

**Huerta comunitaria intergeneracional: promoción del bienestar psicológico y conservación de conocimientos ancestrales en adultos mayores de la vereda San Luis Robles - Tumaco**

Luz Nelly Biojó Moreno

Juan Carlos Correa Quiceno

Asesor

Paula Andrea Tamayo Montoya

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades ECSAH

Maestría en Psicología Comunitaria

2025

## Resumen

Este proyecto de intervención comunitaria busca fortalecer el bienestar social y mental de los adultos mayores de la vereda San Luis Robles, en el municipio de Tumaco, a través de la implementación participativa de una huerta comunitaria intergeneracional. A partir de un enfoque de psicología comunitaria y bajo la metodología de Investigación Acción Participativa (IAP), se desarrolló un proceso compuesto por cinco fases: diagnóstico participativo, planeación colaborativa, implementación, seguimiento y sistematización. La propuesta integró a adultos mayores, jóvenes del grado 11 de la Institución Educativa Robert Mario Bischoff, familiares y actores institucionales, promoviendo el rescate de saberes ancestrales, la interacción intergeneracional y la corresponsabilidad comunitaria. Los resultados muestran una mejora significativa en el sentido de pertenencia, la participación activa de los adultos mayores y la construcción de vínculos sociales significativos. La intervención no solo permitió visibilizar el rol activo de los adultos mayores, sino que también generó transformaciones simbólicas y estructurales en la comunidad, consolidando un modelo replicable de inclusión y justicia social.

***Palabras claves:*** Psicología comunitaria, Adultos mayores, Intergeneracionalidad, Huerta Comunitaria, Saberes Ancestrales.

### **Abstract**

This community intervention project aims to strengthen the social and mental well-being of older adults in the rural area of San Luis Robles, Tumbaco, through the participatory implementation of an intergenerational community garden. Based on a community psychology approach and developed under the framework of Participatory Action Research (PAR), the intervention followed five methodological phases: participatory diagnosis, collaborative planning, implementation, monitoring, and systematization. The initiative engaged older adults, 11th-grade students from the Robert Mario Bischoff School, families, and local institutions, fostering the preservation of ancestral knowledge, intergenerational interaction, and shared community responsibility. The results show significant improvements in social participation, emotional well-being, and intergenerational relationships. The process not only enhanced the visibility and active role of older adults but also contributed to symbolic and structural changes in the community, consolidating a replicable model for inclusive and transformative practices.

**Keywords:** Community Psychology, Older Adults, Intergenerationality, Community Garden, Ancestral Knowledge.

## Tabla de Contenido

Introducción .....	9
Planteamiento del Problema .....	11
Formulación del Problema.....	23
Objetivos.....	24
Objetivo General.....	24
Objetivos Específicos .....	24
Justificación .....	25
Marco Teórico.....	28
Planeación Metodológica.....	42
Participantes.....	42
Técnicas .....	43
Herramientas.....	43
Fases Metodológicas.....	44
Fase 1 Diagnóstico Participativo .....	44
Fase 2 Planeación Colaborativa.....	46
Fase 3 Implementación de la Huerta Comunitaria Intergeneracional.....	46
Fase 4 Evaluación Participativa.....	47
Fase 5: Sistematización y Cierre Comunitario .....	47
Principios Éticos .....	48
Descripción del Proceso de Intervención .....	49
Acciones .....	49
Fase 1 Diagnóstico Participativo y Caracterización Social .....	50

Caracterización .....	50
Observación Participante .....	52
Diagnóstico Rápido Participativo (DRP).....	53
Mapeo Social. ....	57
Entrevistas Semi-estructuradas. ....	58
Principales Hallazgos.....	60
Fase 2 Planeación Colaborativa. ....	61
Delegación de Tareas.....	63
Fase 3: Implementación de la Huerta Comunitaria Intergeneracional .....	63
Fase 4: Evaluación Participativa.....	66
Fase 5: Sistematización y Cierre Comunitario .....	68
Cronograma.....	70
Impacto de la Intervención.....	71
Conclusiones.....	75
Recomendaciones .....	77
Referencias.....	79
Apéndices.....	83

### Lista de Tablas

<b>Tabla 1</b> <i>Resumen de Técnicas e Instrumentos Usados</i> .....	45
<b>Tabla 2</b> <i>Caracterización Adultos Mayores</i> .....	51
<b>Tabla 3</b> <i>Sistematización Entrevistas</i> .....	59
<b>Tabla 4</b> <i>Delegación de Roles y Tareas</i> .....	63
<b>Tabla 5</b> <i>Cronograma</i> .....	70

## Lista de Figuras

<b>Figura 1</b> <i>Mapa Vereda San Luis Robles</i> .....	11
<b>Figura 2</b> <i>Árbol de Problemas</i> .....	14
<b>Figura 3</b> <i>Árbol de Objetivos</i> .....	16
<b>Figura 4</b> <i>Árbol de problemas</i> .....	56
<b>Figura 5</b> <i>Mapa Social</i> .....	58
<b>Figura 6</b> <i>Siembra de las Primeras Plantas</i> .....	65
<b>Figura 7</b> <i>Círculo de Cierre</i> .....	67

## Lista de Apéndices

<b>Apéndices A</b> <i>Terreno Dispuesto para la Huerta</i> .....	83
<b>Apéndices B</b> <i>Intervención Semana 1</i> .....	84
<b>Apéndices C</b> <i>Intervención Semana 2</i> .....	85
<b>Apéndices D</b> <i>Grabaciones de audio y video</i> .....	86
<b>Apéndices E</b> <i>Acta Comunitaria de Cierre</i> .....	87
<b>Apéndices F</b> <i>Formato de Consentimiento Informado</i> .....	89
<b>Apéndices G</b> <i>Evidencia Consentimiento Informado Firmado</i> .....	90
<b>Apéndices H</b> <i>Formato de Caracterización</i> .....	91
<b>Apéndices I</b> <i>Evidencia Formato de Caracterización</i> .....	94
<b>Apéndices J</b> <i>Formato de Bitácora</i> .....	95
<b>Apéndices K</b> <i>Formato Diagnóstico Participativo</i> .....	96

## Introducción

El envejecimiento de la población es un fenómeno global que plantea desafíos significativos en el ámbito de la salud pública, la inclusión social y la garantía de una vida digna para los adultos mayores. En contextos rurales como el de la vereda San Luis Robles, ubicada en el municipio de Tumaco, estas problemáticas se ven acentuadas por condiciones de pobreza, aislamiento geográfico y débiles redes institucionales. En particular, los adultos mayores enfrentan altos niveles de exclusión, deterioro del bienestar emocional y pérdida progresiva de su rol dentro de la comunidad, factores que comprometen su salud mental y calidad de vida.

A pesar de este panorama, es posible identificar en los adultos mayores un potencial activo como portadores de conocimientos ancestrales, especialmente en torno al uso tradicional de plantas medicinales y saberes culturales. Sin embargo, la desconexión intergeneracional y la escasa valoración de estos saberes en las dinámicas comunitarias contemporáneas impiden su transmisión a las nuevas generaciones, lo que debilita la identidad colectiva del territorio.

Desde el campo de la psicología comunitaria, se ha demostrado que la participación activa de las comunidades en proyectos que rescaten su historia, cultura y vínculos afectivos puede fortalecer el bienestar social y psicológico, empoderar a las poblaciones vulnerables y dinamizar procesos de transformación. En esta perspectiva, la implementación de una huerta comunitaria intergeneracional surge como una estrategia que permite integrar distintos actores sociales —adultos mayores, jóvenes, familias e instituciones locales— en torno a una propuesta de encuentro, aprendizaje mutuo y recuperación de saberes tradicionales.

Este proyecto se desarrolla bajo el enfoque de Investigación Acción Participativa (IAP), lo que implica una construcción colectiva del proceso de intervención y una permanente reflexión crítica entre los actores involucrados. Además, se orienta por principios éticos que

priorizan el consentimiento informado, el respeto por la dignidad de los participantes, la protección de su imagen y la promoción de relaciones horizontales.

A lo largo de este trabajo se presenta el diagnóstico de la problemática, el marco teórico que fundamenta la propuesta, la planeación metodológica estructurada en fases, el desarrollo del proceso en campo, los hallazgos organizados por etapas y una reflexión sobre el impacto de la intervención. El propósito central es fortalecer el bienestar social y mental de los adultos mayores de la vereda San Luis Robles mediante la integración comunitaria, la valoración de sus conocimientos y el fomento de relaciones intergeneracionales significativas.

## Planteamiento del Problema

En la vereda San Luis Robles que se encuentra en el municipio de Tumaco, un territorio ubicado en la región del pacífico colombiano, caracterizado por su diversidad cultural y biológica, pero también por la vulnerabilidad de su población; se encuentra ubicado el Consejo Comunitario Rescate las Varas, una asociación que vela por los derechos de los Adultos mayores de la población de San Luis Robles. Según La Alcaldía Distrital de Tumaco (2020), la población del municipio asciende a 257.052 habitantes, de los cuales el 5,95%, son Adultos mayores. Así mismo, se reporta que la población mayor de 60 años representa el 6,5% del total, es decir, aproximadamente 450 personas, quienes constituyen un grupo relevante dentro de la comunidad por su riqueza cultural y su potencial aporte social.

### Figura 1

*Mapa Vereda San Luis Robles*



*Nota.* Mapa San Luis Robles y del Consejo Comunitario Rescate Las Varas en San Vicente Las Varas. Tomada de Imagen Satelital vía Google Maps (2025).

A pesar de su importancia, los Adultos mayores de San Luis Robles enfrentan graves problemáticas de exclusión social, aislamiento y pérdida de redes de apoyo, lo que afecta directamente su bienestar social y mental. Muchos de ellos viven solos o dependen de sus familiares para cuidados básicos, pero con frecuencia no están integrados en las dinámicas familiares o comunitarias. Esto genera una desconexión con su entorno, intensificando sentimientos de inutilidad y soledad. Tal como lo establece la Ley 1616 de 2013, en su Artículo 8° sobre acciones de promoción, la salud mental debe ser promovida mediante estrategias que afecten positivamente sus determinantes, incluyendo la inclusión social, la participación social y la seguridad económica y alimentaria, entre otras. Estas acciones deben estar dirigidas a todas las etapas del ciclo vital, y el mismo artículo prioriza expresamente a los Adultos mayores, junto con niños, niñas y adolescentes. En este sentido, la participación activa de los Adultos mayores en la vida social y comunitaria no solo es deseable, sino también una obligación del Estado, orientada a garantizar su salud mental y bienestar integral, como lo plantea la ley. Sin embargo, en contextos como el de San Luis Robles, Tumaco, estas medidas aún no se implementan de forma suficiente para atender las necesidades psicosociales de esta población vulnerable.

La Alcaldía Distrital de Tumaco (2020), en su Plan de Desarrollo, en la línea de dignificación de los adultos mayores, propone:

Promover en todo el distrito de Tumaco el respeto por los derechos y la dignificación de nuestra población Persona mayor; fortaleciendo y ampliando la oferta de los Centros Vida para su atención integral, la inclusión en procesos recreativos, lúdicos y culturales; ofreciendo una política pública actualizada a la dinámica, dispersión y tamaño poblacional, que garantice la atención preventiva integral en salud, educación informal, su seguridad alimentaria, el aprovechamiento sano del tiempo libre y la recuperación y conservación de saberes y tradiciones étnico-culturales (Alcaldía Distrital de Tumaco, 2020, pp. 310–311).

Sin embargo, el diagnóstico presentado en este mismo plan indica que las acciones actuales son insuficientes. Actualmente, solo 6.321 adultos mayores están inscritos en la estrategia Colombia Mayor, aunque el potencial para acceder al programa asciende a cerca de 20.000 personas. Además, el único centro de atención para Adultos mayores en Tumaco atiende a unas 20 personas de manera permanente y 140 semanalmente, en condiciones precarias, lo que subraya la necesidad de implementar estrategias más inclusivas y efectivas (Alcaldía Distrital de Tumaco, 2020).

En este contexto, la exclusión social no solo afecta el bienestar social de los Adultos mayores, sino también su salud mental. Investigaciones en psicología comunitaria, como las de Montero (2004), han demostrado que la falta de participación activa en la comunidad y la percepción de ser una carga agravan problemas emocionales como la depresión y la ansiedad.

La problemática de exclusión social y aislamiento de los Adultos mayores en la Vereda San Luis Robles puede entenderse a partir de un entramado de causas estructurales y relacionales, tal como se evidencia en el árbol de problemas construido para este proyecto. En primer lugar, se identifica la falta de participación en actividades comunitarias, la cual se ve agravada por la escasez de proyectos inclusivos, las limitaciones de movilidad propias del envejecimiento y una infraestructura comunitaria deficiente. A esto se suma la pérdida de redes de apoyo familiares, consecuencia del desinterés generacional hacia los Adultos mayores, las difíciles condiciones económicas de las familias y la falta de tiempo para brindar cuidado.

Con esto, emerge una marcada desconexión intergeneracional, que se manifiesta en la falta de espacios para compartir conocimientos ancestrales, la pérdida de prácticas culturales tradicionales y la creciente brecha tecnológica entre generaciones. Estos factores en conjunto han generado un escenario en el que los Adultos mayores ven restringida su participación social,

pierden sentido de utilidad y enfrentan barreras significativas para integrarse activamente en la vida comunitaria. Esta comprensión de la problemática permite direccionar la propuesta hacia soluciones integrales que reconozcan las múltiples dimensiones que afectan el bienestar psicológico y social de esta población. Como se puede evidenciar en el siguiente árbol de problemas:

**Figura 2**

*Árbol de Problemas*

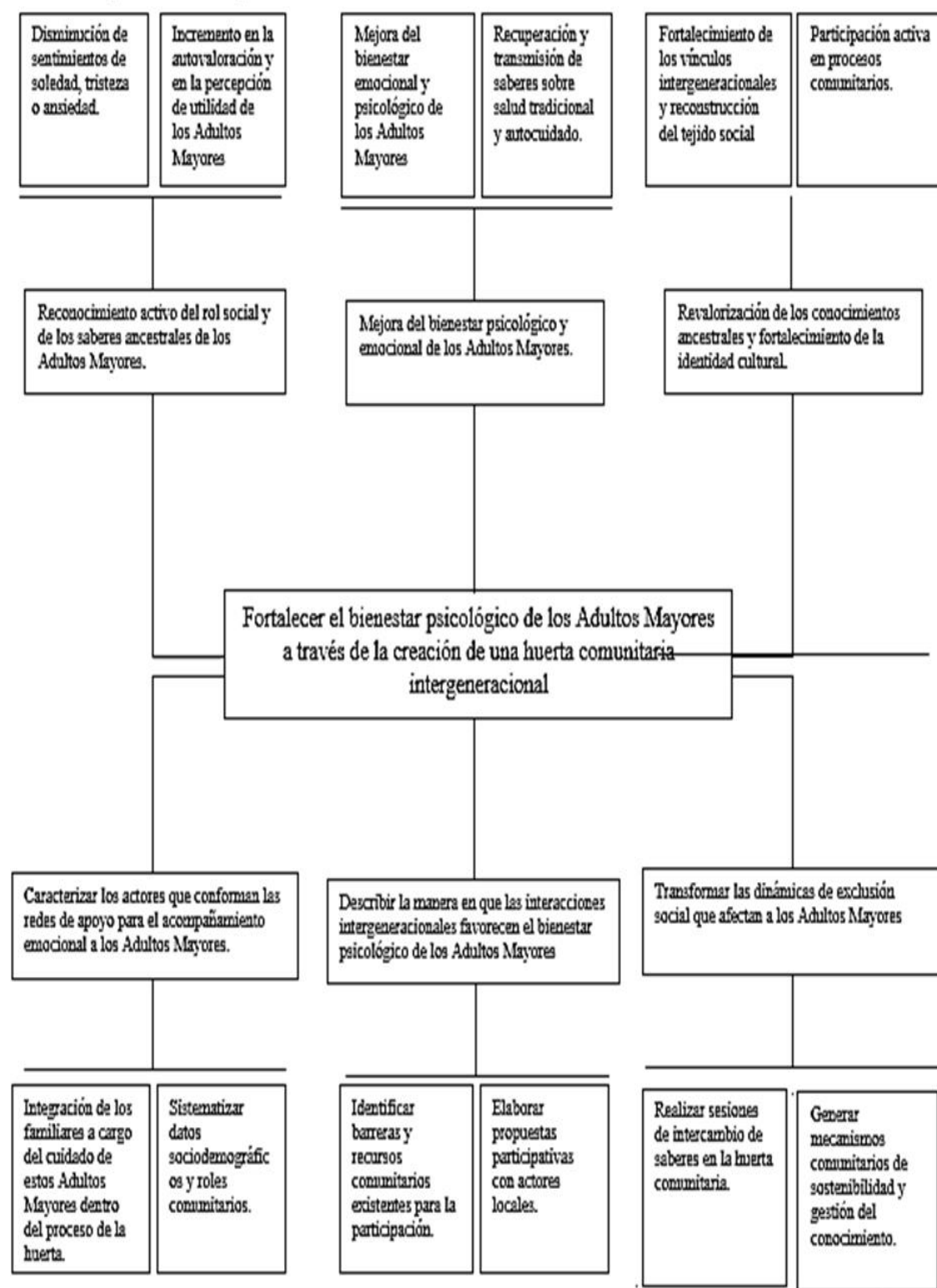


Además, la pérdida de interacción intergeneracional en San Luis Robles ha contribuido no solo al aislamiento de los Adultos mayores, sino también a un distanciamiento cultural entre generaciones. Los jóvenes, por su parte, enfrentan una desconexión con los saberes ancestrales de su comunidad, lo cual debilita su identidad cultural y limita su reconocimiento del rol social de los mayores. En contextos rurales como el de Tumaco, esta desconexión se ve acentuada por brechas tecnológicas, migración, falta de espacios de encuentro y escasa transmisión oral de tradiciones (Aguirre et al., 2019).

Frente a este panorama, surge la necesidad de transformar las causas estructurales que perpetúan la exclusión social de los adultos mayores y la ruptura de los lazos intergeneracionales. Para ello, se construyó un árbol de objetivos, cuyo propósito es proyectar caminos de solución viables y sostenibles desde una perspectiva comunitaria. Este árbol establece metas vinculadas al fortalecimiento del bienestar social y mental, la integración intergeneracional, la recuperación de saberes ancestrales y el empoderamiento de los actores locales. Así, se trazan los fundamentos conceptuales que guían la propuesta de intervención y permiten visualizar las transformaciones esperadas a partir de las acciones colaborativas en el territorio.

Figura 3

## Árbol de Objetivos



A partir de este árbol de objetivos, se visibiliza cómo el proyecto busca transformar las problemáticas identificadas en oportunidades para el fortalecimiento del bienestar integral de los adultos mayores y de la comunidad en su conjunto. Estos propósitos no solo responden a los retos identificados en el diagnóstico participativo, sino que también se articulan con procesos comunitarios más amplios como la integración intergeneracional, la recuperación del saber ancestral y la reconstrucción del tejido social. En ese marco, resulta esencial comprender cómo la participación activa de jóvenes y adultos mayores en actividades colectivas genera impactos significativos en la vida individual y comunitaria.

Diversas investigaciones han demostrado que los procesos de interacción intergeneracional, especialmente cuando se enmarcan en actividades comunitarias, permiten a los jóvenes desarrollar empatía, fortalecer vínculos afectivos con los mayores y recuperar prácticas culturales significativas (González & Rojas, 2021).

Según Aguirre et al., (2019), estos vínculos intergeneracionales fomentan no solo el sentido de comunidad y pertenencia, sino también el desarrollo psicosocial de ambas poblaciones, promoviendo bienestar emocional, cohesión social y respeto mutuo. Por ello, la inclusión activa de los jóvenes en este proyecto resulta no solo pertinente, sino necesaria para garantizar la sostenibilidad cultural y social del conocimiento ancestral, así como para contribuir a su propio desarrollo como sujetos sociales conscientes de su territorio.

En respuesta a estas problemáticas, se propone un proyecto de intervención comunitaria centrado en la construcción colectiva de una huerta comunitaria intergeneracional, concebida no como un fin en sí misma, sino como una estrategia psicosocial para fortalecer el bienestar social y mental de los Adultos mayores. Este espacio será un espacio para la promoción de la salud mental que permitirá dinamizar vínculos intergeneracionales a través de actividades

participativas como el cultivo, la narración de saberes ancestrales y la recuperación de prácticas tradicionales. Los Adultos mayores no solo compartirán sus conocimientos sobre el uso de plantas medicinales, aromáticas y condimentales, sino que también ejercerán un rol protagónico que refuerce su sentido de autonomía, utilidad y pertenencia. De manera simultánea, los jóvenes se beneficiarán del proceso al desarrollar sensibilidad cultural, empatía y conciencia del valor del conocimiento tradicional, promoviendo así una memoria colectiva viva. Esta interacción contribuye tanto a la revitalización del tejido comunitario como al desarrollo integral de ambas generaciones, favoreciendo procesos de inclusión, reconocimiento y salud mental desde un enfoque participativo y de derechos.

El éxito de esta iniciativa depende de la articulación entre diversos actores sociales comprometidos con el bienestar de los Adultos mayores. En primer lugar, la Corporación Técnica para el Desarrollo del Pacífico (CORTEPAZ), representada por Evangelina Quiñones Rivera, cumple un papel fundamental en la organización y coordinación de las actividades comunitarias, asegurando que los Adultos mayores sean incluidos de forma activa en el proyecto. En segundo lugar, la Alcaldía de Tumaco respalda la propuesta mediante la provisión de lineamientos y recursos técnicos y administrativos, alineados con sus políticas de inclusión social. Además, la Corporación, desde su liderazgo comunitario, facilita la logística y el acceso a materiales necesarios para el desarrollo de la huerta como herramienta de intervención. Finalmente, las familias de los Adultos mayores juegan un rol esencial, al brindar apoyo emocional y acompañamiento en la participación física de los mayores, especialmente en aquellos casos donde existen limitaciones de movilidad o condiciones de salud que dificultan su integración activa.

En este proyecto, tanto las familias como los jóvenes de la comunidad cumplen un rol fundamental en el acompañamiento y fortalecimiento del proceso con los Adultos mayores. Las familias no solo ofrecen apoyo emocional, sino que también facilitan la participación activa de los mayores, especialmente de aquellos que enfrentan barreras físicas, como problemas de movilidad o condiciones de salud. Por su parte, los jóvenes involucrados, un grupo de siete estudiantes del grado 11 de la Institución Educativa Robert Mario Bischoff, participan activamente en las actividades de la huerta comunitaria como aliados en la revitalización del conocimiento ancestral. Su papel trasciende la recepción de saberes: ellos dinamizan el proceso intergeneracional, creando espacios de interacción, aprendizaje mutuo y fortalecimiento del tejido comunitario. Esta participación promueve el respeto, la empatía y el reconocimiento entre generaciones, al tiempo que refuerza los vínculos familiares y culturales dentro de la comunidad.

Es importante destacar que muchos Adultos mayores en San Luis Robles viven en sus propias casas, manteniendo cierto grado de independencia. Sin embargo, aquellos que requieren más apoyo, como quienes residen en hogares geriátricos, necesitan adaptaciones específicas para poder integrarse al proyecto. Esto incluye la asistencia de cuidadores y la organización de actividades comunitarias que puedan realizar desde sus propias residencias. De esta forma, el proyecto de la huerta comunitaria busca ser una herramienta inclusiva que atienda las necesidades de todos los Adultos mayores, sin importar sus condiciones de vida.

Sin embargo, a pesar de estas dificultades, los Adultos mayores tienen el potencial de ser útiles y de desempeñar un rol activo en la comunidad. Su amplio conocimiento sobre la flora local y su uso en la medicina tradicional los convierte en una fuente invaluable de saberes que las nuevas generaciones pueden aprovechar. De esta manera, al liderar actividades en la huerta comunitaria, no solo preservan sus conocimientos, sino que también encuentran un medio para

reintegrarse socialmente y mejorar su calidad de vida. Además, desde un enfoque de salud mental comunitaria, este tipo de participación activa promueve el sentido de propósito, la identidad social y la pertenencia, factores fundamentales para la recuperación del bienestar psicológico y la prevención de trastornos emocionales derivados del aislamiento y la exclusión (Montero, 2004). Así, el proyecto no solo actúa sobre necesidades sociales visibles, sino que interviene sobre los determinantes psicosociales que sustentan una salud mental comunitaria positiva, fortaleciendo las redes de apoyo y promoviendo escenarios de afecto, reconocimiento mutuo y agencia colectiva (Prilleltensky & Nelson, 2002).

En este sentido, los Adultos mayores de San Luis Robles también encuentran en el proyecto de la huerta comunitaria una oportunidad para fomentar la interacción intergeneracional, lo que no solo refuerza su bienestar emocional, sino que también contribuye a la cohesión social de la comunidad. La transmisión de conocimientos es uno de los aspectos más importantes para ellos, ya que les permite compartir sus saberes ancestrales con los jóvenes y asegurar que estos conocimientos no se pierdan. Esta interacción fortalece los lazos entre generaciones y permite que la comunidad en su conjunto se beneficie de un intercambio enriquecedor.

La interacción entre estos actores es crucial para asegurar que el proyecto sea gratificante para los Adultos mayores, tanto en términos de bienestar social como mental. Al compartir sus conocimientos y participar activamente en las actividades de la huerta, los Adultos mayores experimentan una mejora en su salud mental, tal como lo sugiere la Ley 1616 de 2013 sobre salud mental. El bienestar psicológico se ve fortalecido cuando las personas tienen oportunidades de participar en actividades significativas que les permiten sentirse parte de un grupo y ser reconocidos por su contribución. Así, las relaciones con las instituciones educativas, las familias

y la cooperativa deben estar cuidadosamente gestionadas para garantizar que los Adultos mayores disfruten de una experiencia gratificante.

La naturaleza intergeneracional del proyecto de la huerta comunitaria también trae beneficios significativos para los jóvenes de la comunidad. Al participar en actividades conjuntas con los Adultos mayores, los jóvenes no solo adquieren conocimientos prácticos sobre el cultivo y uso de plantas medicinales, sino que también tienen la oportunidad de aprender y valorar los saberes ancestrales que forman parte del patrimonio cultural de la región. Este intercambio fortalece su identidad cultural y fomenta el respeto por las generaciones mayores, desarrollando en ellos una mayor conciencia sobre la importancia de preservar estos conocimientos. Además, la interacción intergeneracional contribuye al desarrollo de habilidades sociales y emocionales en los jóvenes, como la empatía, la comunicación efectiva y el trabajo en equipo, lo que puede tener un impacto positivo en su vida personal y futura participación comunitaria (Prilleltensky & Nelson, 2002). De esta manera, el proyecto no solo promueve el bienestar de los Adultos mayores, sino que también enriquece el desarrollo integral de las generaciones más jóvenes.

El rol de la familia en este proceso también es fundamental. La familia tiene la responsabilidad de cuidar y acompañar a los Adultos mayores, asegurando que su participación en el proyecto de la huerta sea posible y se realice de manera efectiva. Aunque no se puede afirmar que todos los Adultos mayores de la vereda estén completamente abandonados, es necesario reconocer que en muchos casos la familia enfrenta dificultades para proporcionar un cuidado constante y adecuado. Esto genera una situación de vulnerabilidad en la que los Adultos mayores pueden sentirse desatendidos, lo que afecta su bienestar social. Por lo que el acompañamiento familiar es vital para equilibrar la balanza y garantizar que los Adultos mayores puedan beneficiarse plenamente del proyecto (Torres, 2019).

En este sentido, es importante equilibrar el rol de la familia con el de otros actores, como la cooperativa y las instituciones educativas. La familia no debe ser vista únicamente como la principal responsable del cuidado del Persona mayor, sino como un actor más en un entramado social que también incluye a la comunidad, las organizaciones y el gobierno local. El cuidado debe ser distribuido y compartido, de manera que los Adultos mayores no solo reciban apoyo de sus familias, sino también de otros miembros de la comunidad, lo que favorece un enfoque más inclusivo y equitativo.

El proceso de documentación de la experiencia juega un papel clave como estrategia metodológica y reflexiva desde la psicología comunitaria, al permitir capturar las dinámicas sociales, los vínculos intergeneracionales y el impacto psicosocial del proyecto en los Adultos mayores. A través de entrevistas no estructuradas, se recogen voces que expresan vivencias, emociones y saberes; mediante la observación participante, se registran interacciones, comportamientos y niveles de participación durante cada jornada; y con el diagnóstico rápido participativo y el mapeo social, se identifican colectivamente los problemas y fortalezas de la comunidad. Este registro, no solo facilita el análisis de los cambios comunitarios, sino que también fortalece el sentido de pertenencia y valida el papel activo de los Adultos mayores como agentes del conocimiento. La documentación de la experiencia se constituye así en una herramienta transformadora, que evidencia los aportes del proyecto al bienestar social y mental, y al fortalecimiento de las relaciones intergeneracionales en el territorio.

En resumen, para que el proyecto de la huerta comunitaria logre su objetivo de mejorar el bienestar social y mental de los Adultos mayores, es crucial que los actores involucrados como los jóvenes de la comunidad, las secretarías locales, la cooperativa, las familias, trabajen de manera coordinada y complementaria. De esta forma, se busca garantizar que los adultos

mayores puedan liderar actividades significativas, ser tenidos en cuenta y, lo más importante, disfrutar de una experiencia gratificante que contribuya a su salud y bienestar general.

### **Formulación del Problema**

¿Cómo la creación de una huerta comunitaria intergeneracional contribuye al bienestar psicológico de los adultos mayores en la vereda San Luis Robles, Tumaco?

## **Objetivos**

### **Objetivo General**

Fortalecer el bienestar psicológico de los adultos mayores a través de la creación de una huerta comunitaria intergeneracional la vereda San Luis Robles, Tumaco.

### **Objetivos Específicos**

Caracterizar los actores que conforman redes de apoyo para el acompañamiento emocional a los adultos mayores de la vereda San Luis Robles, Tumaco.

Describir la manera en que las interacciones intergeneracionales favorecen el bienestar psicológico de los adultos mayores de la vereda San Luis Robles, Tumaco.

Transformar las dinámicas de exclusión social que afectan a los adultos mayores en San Luis Robles de Tumaco.

## **Justificación**

El presente proyecto responde a la problemática de exclusión social y aislamiento de los Adultos mayores en la Vereda San Luis Robles, Tumaco. Como se evidencia en el árbol de problemas, las principales causas del aislamiento incluyen la falta de participación en actividades comunitarias, la pérdida de redes de apoyo familiares y la desconexión intergeneracional. Estos factores impactan negativamente el bienestar social y mental de los Adultos mayores, generando sentimientos de soledad, inutilidad y la pérdida de su rol activo en la comunidad.

El interés del proyecto radica en que busca implementar una huerta comunitaria intergeneracional como una herramienta para fomentar la participación de los Adultos mayores, fortalecer sus redes de apoyo y permitir la transmisión de sus conocimientos ancestrales sobre el uso de plantas medicinales. Esta iniciativa no solo mejorará su calidad de vida, sino que también beneficiará a la comunidad en su conjunto al promover la interacción intergeneracional y la recuperación del patrimonio cultural de la región.

El proyecto es innovador porque no se limita a la simple creación de un espacio de cultivo, sino que está diseñado para generar impactos psicosociales y comunitarios en la población adulta mayor. La metodología de Investigación Acción Participativa (IAP) permite que los Adultos mayores sean protagonistas del proceso, contribuyendo activamente en la planificación y ejecución del proyecto. Esta estrategia contrasta con enfoques asistencialistas y fomenta la autonomía y el empoderamiento de los mayores dentro de su comunidad.

Además, la utilidad social del proyecto radica en que aborda la brecha generacional a través del intercambio de conocimientos entre Adultos mayores y jóvenes. La desconexión intergeneracional en San Luis Robles ha resultado en la pérdida de saberes tradicionales, como el uso de plantas medicinales y prácticas agrícolas ancestrales. Mediante este proyecto, los jóvenes

podrán adquirir y valorar estos conocimientos, fortaleciendo su identidad cultural y desarrollando una mayor conciencia sobre la importancia del rol de los Adultos mayores en la sociedad.

Desde el punto de vista disciplinar, el proyecto aporta a la psicología comunitaria, pues busca fortalecer el bienestar social y mental de los Adultos mayores a través de la integración comunitaria. La exclusión y el aislamiento social han sido identificados como factores de riesgo para el deterioro de la salud mental (Montero, 2004). Al propiciar la participación activa en la huerta comunitaria, el proyecto facilita la creación de espacios significativos para los Adultos mayores, lo que mejora su sentido de utilidad, autoestima y bienestar emocional.

En términos interdisciplinarios, el proyecto integra conocimientos de la psicología comunitaria, la sociología, la educación y la agroecología. Desde la psicología, se analiza el impacto del aislamiento social y la participación en el bienestar emocional. Desde la sociología, se estudian las dinámicas intergeneracionales y la cohesión comunitaria. En el ámbito educativo, se fomenta el aprendizaje entre generaciones, y desde la agroecología, se valoran las prácticas de cultivo sostenible con base en el conocimiento ancestral de los Adultos mayores.

Este proyecto se alinea con la sublínea de investigación en procesos psicosociales y comunitarios, ya que busca comprender y transformar las dinámicas de exclusión social que afectan a los Adultos mayores en San Luis Robles. A través de la implementación de la huerta comunitaria intergeneracional, se promueve el desarrollo de estrategias participativas que permiten la inclusión de los mayores en la comunidad, al tiempo que se fortalece su bienestar mental y social.

Desde el campo de la psicología comunitaria, este proyecto aporta evidencia sobre el impacto de las estrategias de participación comunitaria en el bienestar social y mental de los Adultos mayores. Investigaciones previas han demostrado que la falta de interacción social y la

pérdida de redes de apoyo aumentan los niveles de ansiedad y depresión en esta población (Montero, 2004). Sin embargo, la generación de espacios de participación activa y relaciones intergeneracionales tiene efectos positivos en su salud emocional y en la construcción de una comunidad más inclusiva y cohesionada.

Asimismo, el proyecto representa un modelo replicable para otras comunidades con problemáticas similares. La metodología de la Investigación Acción Participativa (IAP) permite la apropiación del proyecto por parte de la comunidad, asegurando su sostenibilidad y continuidad en el tiempo.

Este proyecto tiene un alto impacto social al abordar las problemáticas de exclusión social y aislamiento de los Adultos mayores en San Luis Robles, integrándolos en actividades significativas que mejoran su bienestar mental y fortalecen los lazos comunitarios. Su enfoque intergeneracional facilita la transmisión de conocimientos ancestrales, promoviendo la identidad cultural y la cohesión social en la comunidad. Desde la psicología comunitaria, este proyecto demuestra la importancia de la participación activa en la construcción del bienestar y ofrece un modelo innovador para la intervención psicosocial en poblaciones vulnerables.

## Marco Teórico

El presente proyecto se fundamenta en diversas perspectivas teóricas y antecedentes empíricos que respaldan la necesidad de intervenir en la problemática de exclusión social y aislamiento de los Adultos mayores en la Vereda San Luis Robles, Tumaco. Para ello, se presentan las principales formulaciones conceptuales y teóricas relacionadas con el bienestar psicológico de los Adultos mayores, la interacción intergeneracional y la psicología comunitaria, complementadas con estudios recientes a nivel nacional e internacional.

En los últimos años, el campo de la gerontología ha cuestionado el uso del término "Adulto Mayor" por sus implicaciones normativas y su tendencia a homogeneizar a una población diversa, con trayectorias vitales muy distintas. En su lugar, se propone el uso del concepto "Persona Mayor", el cual reconoce la singularidad, agencia y diversidad de experiencias de quienes se encuentran en esta etapa de la vida (Aguilar & Cáceres, 2021). Esta noción pone en el centro a la persona y no únicamente a su edad cronológica, integrando variables como el contexto sociocultural, la salud física y mental, el rol social y las capacidades funcionales. Desde un enfoque de derechos, la idea de persona mayor permite abordar el envejecimiento como un proceso activo que no necesariamente implica dependencia, sino que puede estar marcado por la participación, la transmisión de saberes y la contribución comunitaria (Fernández-Ballesteros, 2017). Así, el presente proyecto se alinea con esta perspectiva, reconociendo en los Adultos mayores de San Luis Robles a sujetos activos, con agencia social y poseedores de conocimientos que son fundamentales para la identidad cultural de la comunidad.

Otro de los conceptos claves que rigen el presente proyecto es el de bienestar social y mental que es un componente clave en la calidad de vida de los Adultos mayores. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021), la salud mental en la vejez se ve afectada

por factores como el aislamiento, la pérdida de autonomía y la falta de participación en la comunidad. La exclusión social de los Adultos mayores incrementa el riesgo de padecer ansiedad y depresión, afectando su percepción de utilidad y conexión con su entorno (Cattan et al., 2005).

El bienestar psicológico, como categoría fundamental para entender la calidad de vida de los Adultos mayores, no debe limitarse a la ausencia de enfermedad mental, sino que se comprende como un proceso dinámico vinculado al desarrollo de capacidades personales, la autodeterminación, la autoestima, y la participación significativa en la vida social y comunitaria. Según González Arratia (2004), el bienestar psicológico en la vejez se sustenta en la posibilidad de autorrealización, la percepción de ser útil, la autovaloración positiva y la construcción de un proyecto de vida acorde a la etapa vital. Este enfoque ha sido reforzado por la perspectiva del curso de vida incluida en la Política Nacional de Salud Mental en Colombia (Ministerio de Salud y Protección Social, 2020), que reconoce que el bienestar mental debe promoverse en todas las etapas, siendo los Adultos mayores una población priorizada.

La literatura especializada resalta que el bienestar psicológico no es un estado estático, sino una construcción que se alimenta de las relaciones sociales, la autonomía, la percepción de control, y la experiencia de reconocimiento social (Rojas Marcos, 2016; Hernández & Gutiérrez, 2013). En esta línea, Rodríguez (2022) sostiene que la participación activa en la vida comunitaria y el mantenimiento de redes significativas de apoyo emocional son factores protectores frente al deterioro mental asociado al aislamiento y la pérdida de roles sociales. Así, el bienestar psicológico en la vejez también se vincula a la vivencia de emociones positivas, la pertenencia social y la continuidad de sentido en la vida, elementos que este proyecto busca fomentar mediante la creación de una huerta comunitaria intergeneracional como espacio de inclusión, interacción y transmisión de saberes.

Otra categoría que rige la presente intervención es el de apoyo emocional, este concepto hace referencia al conjunto de acciones que buscan brindar contención afectiva, escucha empática, validación emocional y soporte psicológico, especialmente en momentos de vulnerabilidad o cambio vital. Según Alonso Triana et al. (2021), el acompañamiento emocional en Adultos mayores permite mitigar estados emocionales negativos como el miedo, la ansiedad o la tristeza, potenciando la vivencia de emociones positivas y el fortalecimiento del bienestar psicológico.

Este acompañamiento implica una presencia activa y sensible de parte de quienes rodean a la persona mayor, no solo para satisfacer necesidades físicas, sino para generar un entorno de valoración, pertenencia y cuidado mutuo. Las redes de apoyo familiares, comunitarias o institucionales quienes actúan como mediadoras ante situaciones de estrés, aislamiento o pérdida, y contribuyen a preservar la autoestima, la motivación y la conexión con el entorno.

Dentro del proyecto de la huerta comunitaria en San Luis Robles, el acompañamiento emocional se manifiesta en la participación activa de las familias y jóvenes, quienes no solo colaboran logísticamente, sino que ofrecen afecto, reconocimiento y escucha a los Adultos mayores. Este componente es esencial para que los participantes mayores sintieran que su experiencia, conocimientos y presencia eran significativos para el grupo y valorados por las nuevas generaciones.

La presencia del acompañamiento emocional también refuerza el enfoque de la psicología comunitaria, ya que permite promover el empoderamiento afectivo y relacional de los Adultos mayores dentro de su contexto vital. Tal como señalan los estudios en el campo de la educación emocional, el acompañamiento no reemplaza otras estrategias, pero sí es un recurso clave para validar las emociones y construir vínculos sanos que favorezcan el bienestar integral.

El bienestar de los Adultos mayores, particularmente en contextos de vulnerabilidad social como el de la Vereda San Luis Robles, debe ser comprendido desde una perspectiva integral que abarque tanto su dimensión psicosocial. En efecto, el bienestar psicológico no se reduce únicamente a la ausencia de enfermedad mental, sino que implica la vivencia subjetiva de satisfacción, el desarrollo de competencias emocionales, y la percepción de una vida con propósito y significado (Ballesteros, Medina & Caycedo, 2006).

Desde este enfoque, el bienestar psicológico puede entenderse como un constructo multidimensional que incorpora tanto factores emocionales (como estados de ánimo positivos, ausencia de ansiedad y depresión), como componentes cognitivos y sociales que permiten a las personas sentirse autónomas, capaces de afrontar dificultades, mantener relaciones positivas y tener una proyección vital coherente con sus metas personales (Ryff & Keyes, 1995). Estas dimensiones son esenciales para la salud mental, como lo establece la Ley 1616 de 2013 en Colombia, la cual prioriza acciones de inclusión social, buen trato, participación y seguridad alimentaria como determinantes claves en la promoción del bienestar, especialmente en Adultos mayores.

Por otro lado, el bienestar social hace referencia al conjunto de condiciones que permiten la integración activa de los individuos en su entorno comunitario, así como el acceso a recursos, relaciones significativas y oportunidades de participación en la vida colectiva (Victoria & González, 2000). En este sentido, el bienestar social está directamente relacionado con la calidad de vida y la percepción de ser valorado y reconocido por los otros.

Ambos tipos de bienestar están profundamente interrelacionados: el bienestar psicológico puede verse afectado negativamente en situaciones de exclusión social o aislamiento, como ocurre con muchos Adultos mayores en San Luis Robles. Según Ballesteros et al. (2006), la

satisfacción con la vida, el sentido de logro, la autoeficacia y la resiliencia son factores protectores del bienestar psicológico, los cuales se fortalecen cuando existe una red de apoyo social sólida.

La psicología comunitaria, por su parte, destaca que estas dimensiones no pueden abordarse de manera individualista, sino que deben ser comprendidas desde los procesos colectivos. Montero (2004) y Ussher (2008) destacan que la participación comunitaria, cuando se alcanza un nivel cogestivo o de autogestión, no solo transforma los espacios sociales, sino también la percepción que las personas tienen sobre sí mismas y su agencia en el mundo. En consecuencia, propiciar entornos donde los Adultos mayores puedan interactuar, liderar y compartir saberes ancestrales (como en la huerta comunitaria intergeneracional) contribuye tanto a su bienestar social como psicológico.

El proyecto que aquí se plantea reconoce esa conexión y busca crear un entorno en el que los Adultos mayores puedan reafirmar su rol activo, fortalecer sus redes de apoyo y mejorar su calidad de vida a través de prácticas intergeneracionales significativas. Así, el bienestar social no se concibe como una simple mejora en las condiciones materiales, sino como una experiencia de integración, reciprocidad, reconocimiento y participación activa en la vida comunitaria (González & Rojas, 2021).

En el contexto colombiano, la Ley 1616 de 2013 sobre Salud Mental establece la necesidad de garantizar espacios que fomenten la integración de los Adultos mayores en la comunidad para mejorar su bienestar psicológico. Asimismo, el Plan de Desarrollo Distrital de Tumaco (2020) reconoce que esta población enfrenta altos niveles de vulnerabilidad y que es fundamental implementar estrategias de inclusión para garantizar su dignificación y bienestar integral.

Así mismo, la Política Nacional de Salud Mental, adoptada mediante la Resolución 4886 de 2018, fortalece el marco normativo en el cual se inscribe esta propuesta, al promover acciones integrales que reconozcan el derecho a la salud mental desde un enfoque participativo, territorial, psicosocial y basado en derechos (Ministerio de Salud y Protección Social, 2018).

Esta política establece el enfoque de curso de vida como uno de sus pilares centrales, entendiendo que las trayectorias vitales, los acontecimientos significativos y los momentos de transición tienen un impacto determinante en la salud mental de las personas. Este enfoque permite identificar ventanas de oportunidad para intervenir a lo largo de las distintas etapas del ciclo vital, desde la infancia hasta la vejez, respetando las particularidades y necesidades propias de cada grupo etario (Ministerio de Salud y Protección Social, 2018).

En este sentido, la intervención comunitaria mediante una huerta intergeneracional se alinea con este enfoque al reconocer la vejez como una etapa clave del curso de vida que requiere atención específica. La creación de espacios de encuentro entre generaciones y la recuperación de saberes tradicionales se configuran como estrategias pertinentes para fomentar el bienestar mental de los Adultos mayores, así como para garantizar su integración y participación activa. Tal como señala la política, la promoción de la salud mental debe incluir acciones intersectoriales y comunitarias que fortalezcan las capacidades individuales y colectivas, generen redes de apoyo y favorezcan entornos resilientes y protectores (Ministerio de Salud y Protección Social, 2018).

Este enfoque de curso de vida no solo reconoce las particularidades propias de los Adultos mayores, sino que también promueve su vinculación con otros grupos etarios como los jóvenes, fortaleciendo así el tejido social e impulsando procesos de corresponsabilidad y reconocimiento mutuo. De esta manera, el proyecto de intervención se sitúa plenamente dentro

de los lineamientos actuales de política pública en salud mental en Colombia, contribuyendo a su implementación desde una perspectiva territorial, intercultural y participativa.

Estudios en psicología comunitaria han demostrado que la exclusión social y la falta de participación activa son factores de riesgo para el deterioro de la salud mental en los Adultos mayores. Montero (2004) señala que la falta de integración comunitaria genera sentimientos de inutilidad y afecta la identidad social de los mayores. La creación de espacios de participación, como las huertas comunitarias, puede ayudar a mitigar estos efectos negativos al brindarles un sentido de propósito y pertenencia.

La interacción intergeneracional es clave para fortalecer el bienestar emocional de los Adultos mayores y garantizar la transmisión de conocimientos ancestrales. Prilleltensky y Nelson (2002) argumentan que la interconexión entre generaciones no solo contribuye al sentido de comunidad, sino que también fomenta el respeto y la cohesión social.

En el contexto de las comunidades afrodescendientes del Pacífico colombiano, como la Vereda San Luis Robles, los conocimientos ancestrales ocupan un lugar central en la construcción de identidad, la vida cotidiana y la relación con el entorno natural. Estos saberes, transmitidos oralmente de generación en generación, comprenden prácticas en medicina tradicional, agricultura, cocina, espiritualidad y relaciones sociales, y constituyen una forma legítima y viva de conocimiento. Según UNESCO (2017), los conocimientos ancestrales forman parte del patrimonio cultural inmaterial de la humanidad y su conservación es esencial para la sostenibilidad cultural y ecológica de las comunidades.

La pérdida progresiva de estos saberes, acentuada por el aislamiento social de los Adultos mayores, el desinterés de las nuevas generaciones y la falta de espacios de transmisión intergeneracional, representa una amenaza a la memoria colectiva y la continuidad cultural. Tal

como plantea Leff (2004), la invisibilización de los saberes tradicionales en las dinámicas institucionales y educativas reproduce formas de epistemicidio, marginando otras formas válidas de conocimiento no occidentales. En este sentido, la promoción de espacios de diálogo intergeneracional, como la huerta comunitaria, permite revalorizar los conocimientos ancestrales, reconocer la voz de los Adultos mayores como sabedores y crear canales para su transmisión a los jóvenes, favoreciendo el aprendizaje mutuo y la cohesión comunitaria.

Esta dimensión cultural y epistemológica está en consonancia con el enfoque de salud mental de la Política Nacional de Salud Mental (Ministerio de Salud y Protección Social, 2018), que resalta la importancia de fortalecer los recursos culturales y comunitarios como factores protectores. Además, desde una perspectiva de psicología comunitaria, la conservación de los saberes ancestrales fortalece el sentido de pertenencia, la autoestima colectiva y el empoderamiento comunitario (Montero, 2004).

Estudios recientes han demostrado que los proyectos intergeneracionales en América Latina han sido exitosos en la reducción del aislamiento social de los Adultos mayores. Por ejemplo, Martínez & Acosta (2019) realizaron un estudio en comunidades indígenas de México, donde evidenciaron que los espacios compartidos de aprendizaje entre Adultos mayores y jóvenes promovieron el rescate de saberes tradicionales y reforzaron los lazos comunitarios.

En el contexto colombiano, investigaciones como las de Torres (2020) han demostrado que los Adultos mayores que participan en programas intergeneracionales experimentan una mejora en su bienestar emocional y social. Además, estos espacios permiten que los jóvenes adquieran habilidades sociales y valores como el respeto y la solidaridad intergeneracional.

En el caso específico de San Luis Robles, la transmisión de conocimientos ancestrales sobre el uso de plantas medicinales es un aspecto fundamental del proyecto. De acuerdo con el

Consejo Comunitario Rescate Las Varas (2010), la población mayor de 60 años en la región representa un importante reservorio de saberes tradicionales, cuya preservación es clave para la identidad cultural de la comunidad. La huerta comunitaria no solo permitirá la integración social de los Adultos mayores, sino que también garantizará que estos conocimientos sean transmitidos a las nuevas generaciones.

La psicología comunitaria proporciona un marco teórico fundamental para la intervención en problemáticas de exclusión social y aislamiento de los Adultos mayores. Esta disciplina enfatiza la importancia de la participación activa en la comunidad como una estrategia para mejorar la calidad de vida de poblaciones vulnerables (Montero, 2004).

Uno de los elementos esenciales en la psicología comunitaria es la participación comunitaria, entendida no solo como la presencia física de los individuos en actividades colectivas, sino como su implicación consciente, crítica y transformadora dentro de los procesos sociales. Maritza Montero (2004) sostiene que la participación comunitaria es un proceso organizado, colectivo, libre e incluyente, en el que diferentes actores comparten valores y objetivos comunes, generando transformaciones tanto comunitarias como individuales.

Esta participación no es homogénea ni estática; se expresa en diversos niveles o grados de implicación, los cuales determinan el tipo de poder que los sujetos pueden ejercer dentro de su comunidad. Según Montero (2004), el fortalecimiento comunitario y la participación están estrechamente relacionados, ya que solo a través de la implicación activa se puede lograr la apropiación del poder por parte de los actores sociales. Es decir, el poder deja de ser una imposición externa y se convierte en una herramienta construida colectivamente para transformar la realidad.

En esta línea, Ussher (2008) plantea que la participación se mueve en un continuo que va desde la pseudo-participación manipulada y simbólica, hasta niveles de autogestión con control directo de decisiones y reflexión crítica. Entre estos extremos se encuentran formas de participación tangencial, específica y cogestiva, cada una con un grado distinto de compromiso, incidencia y autonomía.

Estas tipologías permiten evaluar el grado de incidencia real que tiene la comunidad en las decisiones que afectan su vida. Por ejemplo, una participación de tipo cogestiva implica reflexión, asesoría, toma de decisiones compartidas y alto compromiso comunitario, mientras que una participación simbólica puede implicar únicamente la validación superficial de decisiones ya tomadas por otros.

En el caso del proyecto de huerta comunitaria intergeneracional en San Luis Robles, se busca alcanzar un nivel de participación cogestiva y, en lo posible, avanzar hacia la autogestión por parte de la comunidad. Esto significa que tanto los Adultos mayores como los jóvenes y demás actores sociales involucrados no solo estarán presentes, sino que tomarán decisiones conjuntas, gestionarán el proyecto, reflexionarán sobre sus resultados y se fortalecerán como colectivo.

Este enfoque fortalece el empoderamiento de los Adultos mayores, les devuelve un rol protagónico, y promueve el aprendizaje activo de los jóvenes, al mismo tiempo que se construye un espacio colectivo de transformación psicosocial. Como destaca Ferullo (2006), “toda participación es un acto de ejercicio del poder”, y este poder compartido se traduce en mayores niveles de autonomía, conciencia crítica y corresponsabilidad.

La intergeneracionalidad es una categoría clave en este proyecto, ya que articula no solo el encuentro entre grupos etarios diversos, sino también el intercambio simbólico, afectivo y

cultural entre generaciones. Este concepto ha cobrado relevancia en contextos donde el envejecimiento poblacional y las transformaciones sociales tienden a aislar a los Adultos mayores de las dinámicas sociales. De acuerdo con Martínez (2022), la intergeneracionalidad implica la construcción de relaciones significativas entre personas de diferentes edades, con el fin de fomentar la cohesión social, la solidaridad mutua y la transmisión de saberes.

La Organización de las Naciones Unidas (2004) promueve las relaciones intergeneracionales como parte de los Objetivos de Desarrollo del Milenio, al reconocer que “el fortalecimiento de los vínculos entre generaciones puede contribuir a sociedades más equitativas y sostenibles”. Desde esta perspectiva, la intergeneracionalidad no se limita a la convivencia entre generaciones, sino que se convierte en una estrategia para construir ciudadanía activa, fortalecer vínculos comunitarios y combatir formas de exclusión como el edadismo o la infantilización de los Adultos mayores (Paredes, 2019).

En el contexto latinoamericano, el enfoque intergeneracional ha sido aplicado a proyectos comunitarios que buscan promover el diálogo entre Adultos mayores y jóvenes como medio para recuperar memorias colectivas, saberes tradicionales y valores sociales. Tal como lo afirma López (2016), este tipo de relación fomenta una doble transformación: los Adultos mayores recuperan un rol activo como sujetos transmisores de cultura, y los jóvenes desarrollan empatía, respeto y conciencia histórica.

En este proyecto, la intergeneracionalidad se expresa a través de la creación de una huerta comunitaria donde los Adultos mayores de la Vereda San Luis Robles actúan como guías y transmisores de conocimientos ancestrales, mientras los jóvenes —en este caso estudiantes del grado 11 de la Institución Educativa Robert Mario Bischoff— asumen un papel activo de

acompañamiento, aprendizaje y colaboración. Así, se supera la relación asistencialista y se propone una dinámica horizontal, dialógica y transformadora.

Esta perspectiva se alinea con los postulados de Prilleltensky y Nelson (2002), quienes señalan que la interacción intergeneracional constituye una dimensión fundamental del sentido de comunidad, ya que genera identidad compartida, reciprocidad y construcción de vínculos psicosociales significativos. En este sentido, promover la intergeneracionalidad en espacios comunitarios como la huerta no solo facilita la transmisión de saberes, sino que también tiene un impacto positivo en el bienestar social y emocional de todos los actores implicados.

Con este enfoque intergeneracional, la Investigación Acción Participativa (IAP) se presenta como una metodología adecuada para abordar la problemática en San Luis Robles. Según Fals Borda (1987), la IAP permite que las comunidades sean agentes activos en la transformación de su realidad, promoviendo el empoderamiento y la sostenibilidad de los proyectos sociales. En este sentido, la implementación de la huerta comunitaria intergeneracional no solo busca mejorar el bienestar social y mental de los Adultos mayores, sino también fortalecer la cohesión comunitaria mediante la integración de diferentes actores sociales.

A nivel internacional, programas de huertas comunitarias han demostrado ser efectivos en la mejora del bienestar social de poblaciones vulnerables. Un estudio realizado en España por Ruiz & Gutiérrez (2018) evidenció que la participación de Adultos mayores en proyectos de agricultura urbana incrementó su sentido de pertenencia y redujo los niveles de depresión asociados con el aislamiento social.

En América Latina, experiencias similares en Brasil y Argentina han demostrado que los proyectos de huertas comunitarias pueden fortalecer el tejido social y mejorar la calidad de vida de los Adultos mayores (Silva & Pereira, 2020). Estos estudios resaltan que la clave del éxito de

estos proyectos radica en la autogestión comunitaria y la integración de múltiples actores en su desarrollo.

Las huertas comunitarias han sido utilizadas en diferentes contextos como una herramienta para promover la inclusión social, la seguridad alimentaria y la integración intergeneracional. En Colombia, el Ministerio de Agricultura y Desarrollo Rural (2020) ha promovido iniciativas de agricultura urbana y comunitaria como una estrategia para fortalecer la autonomía alimentaria y generar espacios de participación social.

En el contexto del proyecto, la huerta comunitaria en San Luis Robles se concibe como un espacio de encuentro intergeneracional, donde los Adultos mayores pueden compartir su conocimiento sobre el cultivo y uso de plantas medicinales con los jóvenes. Esta estrategia no solo fomenta la interacción entre generaciones, sino que también fortalece las redes de apoyo social y promueve la valoración de los saberes tradicionales.

Según González & Rojas (2021), las huertas comunitarias pueden tener un impacto positivo en el bienestar social de los Adultos mayores al permitirles participar en actividades productivas y significativas. Estos espacios también pueden servir como escenarios de educación ambiental y promoción de la salud, contribuyendo a la calidad de vida de la comunidad en general.

El presente proyecto se sustenta en un marco teórico sólido que integra conceptos de psicología comunitaria, bienestar social y mental, interacción intergeneracional y huertas comunitarias como estrategias de inclusión social. La implementación de la huerta comunitaria intergeneracional en San Luis Robles se enmarca en la Investigación Acción Participativa (IAP), permitiendo que los Adultos mayores sean agentes activos en la transformación de su realidad.

En este contexto, la intervención se orienta a fortalecer el bienestar social y mental de los Adultos mayores mediante su integración en dinámicas comunitarias intergeneracionales. A partir de este enfoque, se desarrollan actividades que permiten identificar algunas redes de apoyo disponibles en la vereda San Luis Robles, con énfasis en el acompañamiento emocional, entendido como un proceso de escucha, validación y contención afectiva que reconoce a la persona mayor como sujeto de derechos, saberes y experiencias. De manera paralela, se busca describir las interacciones intergeneracionales que emergen en la implementación de la huerta comunitaria, con el fin de evidenciar cómo estas relaciones inciden en el bienestar psicológico de los Adultos mayores, al revalorizar sus conocimientos y reforzar su sentido de pertenencia. Este ejercicio permite también avanzar en la comprensión de las dinámicas de exclusión social que afectan a esta población y, desde allí, promover acciones colectivas de transformación comunitaria. La evidencia empírica a nivel nacional e internacional respalda la efectividad de este tipo de iniciativas, demostrando que la participación activa en proyectos comunitarios es clave para el fortalecimiento del tejido social y la mejora en la calidad de vida de las poblaciones vulnerables.

## **Planeación Metodológica**

El presente proyecto se enmarca en un enfoque cualitativo, fundamentado en la Investigación Acción Participativa (IAP), entendida como una metodología que reconoce a los actores sociales como sujetos activos en la comprensión, análisis y transformación de su realidad (Fals Borda, 1987). La IAP permite el desarrollo de procesos de construcción colectiva del conocimiento, fortalecimiento de vínculos comunitarios y generación de estrategias locales de bienestar. En este contexto, la participación no se limita a la consulta, sino que implica la toma de decisiones, la acción conjunta y la reflexión crítica sobre las experiencias vividas (Montero, 2004).

Desde el campo de la psicología comunitaria crítica, la metodología se orienta a promover procesos de empoderamiento, reconocimiento mutuo y transformación de las condiciones sociales que generan exclusión. Se privilegia una mirada situada, sensible a los contextos históricos, culturales y afectivos de los adultos mayores, así como a las dinámicas intergeneracionales presentes en la comunidad de San Luis Robles.

### **Participantes**

**Adultos mayores:** adultos mayores de 60 años residentes en la vereda San Luis Robles, caracterizados previamente en un ejercicio diagnóstico.

**Jóvenes:** Siete estudiantes del grado 11 de la Institución Educativa Robert Mario Bischoff, quienes participarán activamente como aliados intergeneracionales.

**Familiares de los Adultos mayores:** Su función será brindar acompañamiento emocional y logístico.

**CORTEPAZ (Corporación Técnica para el Desarrollo del Pacífico):** Apoyará la coordinación comunitaria y logística del proceso.

## **Técnicas**

Observación participante: Permite identificar las dinámicas relacionales, las emociones expresadas y los niveles de implicación durante las actividades comunitarias.

Entrevistas no estructuradas: Facilitan la recolección de narrativas y percepciones en torno al bienestar, la participación comunitaria y los saberes ancestrales.

Diagnóstico Rápido Participativo (DRP): Utilizado para construir colectivamente el árbol de problemas, integrando las voces de los Adultos mayores, jóvenes y familias.

Círculos de diálogo intergeneracional: Espacios de conversación donde se comparten experiencias, conocimientos sobre plantas y visiones sobre la comunidad.

Mapeo social: Técnica utilizada para identificar, ubicar y representar los espacios significativos del territorio y las relaciones entre actores.

## **Herramientas**

Bitácora de observación: Formato estructurado con ejes como fecha, lugar, participantes, emociones, interacciones y nivel de participación. Este formato de elaboración propia se encuentra en los anexos del presente trabajo.

Guía de entrevista: Documento con preguntas orientadoras que permite una conversación fluida en torno a temas centrales del proyecto. Este formato de elaboración propia se encuentra en los anexos del presente trabajo.

Formato de caracterización: Instrumento para levantar datos sociodemográficos, condiciones de vida, vínculos familiares y aspectos psicosociales. Este formato es un diseño de elaboración propia y se encuentra en los anexos del presente proyecto con su respectiva evidencia.

Google Maps: Herramienta digital empleada para realizar el mapeo social de la comunidad con apoyo de los actores locales.

Consentimientos informados: Formularios firmados para registrar el consentimiento de participación y uso de imagen y audio, en coherencia con los lineamientos éticos establecidos. Este formato es un diseño de elaboración propia y se encuentra en los anexos del presente proyecto con su respectiva evidencia.

El proceso metodológico se organiza en cinco fases: diagnóstico participativo, planeación colaborativa, implementación de la huerta, evaluación participativa y sistematización comunitaria. Cada fase incorpora técnicas como la observación participante, entrevistas no estructuradas, mapeo social y actividades de creación colectiva, integrando registros visuales, narrativos y reflexivos. Este diseño busca responder no solo a los objetivos de investigación, sino también generar transformaciones sostenibles que mejoren el bienestar social y mental de los Adultos mayores, y fortalezcan los vínculos intergeneracionales en la comunidad.

## **Fases Metodológicas**

### ***Fase 1 Diagnóstico Participativo***

Esta fase tiene como objetivo comprender la situación social, emocional y relacional de los Adultos mayores de San Luis Robles, mediante el diálogo horizontal con la comunidad. Se implementan técnicas como entrevistas no estructuradas, observación participante, mapeo social y Diagnóstico Rápido Participativo (DRP). Las entrevistas, realizadas en formato grupal y grabadas en audio con consentimiento informado, permiten recoger memorias, percepciones de apoyo emocional, vínculos familiares y conocimientos tradicionales. Paralelamente, la observación se documenta mediante bitácoras que registran comportamientos, emociones e interacciones comunitarias.

**Tabla 1***Resumen de Técnicas e Instrumentos Usados*

Técnicas	Instrumentos
Entrevistas no estructuradas	<p>Guía con preguntas orientadoras aplicada a los Adultos mayores de la Vereda San Luis Robles. Las entrevistas son grabadas en audio con consentimiento informado. Los resultados permiten identificar saberes ancestrales, emociones asociadas al aislamiento y expectativas frente a su participación en la huerta comunitaria.</p>
Observación participante	<p>Bitácora de campo que se usa durante cada jornada de trabajo con los Adultos mayores y los estudiantes del grado 11 de la Institución Educativa Robert Mario Bischoff. Se registran situaciones cotidianas, formas de interacción, niveles de participación, emociones que se observan y aprendizajes significativos. Esta evidencia permite analizar la dinámica grupal y el grado de apropiación del proyecto.</p>
Diagnóstico Rápido Participativo (DRP)	<p>El DRP se desarrolla mediante encuentros participativos con Adultos mayores, familiares y miembros de la comunidad, utilizando el debate abierto. Como resultado se espera construir el árbol de problemas complejo que evidenció las causas y consecuencias de la exclusión social, pérdida de redes y desconexión intergeneracional. El árbol es validado colectivamente y se encuentra documentado gráficamente.</p>
Mapeo social	<p>A través de talleres con Adultos mayores y jóvenes se realiza el reconocimiento espacial y social del territorio. Se elabora un mapa comunitario donde se ubican los lugares de encuentro, relaciones de apoyo y zonas relevantes para el proyecto de la huerta. Este ejercicio permite identificar oportunidades para fortalecer la integración intergeneracional y visualizar las rutas de acción.</p>

En el DRP, se construye colectivamente un árbol de problemas a partir del relato de los Adultos mayores, jóvenes y familias, lo cual permite identificar las causas estructurales del

aislamiento y visualizar sus consecuencias. Esta etapa proporciona insumos clave para la comprensión de las dinámicas de exclusión social y guía el diseño del proceso de intervención.

### ***Fase 2 Planeación Colaborativa***

Durante esta fase se promueve la deliberación comunitaria en torno al diseño del proyecto. A través de encuentros intergeneracionales, se socializan los resultados del diagnóstico, se valida el árbol de problemas y se define colectivamente la ubicación de la huerta comunitaria. Los Adultos mayores asumen el rol de sabedores, mientras que los jóvenes se posicionan como aliados activos en la construcción del espacio y el aprendizaje. Se define una tabla de roles para cada grupo participante, y se elabora un calendario comunitario de actividades, en el que se distribuyen las tareas de siembra, sesiones de enseñanza sobre plantas medicinales y jornadas de cuidado. Estas acciones permiten consolidar acuerdos comunitarios y apropiación del proceso.

### ***Fase 3 Implementación de la Huerta Comunitaria Intergeneracional***

Esta fase constituye el momento central de la intervención. Se realiza la adecuación del terreno con la colaboración de los jóvenes de grado 11 de la Institución Educativa Robert Mario Bischoff y de los Adultos mayores, quienes orientan la disposición de los surcos y la preparación del espacio según prácticas tradicionales. Se siembran plantas medicinales, aromáticas y condimentales como hierbabuena, albahaca, menta, ruda, cebollín y cilantro. Simultáneamente, se desarrollan sesiones de diálogo intergeneracional donde los Adultos mayores transmiten conocimientos sobre usos curativos, preparación de infusiones, y prácticas culturales relacionadas con el cultivo. Se registra el proceso mediante fotografías, videos y observaciones en campo, generando insumos para la sistematización futura. Esta etapa permite

visibilizar el conocimiento ancestral y generar experiencias significativas para ambas generaciones.

#### ***Fase 4 Evaluación Participativa***

Al cierre del proceso, se realiza un círculo de diálogo con los actores participantes para reflexionar sobre los aprendizajes, cambios vividos y retos del proyecto. Los Adultos mayores expresan sus emociones, vínculos construidos y reconocimiento social recuperado, mientras que los jóvenes comparten su valoración de la experiencia como espacio de aprendizaje y convivencia. Aunque no se elaboran testimonios escritos ni mapas conceptuales, el círculo permite recoger apreciaciones orales y emocionales que evidencian el impacto del proyecto en la vida cotidiana. Esta fase incorpora observaciones finales de campo y permite discutir propuestas para dar continuidad al proceso.

#### ***Fase 5: Sistematización y Cierre Comunitario***

En esta última fase se organiza y analiza la información recopilada a lo largo de todo el proceso. Se realiza una sistematización participativa que integra los hallazgos de las entrevistas, la observación participante y las actividades desarrolladas. Además, se elabora un acta comunitaria simbólica con las propuestas de sostenibilidad, la cual es firmada por una persona mayor en representación del grupo, un joven participante y la investigadora principal. Esta acta, que queda registrada en los archivos del proyecto, representa un compromiso colectivo con la continuidad de la huerta como espacio de encuentro intergeneracional. Finalmente, se reflexiona sobre los aportes de la psicología comunitaria a la mejora del bienestar social y mental de los Adultos mayores, así como al fortalecimiento del tejido comunitario.

## **Principios Éticos**

Se garantiza que los Adultos mayores, los jóvenes y las familias sean coautores del proceso, desde el diagnóstico hasta la evaluación. La voz de cada actor es reconocida y valorada como parte esencial del diseño e implementación de las actividades. Se promueve el diálogo de saberes, el respeto por los conocimientos ancestrales y la creación de espacios de intercambio intergeneracional. Las decisiones se construyen de manera colectiva, evitando relaciones verticales o jerárquicas.

La metodología se ajusta a las necesidades, ritmos y posibilidades de los Adultos mayores, muchas de las cuales enfrentan barreras físicas, sociales o emocionales. Se privilegian estrategias sensibles, como los círculos de conversación, el trabajo en terreno y el uso de materiales accesibles.

La intervención se diseña en diálogo con actores institucionales y comunitarios como la Corporación Técnica para el Desarrollo del Pacífico (CORTEPAZ), la Institución Educativa Robert Mario Bischoff y las familias, reconociendo su papel en el sostenimiento y proyección del proceso. La propuesta de intervención se desarrolla bajo los principios éticos fundamentales de respeto por la dignidad humana, la autonomía, el consentimiento informado, el cual se dispondrá en los anexos del presente trabajo, y la confidencialidad. Todas las actividades del proyecto se realizan con la participación voluntaria y consciente de los actores involucrados, en particular los adultos mayores, sus familias y los jóvenes estudiantes.

Previo al inicio del trabajo de campo, se obtiene el consentimiento informado verbal y por escrito de los participantes, mediante un formato que detalla los objetivos del proyecto, las actividades a realizar, el tipo de información a recolectar y el uso que se dará a los datos. Además, se solicita un permiso específico para el uso de imagen y grabación, tanto fotográfica

como audiovisual, el cual fue autorizado por los participantes mediante un documento anexo que forma parte del archivo ético del proyecto. Las evidencias de los consentimientos informados firmados por los participantes, se encuentran en el link del drive que se provee en la parte de Anexos.

En todo momento, se garantiza la confidencialidad de la información personal compartida, así como el derecho de los participantes a retirarse del proyecto si así lo desean, sin ningún tipo de consecuencia. Se prioriza el cuidado emocional y el respeto por los tiempos, expresiones y formas de participación de los adultos mayores, reconociendo su vulnerabilidad social y promoviendo su protagonismo como sujetos activos de la intervención.

Asimismo, el proyecto se adscribe a las recomendaciones éticas establecidas por el Código Deontológico del Psicólogo Colombiano, así como a los principios del enfoque de psicología comunitaria, que promueve procesos horizontales, participativos y de empoderamiento desde el reconocimiento mutuo y la corresponsabilidad social. Finalmente, como evidencia están los audios y videos tomados con los actores involucrados que se adjuntan a este documento en el apartado de Anexos.

## **Descripción del Proceso de Intervención**

### ***Acciones***

Este proyecto se lleva a cabo bajo el enfoque de Investigación Acción Participativa (IAP), respetando los principios de inclusión, co-construcción del conocimiento y protagonismo de los actores locales. El trabajo de campo se desarrolla durante cinco semanas, en las cuales se implementan fases específicas con actividades estructuradas que involucran activamente a Adultos mayores, jóvenes, familias y otros actores sociales. A continuación se describe cada fase.

## **Fase 1 Diagnóstico Participativo y Caracterización Social**

Esta fase permite identificar las condiciones sociales, emocionales y culturales de los adultos mayores de San Luis Robles. Se aplican entrevistas no estructuradas, observación participante y un formato de caracterización para recolectar datos como edad, estado de salud, vínculos familiares, nivel de participación comunitaria y saberes tradicionales. A través del Diagnóstico Rápido Participativo (DRP), se construye un árbol de problemas en conjunto con los actores comunitarios. Además, se elabora un mapeo social digital con base en Google Maps, donde se ubican los espacios relevantes del proyecto, validado posteriormente con la comunidad.

Se levantan datos demográficos específicos como edad promedio, condiciones de vida y roles comunitarios tanto de los Adultos mayores como de los jóvenes participantes. Además, se abordan aspectos relacionados con su bienestar psicológico y social, como el grado de aislamiento, nivel de participación comunitaria y conexión con redes familiares y sociales. Este ejercicio permite comprender de forma integral las dinámicas intergeneracionales presentes en el territorio y sustenta la planificación de acciones inclusivas dentro del proyecto.

**Espacio participativo:** se crea un espacio para que los Adultos mayores expresen sus necesidades, intereses y propuestas para la huerta comunitaria.

**Mapeo de actores:** se identifican los roles y recursos de CORTEPAZ, las familias y los jóvenes involucrados en el proyecto.

### ***Caracterización***

A partir de los datos que se recolectan mediante el formato de caracterización, se identifica que la mayoría de los Adultos mayores participantes del proyecto tienen entre 74 y 78 años, siendo ligeramente predominante la participación femenina. En términos de estado civil, la mayoría son viudos(as) o viven en unión libre, y poseen un nivel educativo bajo, limitado a la

primaria completa o incompleta. Estas condiciones reflejan vulnerabilidades estructurales que limitan su acceso a información, redes de apoyo y servicios. En cuanto a la salud, varios reportan enfermedades crónicas leves, como hipertensión y artritis, que dificultan su movilidad, aunque no les impide participar en actividades comunitarias si cuentan con acompañamiento adecuado.

Respecto a los vínculos familiares, se evidencia una convivencia parcial o debilitada con sus familias, lo cual repercute en sentimientos de soledad o abandono. Algunos Adultos mayores viven solos y reciben apoyo ocasional de vecinos o familiares cercanos. La principal fuente de ingresos proviene de subsidios del programa “Colombia Mayor” o ayudas esporádicas de sus hijos. En el ámbito cultural, todos los participantes poseen conocimientos ancestrales sobre plantas medicinales y preparación de remedios caseros, los cuales fueron adquiridos a través de la tradición oral. Este saber representa una herramienta valiosa para el fortalecimiento identitario y el reconocimiento comunitario, constituyéndose en un eje clave para el desarrollo del proyecto.

## **Tabla 2**

### *Caracterización Adultos Mayores*

Variable evaluada	Resultados destacados
Rango de edad	72 a 80 años; mayoría entre 74 y 78 años
Sexo	4 mujeres, 3 hombres
Estado civil	Mayoría viudos(as) o en unión libre
Nivel educativo	Nivel primaria completo o incompleto
Condición de salud	Presencia de enfermedades crónicas leves (hipertensión, artritis); movilidad limitada en algunos casos
Vínculo familiar predominante	Vínculos familiares parciales; algunos viven solos o con apoyo limitado

Fuente principal de ingreso	Subsidios estatales (Colombia Mayor) y ayudas familiares esporádicas
Tipo de saber ancestral reportado	Uso de plantas medicinales, preparación de remedios caseros, saberes transmitidos oralmente

---

### ***Observación Participante***

Durante las jornadas de interacción en campo, se mantiene una bitácora de observación estructurada con los siguientes ejes: fecha, lugar, participantes, descripción de la actividad, observaciones del comportamiento, emociones evidentes, interacciones sociales, nivel de participación e impresiones del observador. La observación se realiza durante los encuentros comunitarios, sesiones de conversación, actividades agrícolas y momentos de intercambio intergeneracional. Este instrumento permite documentar los avances en la construcción de vínculos y niveles de apropiación del proyecto.

La observación participante es fundamental para captar las dinámicas emocionales, sociales y comunitarias que se desarrollan a lo largo del proyecto. A través de bitácoras estructuradas, se registran aspectos como la disposición de los Adultos mayores, las interacciones con los jóvenes, la participación de las familias y los momentos simbólicos que dieron sentido al proceso.

Durante la primera jornada de socialización, varios Adultos mayores muestran un lenguaje corporal de reserva: brazos cruzados, pocas intervenciones, y miradas bajas. Sin embargo, al avanzar en las actividades, su participación se torna más activa y expresiva. Un momento clave fue cuando Doña Rosa, de 78 años, compartió: *“Pensé que ya no servía para nada, pero cuando me pidieron que enseñara para qué sirve el orégano, sentí que sí valgo todavía”* (Cortes, R., Noviembre, 2024).

En la segunda semana, durante la actividad de planeación, se observó entusiasmo en los jóvenes del grado 11 al colaborar con los Adultos mayores en el diseño de la huerta. Uno de ellos comentó espontáneamente: *“Yo nunca había sembrado, pero si mi abuela dice que con la ruda se espantan los sustos, yo quiero aprender”* (Palacio, J., Noviembre, 2024). Esta interacción, refleja el surgimiento de vínculos afectivos e interés por el conocimiento ancestral. La adecuación del terreno es una tarea compartida en la que se registran comportamientos de colaboración, cooperación y liderazgo de los Adultos mayores, quienes indican dónde sembrar cada planta.

Durante las sesiones de siembra, la participación es masiva. Se siembran más de 15 especies distintas, entre ellas: romero, albahaca, menta, toronjil, cebolla de cabeza, tomate, cúrcuma, cebollín, pimentón, pepino, orégano entre otras. La observación también da cuenta del rol de las familias como redes de apoyo, especialmente en el traslado y cuidado de Adultos mayores con dificultades de movilidad. En la bitácora se registra casos como el de Irene Mindinero, quien llega acompañada por su nieta, y comparte las recetas que usaban en tiempos anteriores con hojas de menta para aliviar dolores menstruales.

### ***Diagnóstico Rápido Participativo (DRP)***

Se lleva a cabo un DRP utilizando estrategias visuales y dialogadas para construir colectivamente un árbol de problemas, a partir de la experiencia de los Adultos mayores. Esta actividad participativa permite identificar las causas estructurales del aislamiento y la exclusión, y visualizar las consecuencias sociales y emocionales que enfrentan. El árbol es validado con la comunidad y complementado posteriormente con los hallazgos de las entrevistas y observaciones.

Durante la jornada, no se realiza un dibujo colectivo del árbol en el momento. Se toman notas de las ideas principales discutidas entre los Adultos mayores, jóvenes y familiares. Posteriormente, se organiza esa información y diseña un gráfico que representa el árbol de problemas, el cual es socializado en una sesión siguiente con los participantes, quienes validan su contenido.

Para la construcción del Árbol de Problemas, se desarrolló una sesión colectiva, en la que los adultos mayores y los jóvenes identificaron las causas del aislamiento social, el problema central (exclusión social) y las consecuencias. Posteriormente, se sistematizó esta información en un gráfico, el cual fue socializado con los participantes.

Lugar de realización: Vereda San Luis Robles, Tumaco

Facilitadores responsables: Luz Nelly Biojo – Corporación Técnica para el Desarrollo del Pacífico (CORTEPAZ)

Número y perfiles de los participantes (adultos mayores, jóvenes, familias, etc.): participaron 6 adultos mayores, 7 jóvenes del grado 11 de la Institución Educativa Robert Mario Bischoff y 4 familiares. La mayoría de los adultos mayores no sabían leer ni escribir.

Dinámica de integración utilizada: ronda de presentación con preguntas sobre los saberes que cada uno recordaba, acompañada de una dinámica lúdica de 'líneas de tiempo vividas'.

Preguntas orientadoras para la lluvia de ideas sobre problemas sentidos: ¿Qué situaciones les hacen sentir excluidos o tristes? ¿Qué cosas desearían poder hacer con otras personas? ¿Por qué creen que esas situaciones ocurren?

Lista de problemas identificados por los participantes:

- Aislamiento de los adultos mayores
- Pérdida de los conocimientos ancestrales

- Falta de participación comunitaria
- Desvalorización de su conocimiento
- Falta de espacios para compartir con jóvenes
- Tristeza por no sentirse útiles

Causas asociadas a los problemas:

- Desvinculación de los adultos mayores de las actividades comunitarias
- Escasa interacción intergeneracional
- Estigmatización por edad
- Falta de programas que promuevan la integración

Consecuencias observadas de los problemas:

- Sentimientos de soledad y tristeza
- Baja autoestima
- Desconexión familiar y social
- Pérdida progresiva de saberes ancestrales

Descripción gráfica del árbol de problemas

Durante la jornada, no se realizó un dibujo colectivo del árbol en el momento. Se tomaron notas de las ideas principales discutidas entre los adultos mayores, jóvenes y familiares. Posteriormente, se organizó esa información y diseñó un gráfico que representa el árbol de problemas, el cual fue socializado en una sesión siguiente con los participantes, quienes validaron su contenido.

**Figura 4***Árbol de problemas*

Los adultos mayores expresan sentirse escuchados y reconocidos. Coinciden en que la exclusión duele más que la pobreza. Los jóvenes manifiestan admiración por el conocimiento que desconocen sobre plantas medicinales. Es necesario traducir algunas preguntas en lenguaje coloquial. La metodología es efectiva para visibilizar las voces de los Adultos mayores. El ejercicio motiva a los jóvenes a comprometerse más con el proyecto.

**Mapeo Social.** Para ubicar geográficamente los espacios clave para el proyecto, se elabora un mapa digital utilizando la herramienta Google Maps. En este se identifican y marcan la ubicación aproximada de la huerta comunitaria propuesta, los hogares de los Adultos mayores participantes, así como instituciones relevantes como la Corporación Técnica para el Desarrollo del Pacífico (CORTEPAZ) y la Institución Educativa Robert Mario Bischoff.

Se recopilan los aportes de los actores comunitarios y se elabora el mapa con base en sus indicaciones. El resultado es socializado con los participantes para su validación, facilitando la visualización del territorio, los vínculos sociales y las rutas de acompañamiento. El mapa sirve como herramienta para entender las dinámicas de acceso, cuidado y comunicación entre los diferentes actores del proyecto.

Entre los hallazgos más relevantes se evidencia que la mayoría de los Adultos mayores viven en viviendas dispersas, con dificultades de conectividad y acceso. Esto refuerza la necesidad de planificar rutas de acompañamiento y asignar roles logísticos dentro de las familias. El mapa permite visualizar los puntos estratégicos donde se concentran los esfuerzos del proyecto, facilitando la articulación con CORTEPAZ y las familias para organizar los traslados y la asistencia técnica en la huerta.

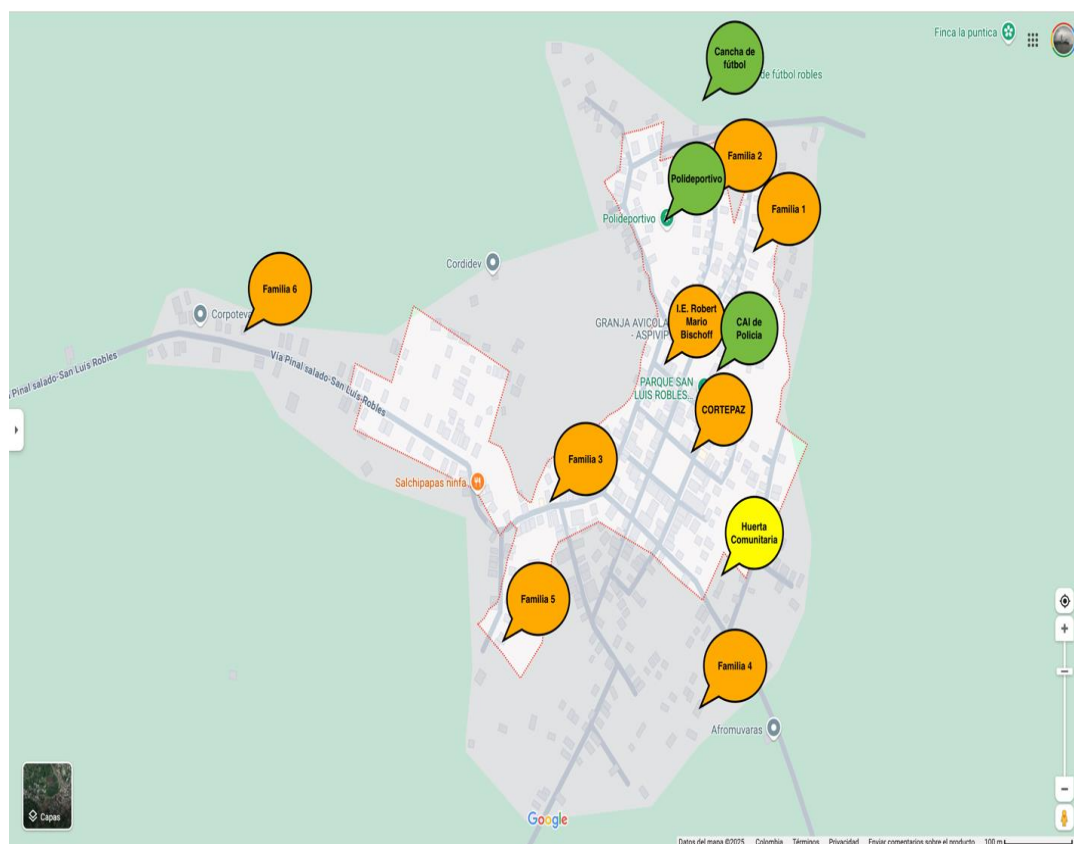
El mapa es socializado y validado con los actores en un encuentro comunitario, donde se discute su funcionalidad y se hacen ajustes. Se sugiere su actualización constante para futuros

proyectos, siendo considerada por los participantes como una herramienta útil para el trabajo comunitario.

Finalmente, el mapa no solo cumple una función geoespacial, sino que representa una herramienta de reconocimiento colectivo del territorio y de las relaciones de apoyo entre sus habitantes. Fortalece la conciencia comunitaria sobre los desafíos del cuidado colectivo de los Adultos mayores y visibiliza la red de actores comprometidos con su bienestar.

## Figura 5

### Mapa Social



**Entrevistas Semi-estructuradas.** Como parte del proceso de intervención, se desarrollan entrevistas semiestructuradas dirigidas a los adultos mayores participantes y los jóvenes son quienes hacen las preguntas encaminadas a explorar los saberes ancestrales de los adultos

mayores sobre las plantas que se están sembrando. Estas entrevistas permiten profundizar en sus experiencias de vida, saberes tradicionales, redes de apoyo y estado emocional. Su aplicación busca comprender el impacto del aislamiento social, así como identificar motivaciones y expectativas frente al proyecto de la huerta comunitaria intergeneracional. La información recolectada se convierte en un insumo fundamental para ajustar las acciones del proyecto de manera participativa y contextualizada.

**Tabla 3**

*Sistematización Entrevistas*

Nombre (seudónimo)	Edad aproximada	Convivencia / Red de Apoyo	Saber Ancestral	Frase destacada
Daisy	74 años	Vive con familiares, pero con poco acompañamiento afectivo	Uso de hierbas para la digestión	<i>“Me gusta enseñar lo que aprendí de mi mamá” (Sanchez, D., Noviembre, 2024).</i>
Francisco	80 años	Vive solo, apoyo ocasional de vecinos	Conocimiento de plantas para dolores musculares	<i>“Quiero que los niños no olviden estas plantas” (Reina, F., Noviembre, 2024)</i>
Walberto	78 años	Convive con su esposa, red limitada	Preparación de remedios caseros para resfriados	<i>“Aquí uno puede sentirse útil otra vez” (Cortes, W., Noviembre, 2024)</i>
Segundo	72 años	Vive con hija y nietos, buena relación	Cultivo tradicional de albahaca, r y menta	<i>“Con la huerta uno revive los tiempos de antes” (Izquierdo, S., Noviembre, 2024)</i>
Fidela	76 años	Vive sola, con apoyo	Curación con	<i>“Antes todos</i>

Nombre (seudónimo)	Edad aproximada	Convivencia / Red de Apoyo	Saber Ancestral	Frase destacada
		de una vecina cercana	cúrcuma y yerbabuena	<i>sabíamos qué planta servía para qué” (Reina, F., Noviembre, 2024)</i> <i>“Los muchachos deben aprender como curarse sin pastillas”</i> <i>(Mindinero, I., Noviembre, 2024)</i>
Irene	75 años	Residencia familiar, siente poco respaldo emocional	Técnicas de infusión y vaporizaciones	<i>“No quiero que lo que sé se pierda conmigo” (Cortes, R., Noviembre, 2024)</i>
Rosa	79 años	Vive con familia extendida, apoya en tareas del hogar	Identificación de plantas venenosas y medicinales	

**Principales Hallazgos.** La mayoría de los Adultos mayores expresa una conexión profunda con la vereda San Luis Robles. Hablando con orgullo de su historia de vida en el territorio, de la transformación del entorno y de los cambios en las relaciones sociales a lo largo del tiempo. Se percibe un fuerte sentido de identidad comunitaria y pertenencia al lugar.

Aunque algunos Adultos mayores conviven con familiares, la mayoría refiere sentirse poco acompañada emocionalmente y con escasa participación en las actividades comunitarias. La soledad es un sentimiento reiterado, especialmente entre quienes viven solos o dependen del apoyo esporádico de terceros.

Todos los participantes manifiestan tener conocimientos sobre el uso de plantas medicinales, preparación de infusiones, ungüentos, y remedios tradicionales para enfermedades

digestivas, nerviosas y respiratorias. Estos saberes son aprendidos de generación en generación, y para muchos de ellos, esta es su principal herencia cultural.

Los adultos mayores expresan con entusiasmo el deseo de compartir sus conocimientos con los jóvenes, y muchos manifiestan que sentirse escuchados y útiles era una motivación significativa. Además, varios participantes reportan sentirse más animados, motivados y esperanzados gracias a su involucramiento en el proyecto. Indican que participar en la huerta les devuelve el entusiasmo por salir de casa, reencontrarse con vecinos y recuperar actividades significativas para su bienestar.

Una parte importante de los Adultos mayores expresa su interés en continuar asistiendo a las jornadas de huerta, y solicitan que las actividades se mantengan en el tiempo, ya que les ayuda a distraerse, a aprender, y a sentirse acompañados. Estos hallazgos fortalecen la construcción del perfil colectivo de la comunidad participante, y permiten reafirmar la pertinencia de la propuesta desde una mirada psicosocial y cultural. Las temáticas identificadas también contribuyen a enriquecer las actividades del proyecto, enfocándose en la valorización del saber, la escucha activa y la participación emocionalmente significativa.

**Fase 2 Planeación Colaborativa.** Durante la segunda semana del trabajo de campo, se lleva a cabo una jornada de planeación colaborativa con la participación activa de los Adultos mayores, siete estudiantes del grado 11 de la Institución Educativa Robert Mario Bischoff, las familias de los mayores, representantes de la Corporación Técnica para el Desarrollo del Pacífico (CORTEPAZ) y los jóvenes, esta jornada se desarrolla en un encuentro intergeneracional comunitario, donde se socializan de manera participativa los hallazgos del diagnóstico realizado la semana anterior.

A partir de esta socialización, los participantes dialogan sobre cómo diseñar colectivamente el espacio físico de la huerta comunitaria. Se establecen acuerdos sobre la ubicación, las zonas de cultivo, los caminos internos y las áreas comunes, tomando como insumo el mapeo realizado con apoyo de Google Maps.

Uno de los principales logros de esta semana es la definición de roles para cada actor del proyecto. Se acuerda que los Adultos mayores asumirán el rol de sabedores y líderes del proceso, transmitiendo conocimientos ancestrales sobre las plantas medicinales y orientando las prácticas agrícolas. Los jóvenes serán acompañantes activos, brindando apoyo logístico y participando en las labores de siembra y cuidado. Las familias se comprometen a ofrecer apoyo emocional y físico a los Adultos mayores, mientras que CORTEPAZ garantiza el soporte técnico y logístico. La investigadora Luz Nelly, por su parte, lidera la sistematización del proceso y la facilitación metodológica.

Como parte del ejercicio participativo, se construye también un calendario comunitario de actividades, donde se definen los días de siembra, las sesiones de enseñanza sobre plantas medicinales, y las jornadas de cuidado del cultivo. Este calendario permite anticipar los momentos clave del proceso y distribuir responsabilidades de forma equitativa entre los actores. Las fechas y tareas son anotadas en carteles visibles para toda la comunidad.

Toda la jornada es registrada mediante observación participante en bitácoras, en las que se consignan impresiones sobre la participación de los actores, el nivel de apropiación del proyecto y los acuerdos construidos. Este registro cualitativo constituye un insumo clave para el análisis posterior del nivel de implicación de los participantes y la consolidación de redes de apoyo.

*Delegación de Tareas***Tabla 4***Delegación de Roles y Tareas*

Semana	Fecha Aproximada	Actividad Principal	Responsables	Espacio / Lugar
Semana 2	5 - 9 marzo	Socialización de resultados del diagnóstico participativo	Maestranter, CORTEPAZ	CORTEPAZ- San Luis Robles
Semana 3	12 - 16 marzo	Preparación del terreno y delimitación de la huerta	Jóvenes, Ingeniero agrónomo, y familias de los Adultos mayores.	Terreno asignado para la huerta
Semana 3	14 marzo	Primera jornada de siembra de plantas medicinales	Adultos mayores y jóvenes	Huerta comunitaria
Semana 4	19 - 23 marzo	Sesiones de enseñanza ancestral con Adultos mayores	Adultos mayores, con apoyo de los Maestranter	Huerta comunitaria
Semana 4	22 marzo	Jornada comunitaria de cuidado de plantas	Familias, jóvenes , Ingeniero Agrónomo y CORTEPAZ	Huerta comunitaria
Semana 5	26 - 28 abril	Evaluación participativa y cierre simbólico del ciclo inicial	Todos los actores comunitarios del proyecto.	Huerta comunitaria

***Fase 3: Implementación de la Huerta Comunitaria Intergeneracional***

El objetivo central de estas semanas es dar inicio a la ejecución práctica del proyecto mediante la preparación y siembra inicial de la huerta comunitaria, integrando los saberes ancestrales de los Adultos mayores con la participación activa de los jóvenes de la Institución

Educativa Robert Mario Bischoff, y con el acompañamiento técnico del Ingeniero Agrónomo Marco Tulio Salcedo, Docente de la Unad UDR Tumaco, Esta fase constituye un momento clave de movilización comunitaria, en el que se materializa el diseño acordado en la semana anterior y se fortalecen los vínculos intergeneracionales mediante el trabajo colaborativo.

El terreno destinado a la huerta está ubicado en una zona aledaña perteneciente a la Casa Comunitaria de CORTEPAZ, ubicado detrás de los lotes pertenecientes al barrio Buenos Aires, cedido por acuerdo comunitario como espacio para uso colectivo. Durante los primeros días de la semana 3 (12 al 16 de febrero del 2025), se realizan labores de limpieza del área, delimitación de los canteros y nivelación del suelo. Estas tareas son desarrolladas de forma conjunta por los estudiantes del grado 11, Ingeniero Agrónomo y algunos familiares de los Adultos mayores que se vinculan de manera voluntaria. Se utilizan herramientas básicas como palas, rastrillos, machetes, azadones, estacas y sogas para trazar el terreno. La actividad no solo permite acondicionar el espacio físico, sino también generar cohesión entre los participantes, quienes comparten experiencias, anécdotas y estrategias tradicionales para el manejo del suelo.

La selección de especies vegetales es liderada por los Adultos mayores, quienes definen las plantas a cultivar en función de su conocimiento ancestral y sus aplicaciones medicinales. Se siembran albahaca, ruda, menta, toronjil, hierbabuena, orégano, ají, cebollín, y cilantro cimarrón, entre otras. Estas especies son elegidas por su valor terapéutico, sus propiedades para aliviar dolencias comunes (digestivas, respiratorias y nerviosas) y por ser representativas del saber ancestral de la región. La siembra se realiza en hileras definidas por tipo de planta, teniendo en cuenta las recomendaciones de los mayores respecto a la compatibilidad entre especies y la orientación del cultivo. El proceso es acompañado por sesiones breves donde los sabedores

explican las propiedades curativas, los momentos adecuados de recolección, y los rituales asociados a algunas de estas plantas.

### **Figura 6**

#### *Siembra de las Primeras Plantas*



*Nota.* Huerta Intergeneracional San Luis Robles – Tumaco (2025)

Paralelamente a las actividades prácticas, se llevan a cabo sesiones de conversación entre los Adultos mayores y los jóvenes, en las que se comparten historias sobre el origen del conocimiento ancestral, el valor espiritual y comunitario de las plantas, y las transformaciones del entorno natural a lo largo de los años. Estas sesiones son altamente valoradas por los participantes, pues posibilitan un espacio de escucha activa, reconocimiento mutuo y resignificación del rol del Persona mayor como portador de saberes.

Durante ambas semanas, se realizan registros fotográficos y audiovisuales con el consentimiento informado de los participantes. Estos registros permiten capturar los momentos significativos de interacción, así como las emociones expresadas durante la siembra y el diálogo. Adicionalmente, se aplican bitácoras de observación participante, en las que se documentan aspectos como el comportamiento de los actores, la cooperación espontánea, los niveles de entusiasmo, las expresiones verbales y no verbales, y la apropiación del proyecto por parte de los distintos grupos involucrados.

La implementación de la huerta comunitaria no solo representa un avance técnico del proyecto, sino que se consolida como un espacio simbólico de construcción comunitaria, donde el cuidado de la tierra se transforma en una práctica de cuidado del otro y de sí mismo.

#### ***Fase 4: Evaluación Participativa***

Durante la quinta semana, se desarrolla un círculo de cierre comunitario en el que participaron los Adultos mayores, sus familias, los jóvenes del grado 11 de la Institución Educativa Robert Mario Bischoff, representantes de CORTEPAZ y el equipo investigador. La actividad tiene un carácter ritual y emocional, donde se dispuso un espacio en círculo al aire libre, rodeado por los cultivos de la huerta, para propiciar un ambiente íntimo de diálogo y reflexión compartida.

Cada participante toma la palabra de manera espontánea para expresar cómo vive el proceso, qué emociones experimenta y qué aprendizajes desea conservar o transmitir. Se prioriza la oralidad y la narración viva como medio de sistematización colectiva, coherente con la tradición cultural del territorio. Se comparten experiencias significativas relacionadas con el redescubrimiento del valor de los Adultos mayores en la comunidad, el fortalecimiento de los vínculos familiares y la importancia de conservar los saberes ancestrales sobre plantas medicinales.

Uno de los Adultos mayores expresó: *“Yo no pensé que todavía podía enseñar algo(...) pero cuando vi a los muchachos anotando lo que yo decía, sentí que valía la pena hablar”* (Reina, F., Noviembre, 2024). Este tipo de intervenciones revela un cambio en la percepción de utilidad y autoestima por parte de los mayores, lo cual fue también observado por sus familiares.

Los jóvenes manifiestan su agradecimiento por la oportunidad de escuchar historias del pasado y aprender técnicas de cultivo con plantas medicinales, reconociendo el valor del diálogo

intergeneracional. Varias familias expresan su compromiso de seguir acompañando a sus Adultos mayores en futuras jornadas, incluso fuera del marco del proyecto.

Como parte de la actividad, se propone mantener el cultivo activo como un espacio permanente de encuentro intergeneracional. Para ello, se definen compromisos de cuidado compartido entre familias, jóvenes y CORTEPAZ, quien se compromete a hacer seguimiento bimensual y brindar asistencia técnica básica.

El cierre no solo permite evaluar los impactos del proceso desde la vivencia de los actores, sino que también fortalece el sentido de pertenencia comunitaria y el deseo colectivo de continuidad. Aunque no se producen insumos gráficos o textuales formales, el registro en video y audio del círculo de cierre, junto con las notas de campo tomadas por el equipo investigador, constituyen insumos valiosos para la sistematización reflexiva del proceso.

### **Figura 7**

#### *Círculo de Cierre*



*Nota.* Huerta Intergeneracional San Luis Robles – Tumaco (2025)

Este espacio de cierre permite no solo valorar colectivamente los aprendizajes y transformaciones alcanzadas, sino también proyectar acciones concretas para la sostenibilidad del proyecto. Como producto simbólico y operativo de este momento, se elabora un Acta

Comunitaria de Compromisos, donde se consignan las propuestas surgidas durante el diálogo, incluyendo la continuidad de los cuidados de la huerta, la realización de encuentros intergeneracionales mensuales y la integración de nuevos actores comunitarios. Esta acta es firmada por el representante del grupo de Adultos mayores, uno de los jóvenes participantes del grado 11 de la Institución Educativa Robert Mario Bischoff, y la investigadora principal. El documento se encuentra disponible en formato digital en el drive compartido del proyecto, como evidencia del compromiso colectivo y del fortalecimiento de la corresponsabilidad comunitaria. Este acto simbólico marca la transición del proyecto como intervención puntual a una práctica comunitaria con sentido de permanencia.

#### ***Fase 5: Sistematización y Cierre Comunitario***

Durante esta fase se organiza, analiza e interpreta de manera colectiva la información recopilada a lo largo de todo el proceso de intervención. Se realiza una sistematización participativa en la que se integran los hallazgos obtenidos a través de las entrevistas, la observación participante y las actividades comunitarias desarrolladas. Se genera un espacio de reflexión conjunta en el que los participantes valoran los aprendizajes, transformaciones y vínculos construidos.

Como parte del cierre, se elabora un acta comunitaria simbólica en la que se recogen las propuestas de sostenibilidad del proyecto. Esta acta es firmada por una persona mayor representante del grupo, un joven participante y la investigadora principal, constituyéndose en un compromiso colectivo para mantener la huerta como un espacio intergeneracional permanente.

La fase culmina con un círculo de diálogo donde se reconoce el papel de la psicología comunitaria en la mejora del bienestar social y mental de los adultos mayores, y se reflexiona

sobre su potencial transformador en la reconstrucción del tejido comunitario desde el respeto, la memoria colectiva y la participación activa.

## Cronograma

**Tabla 5**

*Cronograma*

Fase	Actividad	Fecha
Fase 1: Diagnóstico participativo	Caracterización de Adultos mayores, jóvenes y familias mediante entrevistas, talleres y mapas sociales	5 - 9 marzo
Fase 2: Planeación colaborativa	Diseño participativo de la huerta, asignación de roles y elaboración de cronograma comunitario	12 - 16 marzo
Fase 3: Implementación de la huerta comunitaria	Preparación del terreno y siembra de plantas seleccionadas por los Adultos mayores	Marzo 14 de marzo
Fase 3: Implementación de la huerta comunitaria	Encuentros intergeneracionales para transmisión de saberes y prácticas culturales	19 - 23 marzo
Fase 3: Implementación de la huerta comunitaria	Registro audiovisual y fotográfico de experiencias y aprendizajes	22 marzo
Fase 4: Evaluación y sistematización participativa	Jornada de cierre, evaluación participativa y sistematización del proceso	26 - 28 abril

### **Impacto de la Intervención**

El impacto generado por la intervención desarrollada en la Vereda San Luis Robles se evidencia en múltiples niveles comunitarios, en consonancia con los objetivos planteados en el proyecto. Desde el enfoque de la psicología comunitaria, se comprendió que el bienestar social y mental de los Adultos mayores está profundamente ligado a su sentido de pertenencia, participación y reconocimiento dentro de la comunidad (Montero, 2004). A partir de este marco, fue posible observar cambios significativos durante y después del proceso de implementación de la huerta comunitaria intergeneracional.

Uno de los principales resultados fue la mejora del bienestar emocional de los Adultos mayores, evidenciado en expresiones verbales espontáneas, lenguaje corporal más abierto y una participación cada vez más activa en las sesiones. La presencia constante de los participantes, así como su disposición para compartir saberes ancestrales, indicó una resignificación de su lugar dentro del tejido social. Tal como lo plantea la Organización Mundial de la Salud (2021), el reconocimiento del rol de los Adultos mayores es un factor protector frente al deterioro emocional y psicológico asociado al aislamiento y la inactividad.

Durante el proceso, se logró identificar y caracterizar a los principales actores que conforman las redes de apoyo a los Adultos mayores en San Luis Robles. Entre ellos se destacan las familias, los jóvenes participantes, la Corporación Técnica para el Desarrollo del Pacífico (CORTEPAZ) y docentes de la Institución Educativa Robert Mario Bischoff. Cada actor desempeñó un rol particular en el acompañamiento emocional: las familias facilitaron la presencia y continuidad de los adultos mayores en las actividades; los jóvenes ofrecieron apoyo logístico y afectivo; y CORTEPAZ articuló los esfuerzos comunitarios e institucionales. Esta red

de apoyo fue fortalecida a lo largo del proyecto, contribuyendo a reducir el aislamiento y propiciar entornos afectivos más saludables para los adultos mayores.

A lo largo del proceso, se fortalecieron las redes sociales, un componente clave del bienestar social según Prilleltensky y Nelson (2002), quienes señalan que las relaciones interpersonales, el respeto mutuo y la inclusión son dimensiones fundamentales para generar entornos saludables. La interacción entre los Adultos mayores y los jóvenes del grado 11 de la Institución Educativa Robert Mario Bischoff fue uno de los factores que más contribuyó a este fortalecimiento. Estas relaciones intergeneracionales no solo facilitaron el aprendizaje mutuo, sino que transformaron la visión que los jóvenes tenían sobre la vejez, promoviendo actitudes de respeto y admiración hacia los saberes tradicionales.

Las interacciones intergeneracionales observadas en el proyecto generaron múltiples beneficios para el bienestar psicológico de los adultos mayores. El compartir con los jóvenes no solo revivió recuerdos asociados a sus prácticas tradicionales, sino que fortaleció su autoestima al sentirse escuchados, valorados y necesitados dentro de la comunidad. Estas interacciones también promovieron sentimientos de utilidad, conexión afectiva y propósito, elementos fundamentales para el bienestar psicológico, tal como lo plantea Ryff (1989). La posibilidad de enseñar y orientar a los jóvenes transformó la percepción de muchos adultos mayores sobre sí mismos, permitiéndoles reconstruir su identidad como portadores de saberes y agentes de cambio.

El proyecto también logró visibilizar los conocimientos ancestrales que los Adultos mayores habían conservado a lo largo del tiempo, principalmente sobre el uso de plantas medicinales, aromáticas y condimentales. La psicología comunitaria enfatiza el valor de los saberes locales como recursos simbólicos que permiten fortalecer la identidad colectiva y generar

sentido de agencia en las comunidades (Montero, 2006). En este caso, los Adultos mayores pasaron de ser percibidos como sujetos pasivos a convertirse en referentes culturales para los demás actores sociales. Su participación en las jornadas de siembra y en los círculos de diálogo permitió que sus conocimientos fueran socializados y valorados, incluso por actores institucionales como CORTEPAZ.

En términos metodológicos, la participación de la comunidad no se limitó a una consulta, sino que avanzó hacia niveles más complejos como la cogestión. Ussher (2008) y Montero (2004) coinciden en que este tipo de participación implica una corresponsabilidad entre los actores, donde se comparten decisiones, saberes y compromisos. Esto fue evidente en la firma del acta comunitaria, que simbolizó no solo el cierre del proceso de intervención, sino también el comienzo de una etapa de sostenibilidad asumida colectivamente. Dicha acta fue suscrita por el representante del Persona mayor, un joven delegado de la institución educativa y la investigadora principal, demostrando un acuerdo intergeneracional e institucional para dar continuidad a la iniciativa.

La intervención permitió comprender que las dinámicas de exclusión social de los adultos mayores estaban asociadas a la falta de reconocimiento de sus conocimientos, la escasez de espacios de participación y la pérdida de vínculos intergeneracionales. A través de la huerta comunitaria, estas condiciones comenzaron a transformarse: se crearon espacios significativos de encuentro, se legitimaron sus saberes y se promovió su participación activa. Esta transformación fue posible gracias al enfoque metodológico participativo, que garantizó que los adultos mayores dejaran de ser espectadores y se convirtieran en protagonistas del cambio. Así, se logró avanzar en la superación de patrones de exclusión, resignificando su papel dentro del tejido comunitario.

Otro impacto relevante fue la apropiación del espacio comunitario de la huerta. A través del calendario de actividades y la asignación de responsabilidades, tanto jóvenes como Adultos mayores y sus familias participaron activamente en la adecuación del terreno, el cuidado de las plantas y la gestión de los recursos. Esta apropiación no solo fortaleció la cohesión social, sino que también incrementó el sentido de autonomía y corresponsabilidad, aspectos fundamentales del empoderamiento comunitario (Fals Borda, 1987).

En suma, la intervención promovió cambios actitudinales, simbólicos y estructurales que dan cuenta de un proceso de transformación real en la comunidad. La inclusión de los Adultos mayores como actores protagónicos, la interacción intergeneracional y el fortalecimiento de las redes comunitarias no solo mejoraron su bienestar social y mental, sino que también permitieron construir un escenario sostenible de participación, memoria colectiva y vida digna. La psicología comunitaria y la Investigación Acción Participativa demostraron, en este contexto, su capacidad para generar procesos emancipadores que contribuyen a la justicia social y al desarrollo humano integral.

En conjunto, los resultados del proyecto evidencian que la estrategia de una huerta comunitaria intergeneracional fue efectiva para fortalecer el bienestar social y mental de los adultos mayores mediante la integración comunitaria. La participación activa de estos actores en un entorno significativo propició cambios positivos en su salud emocional, reconstruyó redes de apoyo y restauró su rol social como referentes culturales. La inclusión de diferentes generaciones en un proceso colaborativo promovió el sentido de pertenencia, el reconocimiento mutuo y la cohesión comunitaria. Este impacto integral responde de manera clara y sólida al objetivo general de la intervención, posicionando a los adultos mayores como sujetos activos en la construcción de bienestar colectivo.

## Conclusiones

La ejecución de este proyecto permitió dar respuesta a la pregunta central que guio todo el proceso: una huerta comunitaria intergeneracional puede fortalecer el bienestar social y mental de los adultos mayores en San Luis Robles al posicionarlos como actores activos en su comunidad, permitiéndoles compartir sus saberes, recuperar su autoestima, reconstruir vínculos y desempeñar un rol socialmente valorado. Esta forma de participación no solo impactó en su bienestar emocional, sino que también contribuyó a mitigar los efectos del aislamiento y a resignificar la vejez como una etapa de sabiduría, enseñanza y aporte comunitario.

A lo largo de las fases del proyecto se evidenció que el involucramiento de jóvenes, familias y actores comunitarios fue clave para tejer redes de apoyo que antes estaban debilitadas. El trabajo colaborativo entre generaciones no solo facilitó el intercambio de conocimientos, sino que también promovió el respeto, la empatía y la reconstrucción del tejido comunitario. En este proceso, los jóvenes dejaron de ser observadores pasivos para convertirse en aliados activos de los adultos mayores, favoreciendo un aprendizaje mutuo y fortaleciendo su identidad cultural.

Desde el enfoque de la psicología comunitaria, esta experiencia demuestra que los procesos de participación auténtica y corresponsable tienen un impacto positivo en el fortalecimiento del sentido de pertenencia, la autonomía y la conciencia crítica de los actores involucrados. La metodología empleada, basada en la Investigación Acción Participativa (IAP), permitió una comprensión situada del problema y generó condiciones para la transformación desde dentro de la comunidad, promoviendo la sostenibilidad de las acciones más allá del tiempo de intervención.

Además, se consolidó un espacio físico, emocional y simbólico que actuó como catalizador del cambio social, facilitando el encuentro, la reflexión colectiva, la transmisión de saberes ancestrales y la construcción de horizontes compartidos. La experiencia documentada, incluida la firma de un acta comunitaria simbólica, representa no solo un cierre del proceso, sino un nuevo punto de partida para futuras acciones lideradas por la misma comunidad.

En suma, esta intervención evidenció que promover espacios intergeneracionales basados en el respeto y la colaboración puede convertirse en una estrategia efectiva para transformar contextos de exclusión en oportunidades de cuidado mutuo, fortalecimiento del bienestar psicosocial y construcción de comunidades más integradas, conscientes y solidarias.

## Recomendaciones

A partir de la experiencia desarrollada en la Vereda San Luis Robles, se plantean varias recomendaciones orientadas a garantizar la sostenibilidad del proyecto y potenciar su impacto a futuro, tanto en el plano investigativo como en el comunitario.

En primer lugar, se recomienda establecer mecanismos de seguimiento y acompañamiento continuo por parte de actores clave como la Corporación Técnica para el Desarrollo del Pacífico (CORTEPAZ) y la Alcaldía de Tumaco, a fin de asegurar que el proceso iniciado con la huerta comunitaria intergeneracional no se diluya con el paso del tiempo. La institucionalización de la iniciativa dentro de los programas locales de inclusión social y envejecimiento activo permitiría generar una estructura formal que respalde la participación de los Adultos mayores como agentes activos de cambio, en consonancia con lo planteado por la Ley 1251 de 2008 y el Plan Nacional de Envejecimiento y Vejez.

Asimismo, se sugiere promover alianzas con instituciones educativas como la IE Robert Mario Bischoff para consolidar procesos de diálogo intergeneracional de carácter permanente. La incorporación de proyectos pedagógicos que integren los saberes ancestrales transmitidos por los Adultos mayores en el currículo escolar puede fortalecer el reconocimiento cultural, generar aprendizajes significativos y estimular nuevas formas de participación juvenil. Esto también contribuiría a superar imaginarios sociales que asocian la vejez con la dependencia o la improductividad.

En términos metodológicos, se propone ampliar la experiencia de Investigación Acción Participativa (IAP) a otros sectores rurales de Tumaco u otros municipios del Pacífico colombiano, replicando el modelo de intervención centrado en la co-creación de soluciones comunitarias. Para ello, se recomienda capacitar a líderes comunitarios en metodologías

participativas, mapeo social y facilitación de procesos intergeneracionales, de manera que puedan liderar sus propios procesos con autonomía y pertinencia cultural.

Adicionalmente, se identifica como prioridad la necesidad de fortalecer la infraestructura comunitaria que permita el desarrollo de actividades productivas y sociales de forma sostenible. Es fundamental gestionar recursos para el mantenimiento de la huerta, la adquisición de insumos y la implementación de sistemas de riego y compostaje. También sería deseable disponer de un espacio físico adecuado donde se puedan realizar talleres, círculos de diálogo, jornadas de formación y encuentros comunitarios.

En el ámbito investigativo, se recomienda profundizar en el estudio de los efectos psicosociales de la participación intergeneracional en comunidades rurales, prestando especial atención a variables como la percepción de utilidad, la autoestima, el sentido de pertenencia y la salud mental. La producción de nuevo conocimiento desde y para la comunidad contribuirá a ampliar el campo de acción de la psicología comunitaria y su incidencia en políticas públicas.

Finalmente, se sugiere construir un comité intergeneracional comunitario que se encargue de coordinar las actividades futuras, monitorear la participación de los actores involucrados y promover nuevas iniciativas orientadas al bienestar colectivo. Este comité, integrado por Adultos mayores, jóvenes, representantes familiares y aliados institucionales, puede convertirse en un motor de cambio social con alto impacto transformador.

Estas recomendaciones responden al espíritu del proyecto, que no solo buscó intervenir una problemática concreta, sino también sembrar las bases para un proceso continuo de fortalecimiento comunitario, empoderamiento colectivo y justicia social.

## Referencias

- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179-211.
- Alcaldía Distrital de Tumaco. (2022). *Plan de Desarrollo Municipal de Tumaco*.
- Bonet, A. M., & Belbey, P. G. (2023). Las huertas comunitarias como dispositivo de transición socio-ecológica. *Cadernos Eletrônicos Direito Internacional sem Fronteiras*, 5(1), e20230117. DOI: 10.5281/zenodo.7778405.
- Brown, K., & Grant, M. (2005). Biodiversity and human health: What role for nature in healthy urban planning? *Built Environment (1978-)*, 31(4), 326-338.
- Corporación Técnica para el Desarrollo del Pacífico (CORTEPAZ). (s.f.). *¿Quiénes somos?*. <https://icfundacion.com/cortepaz/>
- Fals Borda, O. (1987). *La investigación-acción participativa*. Bogotá: Tercer Mundo Editores.
- Ferullo, A. (2006). *Participación comunitaria y construcción de poder popular*. Buenos Aires: Espacio Editorial.
- García, L., Torres, M., & Rodríguez, P. (2020). Impacto de las huertas comunitarias en la salud mental y la educación ambiental en Bogotá. *Revista de Psicología Ambiental*, 15(3), 213-230.
- Genter, C., Roberts, A., Richardson, J., & Sheaff, M. (2015). The contribution of urban agriculture to the wellbeing of urban residents: A review of the literature. *Ecological Economics*, 69(8), 171-179.
- González, M., & Rojas, F. (2021). Huertas comunitarias y vínculos intergeneracionales: una experiencia desde la agroecología urbana en Bogotá. *Revista de Psicología Social Comunitaria*, 26(1), 89-105.

- Institución Educativa Robert Mario Bischoff. (2020). *Proyecto Educativo Institucional – PEI*. Tumaco, Colombia: I.E.R.M. Bischoff. <http://www.rmbischoff-tumaco-narino.edu.co/>
- Kaplan, R., & Kaplan, S. (1989). *The experience of nature: A psychological perspective*. Cambridge University Press.
- Martínez, L., & Acosta, D. (2019). Programas intergeneracionales en comunidades indígenas: rescate de saberes y vínculos comunitarios. *Revista Latinoamericana de Psicología Social*, 17(1), 45–60.
- Ministerio de Agricultura y Desarrollo Rural. (2020). *Manual de Agricultura Urbana y Periurbana*. Bogotá: MinAgricultura.
- Misión de Salvaguardas Ambientales y Sociales del Fondo Colombia Sostenible. (2022). *Misión de Salvaguardas 2022*.
- Montero, M. (2004). *Introducción a la psicología comunitaria: Desarrollo, conceptos y procesos*. Buenos Aires: Paidós.
- Norris, F. H., Stevens, S. P., Pfefferbaum, B., Wyche, K. F., & Pfefferbaum, R. L. (2008). Community resilience as a metaphor, theory, set of capacities, and strategy for disaster readiness. *American Journal of Community Psychology*, 41(1-2), 127-150.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2021). *Salud mental de los Adultos mayores*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>
- Pérez-Rivera, D. (2021). Impacto de las huertas comunitarias en la seguridad alimentaria y cohesión social en comunidades urbanas de México. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 53(2), 99-112.
- Prilleltensky, I., & Nelson, G. (2002). *Doing psychology critically: Making a difference in diverse settings*. Palgrave Macmillan.

- Ruiz, E., & Gutiérrez, F. (2018). Agricultura urbana y bienestar: Experiencias con Adultos mayores en proyectos comunitarios en España. *Estudios Sociales*, 26(51), 87–104.
- Silva, L., & Pereira, M. (2020). Huertas urbanas y calidad de vida en la tercera edad: experiencias en Brasil y Argentina. *Revista de Estudios Sociales*, 30(2), 99–117.
- Torres, J. (2019). Espacios verdes urbanos y salud mental: Un estudio en comunidades rurales y urbanas de Colombia. *Salud y Sociedad*, 10(1), 45-61.
- Torres, L. (2020). Envejecimiento y participación social: el rol del Persona mayor en comunidades rurales del Pacífico colombiano. *Revista Colombiana de Psicología*, 29(1), 125–142.
- Ulrich, R. S., Simons, R. F., Losito, B. D., Fiorito, E., Miles, M. A., & Zelson, M. (1991). Stress recovery during exposure to natural and urban environments. *Journal of Environmental Psychology*, 11(3), 201-230.
- Ballesteros, B. P., Medina, A., & Caycedo, C. (2006). El bienestar psicológico definido por asistentes a un servicio de consulta psicológica en Bogotá. *Universitas Psychologica*, 5(2), 239–258.
- García-Viniegras, C. R. V., & González Benítez, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(6), 586–592.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.

- Victoria, C. R., & González, I. (2000). Bienestar psicológico y calidad de vida: una aproximación psicosocial. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(6), 586–592.
- Ussher, M. (2008). Complejidad de los procesos de participación comunitaria. *Revista Venezolana de Estudios de la Mujer*, 13(30), 11–29.
- Montero, M. (2004). Teoría y práctica de la psicología comunitaria. Buenos Aires: Paidós.
- Alonso Triana, L. E., Pérez Moreno, J. A., & Guerrero Martínez, J. A. (2021). Acompañamiento emocional: una estrategia para el bienestar en Adultos mayores institucionalizadas. *Revista Médica Electrónica*, 43(2), 3159–3168.
- Rocha Amador, L., & Álvarez, M. (2021). Acompañamiento emocional como factor clave en el aprendizaje significativo. *EduTEC. Revista Electrónica de Tecnología Educativa*, (53), a2021–a2033. <https://doi.org/10.21556/edutec.2021.n53.1889>
- Cáceres Muñoz, P., & Vergara Acevedo, F. (2021). Bienestar psicológico en el envejecimiento: una aproximación desde la teoría de Ryff. *En-claves del pensamiento*, 15(8), 13–30. <https://doi.org/10.46595/enclav.15.08.02>
- García-Viniegras, C. R. V., & González Benítez, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(6), 586–592.

## Apéndices

### Apéndices A

#### *Terreno Dispuesto para la Huerta*



## Apéndices B

### *Intervención Semana 1*



## Apéndices C

### *Intervención Semana 2*



## Apéndices D

*Grabaciones de audio y video*

[https://drive.google.com/drive/folders/1QLt51M-EsPZLi3zT1PI4EOPLQxc7N7LG?usp=drive\\_link](https://drive.google.com/drive/folders/1QLt51M-EsPZLi3zT1PI4EOPLQxc7N7LG?usp=drive_link)

## Apéndices E

### *Acta Comunitaria de Cierre*

# Acta Comunitaria Simbólica de Cierre y Proyección de la Huerta Intergeneracional

Vereda San Luis Robles, Tumaco

Fecha: 13 de April de 2025

Proyecto: Huerta Comunitaria Intergeneracional: Saberes que Florecen

En el marco del cierre del proyecto comunitario de huerta intergeneracional, nos reunimos los adultos mayores participantes, jóvenes del grado 11 de la Institución Educativa Robert Mario Bischoff, familias, representantes de la Corporación Técnica para el Desarrollo del Pacífico (CORTEPAZ) y el equipo investigador, con el propósito de reflexionar sobre los aprendizajes compartidos y construir colectivamente propuestas para la sostenibilidad de esta experiencia.

## **Acuerdos y compromisos colectivos**

### **Cuidado continuo de la huerta**

- Los adultos mayores se comprometen a seguir orientando sobre el uso adecuado de las plantas medicinales, compartiendo sus saberes con quienes se sumen al proyecto.
- Los jóvenes participantes rotarán semanalmente para realizar labores de riego, deshierbe y monitoreo de los cultivos, bajo la guía de los adultos mayores.
- Las familias aportarán apoyo logístico (traslado, hidratación, herramientas básicas) a los mayores que así lo requieran.

### **Espacio de encuentro permanente**

- Se acuerda utilizar la huerta como punto de encuentro comunitario, donde se continúe fortaleciendo la interacción entre generaciones.
- Una vez al mes se realizará una jornada comunitaria abierta, con conversatorios, actividades culturales o talleres sobre plantas medicinales.

### **Apoyo institucional**

- CORTEPAZ se compromete a hacer acompañamiento técnico cada dos meses y facilitar insumos cuando sea posible.
- Se buscará articular el proyecto con iniciativas de la Alcaldía de Tumaco, especialmente las lideradas por las secretarías de Inclusión Social, Educación y Cultura.

### Memoria del proyecto

- El equipo investigador se encargará de entregar una cartilla comunitaria con fotografías, relatos y aprendizajes de la experiencia, como material pedagógico para la comunidad y las futuras generaciones.

### Sostenibilidad futura

- Se exploran opciones para producir plantas medicinales que puedan ser utilizadas en prácticas de autocuidado, trueque o venta local, en alianza con mujeres de la cooperativa.

### Palabras finales

Este acta representa el cierre simbólico de una fase del proyecto, pero también el inicio de una nueva etapa de apropiación comunitaria. Aquí se sembraron no solo plantas, sino la esperanza de una comunidad más conectada, respetuosa de sus mayores y orgullosa de sus raíces.

### Firmas simbólicas

Representante de adultos mayores - •/• i' de la Aeira

Jóvenes - Andrés

Investigadora Principal: La Jelly Bigo's H.

## Apéndices F

### *Formato de Consentimiento Informado*

<b>Consentimiento informado/autorización de fotografías</b>	
<b>Lugar y fecha:</b> _____ <b>Nombre del estudiante a cargo:</b> _____ <b>Entidad que representa: Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD</b>	<b>Nombre del participante:</b> _____ <b>No.</b> _____ <b>Documento:</b> _____ <b>Niño:</b> ____ <b>Adolescente:</b> ____ <b>Adulto:</b> ____
<p>Se informa que los propósitos del acercamiento, entrevista, observación y proyecto participativo aplicado, es para obtener información sólo con fines académicos, los cuales no generaran ningún daño o no tiene riesgos biológicos, fisiológicos, psicológicos o sociales para los participantes.</p> <p>Por tanto, expreso que mi participación es voluntaria y que entiendo, que toda la información que se recoja aquí será confidencial, y que las fotografías que se llegue a tomar se harán en posturas que cada sujeto se sienta cómodo, y con los niños o adolescentes, sus padres o cuidadores, autorizarán su participación.</p> <p>Finalmente, informo que he leído y comprendido este documento, que me han aclarado las dudas e inquietudes, que puedo ser participante o ser mi hijo(a), que mi participación es voluntaria y me puedo retirar cuando lo desee.</p> <p>Una vez leído y comprendido el consentimiento informado, se firma para su constancia:</p> <p>Fecha y lugar: _____            _____ ó _____</p> <p>Firma Padre de familia o cuidador            C. C. _____</p> <p style="text-align: right;">Adulto o docente participante            C. C. _____</p> <p>Nombre del niño(a) o adolescente participante: _____</p> <p>Autorizo toma de fotografías: Si ____ o No ____</p> <p>Autorizo grabación de entrevista y su publicación para fines académicos:            Si ____ o No ____</p>	

## Apéndices G

## Evidencia Consentimiento Informado Firmado

Consentimiento Informado/autorización de fotografías	
<b>Lugar y fecha:</b>	<b>Nombre del participante:</b> <u>Lina Marcelina Mindinero</u>
<b>Nombre del estudiante a cargo:</b> <u>Lina Marcelina Mindinero</u>	<b>No. Documento:</b> <u>27519132</u>
<b>Entidad que representa:</b> <b>Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD</b>	<b>Niño:</b> <input type="checkbox"/> <b>Adolescente:</b> <input type="checkbox"/> <b>Adulto:</b> <input checked="" type="checkbox"/>
<p>Se informa que los propósitos del acercamiento, entrevista, observación y proyecto participativo aplicado, es para obtener información sólo con fines académicos, los cuales no generaran ningún daño o no tiene riesgos biológicos, fisiológicos, psicológicos o sociales para los participantes.</p> <p>Por tanto, expreso que mi participación es voluntaria y que entiendo, que toda la información que se recoja aquí será confidencial, y que las fotografías que se llegue a tomar se harán en posturas que cada sujeto se sienta cómodo, y con los niños o adolescentes, sus padres o cuidadores, autorizarán su participación.</p> <p>Finalmente, informo que he leído y comprendido este documento, que me han aclarado las dudas e inquietudes, que puedo ser participante o ser mi hijo(a), que mi participación es voluntaria y me puedo retirar cuando lo desee.</p> <p>Una vez leído y comprendido el consentimiento informado, se firma para su constancia:</p> <p>Fecha y lugar: <u>23-11-2024</u> <u>San Luis Robles</u> ó _____</p>	
Firma Padre de familia o cuidador participante <u>C.C. 1087197196</u> <u>Lina Marcelina Mindinero</u>	Adulto o docente C. C.
Autorizo toma de fotografías: SI <input checked="" type="checkbox"/> o No <input type="checkbox"/>	
Autorizo grabación de entrevista y su publicación para fines académicos: SI <input checked="" type="checkbox"/> o No <input type="checkbox"/>	

## Apéndices H

### Formato de Caracterización

#### Formato de Caracterización de Adultos mayores

##### Datos Generales

- Nombre completo:
  - Edad:
  - Sexo:
  - Fecha de nacimiento:
  - Lugar de nacimiento:
  - Estado civil:
  - Dirección de residencia:
  - Teléfono de contacto:
  - Nivel educativo:
- 

##### Situación Familiar

- **¿Vive con algún familiar?** ( ) Sí ( ) No
  - **En caso afirmativo, ¿quiénes?:**
    - ( ) Esposa(o)
    - ( ) Hijos
    - ( ) Nietos
    - ( ) Otros (Especificar): \_\_\_\_\_
  - **¿Depende económicamente de alguien?** ( ) Sí ( ) No
  - **En caso afirmativo, ¿de quién?:**
    - ( ) Hijos
    - ( ) Otros (Especificar): \_\_\_\_\_
  - **¿Tiene algún familiar cercano que lo cuide regularmente?** ( ) Sí ( ) No
  - **¿Recibe visitas frecuentes de familiares o amigos?** ( ) Sí ( ) No
    - **Frecuencia de visitas:** \_\_\_\_\_
- 

##### Situación Socioeconómica

- **Ocupación actual:**
- **¿Tiene algún tipo de ingreso?** ( ) Sí ( ) No
- **En caso afirmativo, ¿cuál es la fuente de ingreso?**
  - ( ) Pensión
  - ( ) Ayuda familiar

- ( ) Subsidios del gobierno
  - ( ) Otros (Especificar): \_\_\_\_\_
  - **¿Tiene acceso a servicios básicos (agua, luz, gas)?** ( ) Sí ( ) No
  - **¿Posee seguro de salud?** ( ) Sí ( ) No
  - **Afiliación a seguridad social:**
    - ( ) Régimen contributivo
    - ( ) Régimen subsidiado
    - ( ) Ninguno
  - **¿Recibe atención médica regularmente?** ( ) Sí ( ) No
- 

### Condiciones de Salud

- **Estado general de salud:**
    - ( ) Bueno
    - ( ) Regular
    - ( ) Malo
  - **¿Padece de alguna enfermedad crónica?** ( ) Sí ( ) No
    - **Enfermedad/es que padece:**
  - **¿Requiere ayuda para realizar actividades diarias (vestirse, bañarse, etc.)?** ( ) Sí ( ) No
  - **¿Recibe atención médica o asistencia domiciliaria?** ( ) Sí ( ) No
- 

### Relaciones Sociales y Bienestar Emocional

- **¿Se siente acompañado o acompañado frecuentemente?** ( ) Sí ( ) No
  - **¿Participa en actividades comunitarias o sociales?** ( ) Sí ( ) No
    - **¿Cuáles?** \_\_\_\_\_
  - **¿Sufre de algún tipo de aislamiento o soledad?** ( ) Sí ( ) No
  - **Nivel de satisfacción con su vida actual:**
    - ( ) Muy satisfecho
    - ( ) Satisfecho
    - ( ) Poco satisfecho
    - ( ) Insatisfecho
- 

### Conocimientos y Saberes Ancestrales

- **¿Tiene conocimientos sobre plantas medicinales, aromáticas o condimentales?** ( ) Sí ( ) No
- **En caso afirmativo, ¿desea compartir estos conocimientos con las generaciones más jóvenes?** ( ) Sí ( ) No

- **¿Ha participado anteriormente en actividades agrícolas?** ( ) Sí ( ) No
    - Especificar el tipo de actividades agrícolas: \_\_\_\_\_
  - **¿Está interesado en participar en la creación y mantenimiento de la huerta comunitaria?** ( ) Sí ( ) No
  - **¿Qué conocimientos específicos cree que puede aportar al proyecto de huerta comunitaria?** \_\_\_\_\_
- 

### **Relación con el Proyecto de Huerta Comunitaria**

- **¿Conoce el proyecto de la huerta comunitaria?** ( ) Sí ( ) No
  - **¿Está interesado en participar activamente en el proyecto?** ( ) Sí ( ) No
  - **¿Qué expectativas tiene del proyecto de huerta comunitaria?**
    - ( ) Interacción con otras personas
    - ( ) Mejorar mi bienestar físico y emocional
    - ( ) Compartir conocimientos con los jóvenes
    - ( ) Otros (Especificar): \_\_\_\_\_
- 

### **Observaciones Adicionales**

---

---

---

**Firma del Entrevistado:** \_\_\_\_\_

**Fecha:** \_\_\_\_\_

**Entrevistador/a:** \_\_\_\_\_

## Apéndices I

### Evidencia Formato de Caracterización

#### Formato de Caracterización de Adultos Mayores

##### Datos Generales

- Nombre completo: Irene Marcelina Mindinero Hurtado
- Edad: 84
- Sexo: F
- Fecha de nacimiento: 11 - Septiembre 1941
- Lugar de nacimiento: Jumaico (nariño)
- Estado civil: Viuda
- Dirección de residencia: San Luis Robles
- Teléfono de contacto: 3042432264
- Nivel educativo: 5 primaria

##### Situación Familiar

- ¿Vive con algún familiar?  Sí ( ) No
- En caso afirmativo, ¿quiénes?:
  - ( ) Esposa(o)
  - ( ) Hijos
  - Nietos
  - ( ) Otros (Especificar): \_\_\_\_\_
- ¿Depende económicamente de alguien?  Sí ( ) No
- En caso afirmativo, ¿de quién?:
  - Hijos
  - ( ) Otros (Especificar): \_\_\_\_\_
- ¿Tiene algún familiar cercano que lo cuide regularmente?  Sí ( ) No
- ¿Recibe visitas frecuentes de familiares o amigos?  Sí ( ) No
  - Frecuencia de visitas: semanal

## Apéndices J

### *Formato de Bitácora*

---

Fecha de observación

---

Lugar

Participantes presentes

Descripción de la actividad desarrollada

Comportamientos observados

Emociones evidentes (alegría, tristeza,  
interés, etc.)

Interacciones sociales (Persona mayor-  
joven, familia-comunidad)

Nivel de participación observado  
(activo, pasivo, ausente)

Impresiones del observador /

Reflexiones

---

## **Apéndices K**

### *Formato Diagnóstico Participativo*

#### **Formato de Diagnóstico Rápido Participativo (DRP)**

Este formato fue diseñado para ser utilizado durante sesiones de Diagnóstico Rápido Participativo en contextos comunitarios. Permite recoger las percepciones de los participantes sobre los problemas que los afectan, sus causas y consecuencias, y construir colectivamente un árbol de problemas.

Fecha de la actividad:

Lugar de realización:

Facilitadores responsables:

Número y perfiles de los participantes (Adultos mayores, jóvenes, familias, etc.):

Dinámica de integración utilizada:

Preguntas orientadoras para la lluvia de ideas sobre problemas sentidos: ¿Qué situaciones les hacen sentir excluidos o tristes? ¿Qué cosas desearían poder hacer con otras personas? ¿Por qué creen que esas situaciones ocurren?

Lista de problemas identificados por los participantes:

Causas asociadas a los problemas:

Consecuencias observadas de los problemas:

Descripción gráfica del árbol de problemas (dibujo):

Reflexiones de los participantes sobre el árbol construido:

Observaciones del facilitador: