y transformar las condiciones estructurales que reproducen la desigualdad. Asimismo, el plan se alinea con los principios de la intervención psicosocial, que conciben al sujeto como parte de una red de significados, vínculos y prácticas que inciden directamente en su bienestar y en su posibilidad de ejercer plenamente sus derechos.

De igual modo, la intervención proyectada da cuenta de un compromiso ético-político con la dignificación de los adultos mayores recicladores, históricamente invisibilizados en las agendas públicas y en las narrativas sociales sobre el trabajo ambiental. Al integrar estrategias de acompañamiento emocional, fortalecimiento comunitario, reconocimiento social y gestión institucional, el plan no solo busca mejorar su calidad de vida, sino también incidir en las representaciones sociales asociadas al reciclaje, promover su inclusión en escenarios de participación y aportar a la consolidación de entornos comunitarios más justos y solidarios.

Este Plan de Intervención Psicosocial es una contribución académica y social significativa, al combinar rigurosidad conceptual, coherencia metodológica y pertinencia contextual. Su implementación no solo permitirá avanzar en la comprensión de las condiciones que afectan a esta población, sino también generar transformaciones concretas que promuevan la justicia social, la corresponsabilidad comunitaria y el ejercicio efectivo de derechos en los adultos mayores recicladores del barrio Henequén, aportando así al fortalecimiento del campo de la Psicología Comunitaria y a la construcción de territorios más inclusivos y equitativos.

## Conclusiones

Las conclusiones del presente proyecto permiten reconocer que la calidad de vida de los adultos mayores recicladores del barrio Henequén constituye acciones que articulan dimensiones individuales, familiares, comunitarias y estructurales. En coherencia con lo planteado por autores como Montero (2004) y Zimmerman (2000), los resultados alcanzados evidencian que el bienestar psicosocial no puede ser comprendido únicamente desde variables personales, sino desde las condiciones materiales, simbólicas y relacionales que enmarcan las vidas de las personas mayores en contextos de exclusión social prolongada. La intervención propuesta aporta a transformar estos determinantes, al situar en el centro la dignificación, la participación y la ampliación de capacidades.

De igual modo, los hallazgos del diagnóstico previo y la formulación del plan de intervención confirman que la población estudiada se encuentra atrapada en dinámicas de pobreza estructural que limitan su autonomía, su participación social y el ejercicio de sus derechos fundamentales, tal como lo advierte Sen (2000) en su teoría de las capacidades y las libertades humanas. La precariedad laboral, la ausencia de seguridad social y las representaciones sociales negativas en torno al reciclaje profundizan la vulnerabilidad emocional y social de los adultos mayores. En esta perspectiva, el proyecto aporta elementos para comprender cómo estas desigualdades inciden en la salud mental, reafirmando lo planteado por la OMS (2002) respecto a la necesidad de considerar el bienestar integral como un indicador central en políticas y acciones comunitarias.

Así mismo, el proceso permitió corroborar la pertinencia de la Psicología Comunitaria como marco conceptual y metodológico para intervenir problemáticas sociales complejas. Los aportes de autores como Sánchez Vidal (2009), Serrano-García (1990) y Martín-Baró (1998)

resultan fundamentales para comprender la participación comunitaria como eje ético y político de la acción psicosocial. La intervención diseñada se fortalece desde estos postulados al promover procesos de empoderamiento, cohesión social, corresponsabilidad y construcción colectiva de soluciones, elementos indispensables para avanzar en transformaciones sostenibles a nivel territorial.

Finalmente, el proyecto contribuye al campo académico y profesional al demostrar que la articulación entre investigación, intervención y participación comunitaria genera procesos de cambio social con mayor profundidad y legitimidad. La sistematización participativa, la evaluación por indicadores y el trabajo colaborativo con líderes y actores institucionales consolidan una ruta metodológica replicable en otros contextos con características similares. En suma, este trabajo ratifica la necesidad de continuar desarrollando estrategias psicosociales integrales orientadas a promover justicia social, reconocimiento y bienestar para poblaciones históricamente excluidas, reafirmando el compromiso de la disciplina con la dignidad humana y la transformación comunitaria.

## Recomendaciones

Las recomendaciones derivadas de este estudio apuntan a la sostenibilidad, pertinencia y profundización del Plan de Intervención Psicosocial, con el fin de consolidar procesos de transformación social y promover el bienestar integral de los adultos mayores recicladores del barrio Henequén. En primer lugar, se recomienda fortalecer la articulación interinstitucional entre entidades públicas, organizaciones comunitarias y actores académicos, dado que la garantía de derechos y el acceso a servicios sociales solo es posible mediante la corresponsabilidad y la acción conjunta. Tal como sugieren Montero (2004) y Martínez (2016), los procesos comunitarios requieren la consolidación de redes de apoyo estables que permitan sostener a largo plazo las iniciativas psicosociales y generar escenarios de gobernanza participativa.

Asimismo, resulta pertinente ampliar las estrategias de participación comunitaria, promoviendo mecanismos deliberativos que permitan a los adultos mayores incidir activamente en la toma de decisiones sobre los programas que les afectan. Desde la Psicología Comunitaria, autores como Freire (1970) y Alinsky (1971) destacan la necesidad de fomentar la conciencia crítica y la organización social como condiciones para la transformación estructural; en este sentido, se sugiere consolidar espacios colectivos permanentes donde la comunidad pueda expresar sus necesidades, evaluar los avances del proyecto e impulsar nuevas propuestas de acción.

Otra recomendación relevante consiste en garantizar la continuidad de los procesos formativos en temáticas como autocuidado, salud mental, derechos sociales, envejecimiento activo y economía circular. La evidencia señala que la educación comunitaria contribuye al fortalecimiento del sentido de agencia, reduce la vulnerabilidad social y promueve prácticas sostenibles orientadas al bienestar (Balcázar, 2003; Wiesenfeld, 2011). De esta manera, se

recomienda incorporar módulos formativos en articulación con instituciones educativas, organizaciones ambientales y programas distritales de inclusión social.

Del mismo modo, se sugiere ampliar el alcance del plan hacia acciones de incidencia sociopolítica, orientadas a visibilizar el aporte ambiental y económico de los recicladores, con el propósito de dismantlar los imaginarios sociales estigmatizantes que perpetúan su exclusión. En consonancia con autores como Sen (2000) y Fraser (2008), la justicia social requiere tanto el reconocimiento simbólico como la redistribución material; por ello, se recomienda promover campañas públicas de sensibilización, espacios de diálogo con autoridades locales y estrategias comunicativas que posicionen a los adultos mayores como actores ambientales esenciales.

Finalmente, se recomienda garantizar la evaluación continua del Plan de Intervención, incorporando métodos mixtos y procesos de sistematización participativa que permitan valorar los avances, dificultades y aprendizajes emergentes. La incorporación de indicadores de proceso, resultado e impacto, junto con la participación activa de la comunidad en la interpretación de los hallazgos, favorecerá la mejora permanente de la intervención y aportará al conocimiento académico sobre envejecimiento, salud mental comunitaria y trabajo informal.

Estas recomendaciones, fundamentadas en los principios de la Psicología Comunitaria y en la evidencia empírica generada, buscan consolidar un proceso transformador que aporte a la dignificación, inclusión y bienestar integral de los adultos mayores recicladores, fortaleciendo su ciudadanía plena y reconociendo su rol fundamental en la sostenibilidad ambiental y la vida comunitaria.

### Referencias Bibliográficas

- Balcázar, F. E. (2003). *Investigación acción participativa: Aspectos conceptuales y dificultades de implementación*. Universidad de Illinois.
- Barrientos, M. (2010). *Gestión integral de residuos sólidos y procesos de reciclaje*. Editorial Académica Española.
- Costa, N. (2023). *Restaurando dignidad desde lo psicosocial en los recicladores adultos mayores del barrio Henequén de la ciudad de Cartagena de Indias*. Universidad Nacional Abierta y a Distancia – UNAD.
- Galvin, R. (2009). *Mental health and deinstitutionalization: Policy, practice and perspectives*. Oxford University Press.
- Guadamuz, L. (1991). *La Investigación Acción Participativa y el trabajo comunitario*. Instituto Interamericano de Derechos Humanos.
- Larban, M. (2010). *Salud mental comunitaria: Enfoques, políticas y prácticas participativas*. Editorial Lumen.
- Latorre, A. (2007). *La investigación-acción: Conocer y cambiar la práctica educativa*. Graó.
- Levy, L., & Anderson, J. (1980). *Quality of life: Meaning, measurement and models*. Academic Press.
- Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia. (2013). *Política Nacional de Salud Mental*. Ministerio de Salud.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2002). *Informe mundial sobre envejecimiento y salud*. OMS.
- Sen, A. (2000). *Desarrollo y libertad*. Editorial Planeta.