



**ARTE Y GERONTAGOGÍA:**

**UNA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN Y PARTICIPACIÓN  
INTERDISCIPLINARIA PARA EL ADULTO MAYOR EN EL CENTRO DÍA DEL  
MUNICIPIO DE CARACOLÍ – ANTIOQUIA**

**LINA MARÍA MARÍN ESTRADA**

**TRABAJO DE GRADO**

**Licenciatura en Educación: Artes Plásticas**

**ASESORA:**

**YAMILE ANDREA SERNA GONZÁLEZ**

**Lic. en Educación Artes Plásticas UdeA**

**Magíster en Gestión Cultural UdeA**

**UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA**

**FACULTAD DE ARTES - DEPARTAMENTO DE ARTES VISUALES**

**MEDELLÍN**

**2021**

## **Dedicatoria**

Este proyecto va dirigido a todas esas personas que han pasado por mi vida y me han demostrado que una de las cosas más importantes para ser feliz, es darle un poco de felicidad a esas personas que más puedan necesitarla. A todos ellos les puedo decir que en cada arruga que he visto marcarse por la alegría que producen las actividades que realizo con los adultos mayores, he encontrado el sentido a mi elección de ser docente.

## **Agradecimientos**

Todo este proceso investigativo y mi trayectoria académica se la debo a las dos personas que más desean sinceramente mi felicidad, mis padres. A ellos que así no lean este documento saben que las cosas que valen la pena tienen sus sacrificios y son las que al final del día nos llenan de mucha satisfacción, saber que se hace lo que realmente nos llena.

También agradezco a esas personas que fueron testigos de este proceso investigativo y que hicieron posible que hoy estén leyendo toda la propuesta. A veces las personas tenemos muchas ideas, pero se requiere de alguien que nos ayude a aterrizar las ideas y nos sacuda para que lo que se haga tenga un sentido para nuestras vidas.

Especialmente doy gracias a mi asesora Yamile, ella es un personaje muy importante en este proyecto. Fue quien me motivó a realizar la investigación y salir de ese punto de crisis que tenía con la pandemia que inició en el año 2019 por Covid, gracias a ella mi labor como docente recobró vida y me orientó hasta el punto de finalizar el proyecto pese a todos los obstáculos presentados.

### **Abstract**

Esta es una investigación gerontagógica-artística, interdisciplinaria entre el arte y la actividad física, realizada con el grupo de adultos mayores del Centro Día del municipio de Caracolí – Antioquia “Sor Marina Velásquez de Giraldo”; que tiene como propósito contribuir al reconocimiento, la valoración y dar más protagonismo a esta población para aportar a su bienestar integral, a través del desarrollo e implementación de estrategias pedagógicas, acordes a los procesos de vida del adulto mayor; los principios de la gerontagogía orientan, dinamizan y sitúan el proceso pedagógico en función de las capacidades y posibilidades de aprendizaje del adulto mayor de forma multidimensional, con el objetivo que el adulto mayor se sienta activo, participe e integró en su desarrollo personal y social.

Esta propuesta se enmarca en el enfoque metodológico Investigación, Acción, Participación (IAP), el cuál contribuyó a propiciar un diálogo horizontal y activo entre la investigadora y la población de adultos mayores que hicieron parte de la propuesta.

**Palabras Claves:** Educación en artes, actividad física, interdisciplinariedad, adulto mayor, gerontagogía, bienestar integral, calidad de vida.

### Listado de tablas

N°	Título	Pág
1	Planeación de Talleres Diagnósticos	52
2	Diseño del Plan de Acción	66
3	Socialización del Plan de Acción	73
4	Descripción del Plan de Acción realizado en el Centro Día del municipio de Caracolí	75

### Listado de Figuras

N°	Título	Pág
1	Gráfico 1. Fases de la Investigación - Acción - Participación	48
2	Gráfico 2. Impacto esperado	49
3	<i>Recordar es vivir, soñar es volar. Ejercicio de Amparo Ocampo</i>	57
4	<i>Recordar es vivir, soñar es volar. Ejercicio de Luz Elena Sepúlveda</i>	57
5	<i>Recordar es vivir, soñar es volar. Ejercicio de Fidel García</i>	58

6	<i>Recordar es vivir, soñar es volar. Ejercicio de Consuelo Cañas</i>	58
7	<i>Recordar es vivir, soñar es volar. Ejercicio de Gildardo Chaverra</i>	59
8	<i>Recordar es vivir, soñar es volar. Ejercicio de Rubiela Usme</i>	59
9	<i>Máscaras de felicidad. Elaboración de todos los participantes</i>	60
10	<i>El árbol de las memorias y los anhelos. Elaboración de los participantes</i>	61
11	<i>Participantes con su ejercicio “Mi tablero Bienestarina”</i>	86
12	<i>Tercer encuentro: Sembrando mis propósitos</i>	86
13	<i>Materas de algunas participantes, del ejercicio “Sembrando mis propósitos”</i>	87
14	<i>Carmen, Rosmery y Argelia picando frutas, del ejercicio “Test de personalidad con frutas”</i>	87
15	<i>Rosmery picando la papaya que compartió para el ejercicio “Test de personalidad con frutas”</i>	88
16	<i>Adultas que participaron en la preparación de la ensalada del ejercicio “Test de personalidad con frutas”</i>	88

17	<i>Fotografías de las frutas elegidas por las participantes en ejercicio “Test de personalidad con frutas”</i>	89
18	<i>Ejercicios “Retrafrutarte” de algunas adultas mayores</i>	89
19	<i>Ejercicios “Retrafrutarte” de algunas adultas mayores</i>	90
20	<i>Proceso de elaboración de “Escalera Dinámica y Alegre”</i>	90
21	<i>Carmen, Arcela y Argelia apoyando la finalización de la “Escalera Dinámica y Alegre”</i>	91
22	<i>Maria Ninfa pegando los emoticones de las sorpresas de la “Escalera Dinámica y Alegre”</i>	91
23	<i>Adultos que asistieron a la Socialización de Actividades y Creaciones</i>	92
24	<i>Asistentes de la Socialización de Actividades y Creaciones</i>	92
25	<i>Proceso de secado de escaleras que estarían en el juego</i>	97
26	<i>Ensayo de doblado de Escalera plastificada para transporte</i>	98
27	<i>Escalera finalizada y dispuesta en el espacio de socialización final</i>	99

## Tabla de contenido

<b>1. Justificación.....</b>	<b>10</b>
<b>2. Planteamiento Del Problema.....</b>	<b>11</b>
2.1. Pregunta Problematizadora.....	15
<b>3. Objetivos.....</b>	<b>16</b>
3.1. Objetivo General.....	16
3.2. Objetivos Específicos.....	16
<b>4. Marco teórico.....</b>	<b>17</b>
4.1 Marco referencial.....	17
4.2 Marco conceptual.....	22
4.2.1. Educación en Artes con Adulto Mayor.....	22
4.2.2. El Envejecimiento Activo.....	26
4.2.3. Gerontagogía.....	28
4.2.4. Educación Artística y Actividad Física: Un Diálogo Interdisciplinar en los Procesos de Formación para el Adulto Mayor.....	33
4.3. Marco Legal.....	37
4.4. Marco Contextual.....	41
<b>5. Metodología.....</b>	<b>45</b>
5.1. La IAP (Investigación - Acción - Participación).....	46
5.2. Fases de la investigación - Acción – Participación.....	48
5.2.1. Fase 1: Diagnóstico colectivo.....	49

5.2.2. Fase 2: Taller Diagnóstico.....	52
5.2.2.1. Resultado taller diagnóstico.....	57
5.2.2.2. Evaluación del diagnóstico.....	62
5.2.3. Fase 3: Diseño del Plan de Acción.....	66
5.2.4. Fase 4: Socialización y Ejecución del Plan de Acción.....	72
5.2.4.1. Fase 5: Evaluación conjunta del Plan de Acción.....	93
5.2.5. Producto lúdico - didáctico “Escalera Dinámica y Alegre” .....	96
<b>6. Conclusiones.....</b>	<b>100</b>
<b>7. Referencias.....</b>	<b>106</b>

## 1. Justificación

Esta propuesta de intervención y participación con una perspectiva gerontagógica – artística tiene como propósito contribuir al sano esparcimiento de los adultos mayores que asisten al Centro Día “Sor Marina Velásquez de Giraldo”, quienes se encuentran en edades entre los 50 y los 80 años aproximadamente, en un primer sondeo se conoce que algunos de ellos tienen diferentes condiciones de salud a nivel físico y mental, también se identifican condiciones socio-económicas vulnerables, y algunas situaciones de marginación al interior del núcleo familiar.

Así mismo, este ejercicio investigativo se orienta a crear estrategias pedagógicas que permitan mejorar algunos aspectos sociales, físicos y sensibles de la población participante en estos espacios a partir de la articulación e interacción que se pueden generar a nivel disciplinar entre la educación artística y la actividad física.

Para esta investigación se hace necesario realizar una observación inicial centrada en el contexto específico con el cual se va trabajar, permitiendo diseñar una propuesta de intervención que sea congruente con las necesidades del Centro y que tenga como eje central y protagónico a los adultos mayores en cada uno de los componentes de la presente propuesta.

Esta investigación tiene como enfoque la acción-participación: metodología que busca realizar planes de acción en contexto que, a su vez, puedan aportar en el corto, mediano y largo plazo a la creación de propuestas centradas en el mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor.

Este trabajo se centra en las necesidades, condiciones físicas y afectivas del adulto mayor y tiene como mediación pedagógica las artes plásticas y la actividad física; este diálogo de tipo interdisciplinar permite la comprensión, el reconocimiento, y valoración de la población adulto mayor, permite además que se fomente de manera paulatina el bienestar integral de los adultos y que se observe un mejoramiento de su calidad de vida.

## 2. Planteamiento del problema

En Colombia la población Adulto Mayor ha tenido un incremento gradual en los últimos años, de acuerdo a datos del DANE (Departamento Administrativo Nacional de Estadística) esta población pasó de tener un porcentaje de 3,98% en 1985 a un 9,14% en el 2018, este aumento poblacional en consideración con las condiciones de bienestar y reconocimiento de derechos no se ve activamente reflejado en los planes de acción de diversas instancias como son las de carácter institucional y las dependencias a nivel territorial, es decir, los programas y proyectos orientados al adulto mayor en Colombia, aún son de baja cobertura, es así, como la ley dirigida a esta población (Ley 1251 de 2008) menciona que:

Tiene como objeto proteger, promover, restablecer y defender los derechos de los adultos mayores, orientar políticas que tengan en cuenta el proceso de envejecimiento planes y programas por parte del Estado, la sociedad civil y la familia y regular el funcionamiento de las instituciones que prestan servicios de atención y desarrollo integral de las personas en su vejez. (Artículo 1, 2008)

Esta es una ley que define las condiciones de bienestar del adulto mayor en todos los ámbitos del desarrollo social, los cuales deben visibilizarse a través de diferentes programas, planes y proyectos a nivel nacional, departamental y municipal, sin embargo, el hecho de estar enunciados en alguna línea o dimensión de estos instrumentos de planeación y gestión, no garantiza que las apuestas y ejecuciones presupuestales que se deben realizar en cada territorio tengan como prioridad la atención a esta población.

Adicionalmente, hay que mencionar que hoy en día siguen siendo una población en condiciones precarias, catalogada como vulnerable, pues además de su deterioro físico muchos de ellos son denigrados social y culturalmente, llegando incluso en algunos casos a verlos más como un peso para sus familias que personas con saberes y prácticas de gran valor.

Es por ello que algunas áreas de la educación, como es el caso de la educación en artes, y aquellas disciplinas que se enfocan en el desarrollo humano, se han vinculado en algunos espacios de atención para esta población como son los **Centros de Protección Social**

**para el Adulto Mayor o Centros de Día para Adulto Mayor;** los primeros ofrecen el servicios de hospedaje, de bienestar social y cuidado integral de manera permanente o temporal a adultos mayores y los segundos están destinados a ofrecer diferentes servicios orientados al cuidado, bienestar integral y asistencia social de los adultos mayores en horario diurno.

Es así, como la educación en artes ha ido incursionando en otras disciplinas orientadas al desarrollo de programas enfocados al reconocimiento y la intervención de las necesidades que puedan tener los adultos mayores, así mismo, el diálogo y articulación con otras áreas del conocimiento e incluso otros contextos han permitido una evolución en la creación y desarrollo de propuestas enmarcadas en las especificidades del adulto mayor, así como la Gerontagogía, ésta definida como aquella ciencia aplicada, donde su objeto de estudio se basa en métodos y técnicas previamente recolectadas y conjugadas para el desarrollo del discente mayor. Esta disciplina permite redefinir lo que es el lugar de encuentro, el sentido de las actividades y la direccionalidad del aprendizaje. Todo lo anterior en búsqueda de experiencias significativas a partir del intercambio de vivencias personales y conjuntas, el reconocimiento propio y del otro y que se orienta a la posibilidad de crear estados de bienestar que permitan mejorar la calidad de vida de los adultos mayores. (Leimieux, 1986, como se citó en Fernández 1999)

El interés por este tema surge a partir de diversas experiencias realizadas en el campo de la educación artística como docente y también como competidora y monitorea deportiva de Taekwondo de la Universidad de Antioquia; la experiencia en estos campos ha permitido generar un diálogo interdisciplinario entre el arte y el deporte y en específico la actividad física para realizar propuestas de intervención en contexto, caso Fundación Alma y Vida de la comuna 13 de la ciudad de Medellín en el barrio Belencito con una población diversa en sus edades, capacidades físicas y cognitivas, así mismo, se mencionan la participación como docente en otras actividades de bienestar físico realizadas con diferentes grupos poblacionales de Ciudad Universitaria de la Universidad de Antioquia y finalmente se referencian los procesos de docencia realizados en diferentes programas de la Secretaría de Educación para la cultura, la juventud y el deporte del Municipio de Puerto Berrio

(Antioquia). En las experiencias antes mencionadas se han realizado proyectos interdisciplinarios y transversales que logran responder a la multiplicidad de necesidades y realidades que se presentan en cada una de las “comunidades”; todas direccionadas a una interacción horizontal, cercana, centrada en la escucha, la comprensión y el afecto; que permite construir proyectos comunes, significativos, que generan bienestar físico y mental en los participantes.

Es así, como el punto de partida de esta investigación tiene como base la educación artística articulada a otras disciplinas, con el propósito de ampliar las posibilidades de acción del formador.

Finalmente se hace mención a la Dirección Local de Salud del municipio de Caracolí del departamento de Antioquia, donde se abre la posibilidad de llevar a cabo este proceso de investigación e intervención, para la ejecución y fundamentación de esta monografía, teniendo como foco central el bienestar de los adultos mayores que participan de estos programas y cómo a través de este proyecto se busca reconocer y visibilizar, sus intereses y necesidades, por medio de la educación en artes en simbiosis con la actividad física, de forma interdisciplinaria en favor de la población adulta mayor.

Ahora bien, focalizando la atención en el lugar que se ejecuta la propuesta de investigación es conveniente mencionar que en el municipio de Caracolí (Antioquia) está el **Centro de Día para Adulto Mayor “Sor Marina Velásquez de Giraldo”**, allí se ofrecen programas que fomentan el bienestar de los adultos, además de encuentros para la actividad física, talleres de arte y programas de alimentación para aquellos que están en condiciones más vulnerables; este lugar está bajo la coordinación general de una funcionaria pública que cumple las labores de gerontología.

El interés en realizar esta propuesta es debido a la cantidad de adultos mayores que se encuentran en el municipio sin una oferta continua y suficiente de programas y proyectos que atiendan sus necesidades e intereses. Es por esta razón que se considera necesario que los planes de acción de estas instituciones como el Centro Día orienten sus esfuerzos para fomentar espacios de integración y activación con los adultos mayores del municipio, que

contribuyan a reconocer, incentivar y mejorar sus capacidades motrices, socio-afectivas, sensibles, comunicativas, así como la autonomía, la autoestima, la confianza y demás capacidades humanas que a su vez, les ayude a tener mayor independencia, es decir visualizarlos como seres autosuficientes en sus múltiples dimensiones y que son poseedores de un gran bagaje de historias, saberes y prácticas de vida.

Otro espacio referente a la atención del adulto mayor es el **Centro de Protección Social Jesús de la Buena Esperanza para el Adulto Mayor (CPSAM)**, antes llamado **Centro de Bienestar del Anciano (CBA)**, el cual alberga 11 adultos que están en edades entre los 58 a los 87 años aproximadamente; algunos tienen limitaciones desarrolladas por su edad, otros están asociados al desgaste físico por las labores realizadas a lo largo de su vida y hay aquellos que poseen algún deterioro o déficit cognitivo que han tenido desde años atrás. En él los adultos reciben apoyo de dos señoras que están a cargo del centro, las cuales realizan labores de servicios generales y acompañamiento a los adultos en todas sus necesidades básicas.

Con respecto a la dinámica cotidiana de los adultos mayores se observa que en el CPSAM a raíz de la pandemia de la Covid - 19 se implementaron restricciones para realizar actividades con los adultos en espacios externos, concentrando así todas las actividades lúdicas y recreativas en esta instalación; todo ello con el fin de prevenir el contagio y así proteger su salud.

De modo que, se considera necesario realizar este tipo de investigaciones que permitan reconocer las condiciones de esta población y sus necesidades específicas, pues en el municipio de Caracolí no se cuenta con una oferta amplia que incluya procesos de formación en artes orientados al adulto mayor o una amplia lista de actividades que les permita trabajar la actividad física desde la consciencia y disfrute para su bienestar físico, sensitivo y emocional. Sumado a lo anterior, se observa que hay una escasa actualización de la información que caracterice a esta población en todo el municipio, así mismo, se identifica la ausencia de gestión administrativa que facilite la atención y generación de una red de apoyo intersectorial entre profesionales capacitados en distintas disciplinas como lo son la

pedagogía, trabajo social o psicología, donde se trabaje de forma directa y articulada con las familias de los adultos para que se capaciten y conozcan cómo se da esta etapa de vida.

Desde la lectura y reconocimiento del contexto y la experiencia con poblaciones con cierto nivel de vulnerabilidad y en edades mayores, surge el planteamiento de esta investigación que se desarrolla con y para la comunidad que acude al Centro Día; y que tiene como propósito crear diversas estrategias pedagógicas e interdisciplinarias que se acomoden a las carencias e intereses de los participantes, dejando así una propuesta artística interdisciplinaria que sirva como referente en el desarrollo de programas formativos para el Adulto Mayor.

## **2.1 Pregunta problematizadora**

¿Cómo desarrollar una propuesta de intervención y participación gerontagógica - artística de forma interdisciplinaria con la población adulto mayor del Centro Día en el municipio de Caracolí - Antioquia que contribuya al mejoramiento de su bienestar y calidad de vida?

### **3. Objetivos**

#### **3.1. Objetivo General**

Realizar una investigación de intervención y participación, de carácter gerontagógico - artístico, de forma interdisciplinar con la población adulto mayor del Centro Día en el municipio de Caracolí - Antioquia que contribuya al mejoramiento de su bienestar y calidad de vida.

#### **3.2. Objetivos Específicos**

Revisar teorías relacionadas con gerontagogía, arte e interdisciplinariedad que permitan el desarrollo de estrategias pedagógicas en procesos formativos con el adulto mayor.

Desarrollar una propuesta de intervención participativa e interdisciplinar entre el arte y la actividad física con la población adulto mayor del Centro Día del municipio de Caracolí – Antioquia.

Diseñar piezas de carácter lúdico–didáctico que sirvan como un escenario de interacción y activación centrado en las capacidades y potencialidades del adulto mayor a nivel creativo y psicomotriz.

## 4. Marco Teórico

### 4.1. Marco Referencial

A continuación se enuncian algunas propuestas investigativas que sirvieron de referentes teóricos y conceptuales para esta investigación con la población adulta mayor desde un enfoque interdisciplinar entre la educación en artes plásticas y la actividad física, allí se observan aspectos correspondientes al trabajo activo con el adulto mayor en diferentes contextos sociales, que se orientan al auto conocimiento, la dimensión socio-afectiva, entre otros aspectos que contribuyen al mejoramiento de la calidad de vida de esta población.

Inicialmente se tiene como referencia el texto *Líneas de expresión. Una experiencia de Arte Terapia con Adultas Mayores en contexto comunitario* Villar (2016). Este proyecto se ejecutó a partir de encuentros semanales durante 4 meses del año 2015, con 11 mujeres entre los 60 y 85 años de edad. Este trabajo se enfoca en la búsqueda de herramientas que permitan el autocuidado de las adultas, en este caso basado principalmente en el arte terapia, aportando así al autoconocimiento y al desarrollo de las capacidades de las personas participantes.

Esta propuesta ofrece un gran bagaje en conceptos propios del trabajo con Adultos Mayores, los cuales permiten generar una ruta de trabajo situada con esta población tales como: Definición de vejez, Prolongación de calidad de vida, Autoestima, Promoción de salud, Bienestar subjetivo, Restablecimiento de relaciones afectivas, Sentido de la edad.

Este proyecto desarrollado en Santiago de Chile y enfocado en la arte terapia, ofrece algunos elementos teórico-prácticos de interés de carácter interdisciplinar centrados en el adulto que permiten la activación y participación en diferentes ámbitos.

Así mismo, aspectos como la creatividad, el bienestar, el mejoramiento de la calidad de vida, la creación de vínculos interpersonales y el desarrollo intrapersonal, muestran el impacto que este tipo de proyectos pueden generar en esta población considerada vulnerable y que debería tener un mayor protagonismo y reconocimiento a nivel social.

Adicionalmente, se encuentra el proyecto de investigación en educación artística *Catharsis. El arte como medio de comunicación con el adulto mayor*, Ganoza. L, y Valero. A,

(2018) en la ciudad de Bogotá durante los años 2017 y 2018 en el Centro de Atención San Pedro Claver.

Esta investigación aplica el estudio de caso enfocado en el bienestar del adulto mayor a través del arte como estrategia de acción. Se encuentran allí algunos conceptos como: cuerpo, espíritu, vejez, experiencia estética del adulto mayor y aunque esta propuesta se inclina hacia la experiencia estética, su ideal de búsqueda de bienestar converge en algunos aspectos con la propuesta planteada para los adultos mayores del municipio de Caracolí.

La investigación en curso posibilita que se identifiquen aspectos diversos en relación con esta población, que en principio fueron considerados en la problematización, tales como la vulnerabilidad, el deterioro físico y mental, características que pueden estar asociadas a la edad, pero que a través del análisis pueden adquirir otra orientación puesto que, debe darse una apuesta por el derecho a la vida digna, el respeto por sus diferencias, la protección y garantía de sus derechos individuales y colectivos en sociedad.

Esta población cuenta con unos potenciales artísticos que se pueden descubrir y fortalecer por medio de actividades que despierten la sensibilidad y confianza personal; además de las capacidades motoras que aún con las dificultades que se presenten por su desgaste, puedan asumirlo, regular y explorar a nivel corporal y espacial de diferentes formas en la medida de sus posibilidades, como una forma activa de comunicación, expresión y activación en relación consigo mismo y con el otro.

Ahora bien, tanto la propuesta “Catharsis” como el actual proyecto realizado en el municipio de Caracolí se encaminan a resignificar el pensamiento, las acciones y los espacios que se tienen al momento de realizar actividades artísticas con personas adultas; pues en la mayoría de las ocasiones se evidencia que se limitan a ejercicios de esparcimiento, manualidades o pasatiempos; perdiéndose un poco la estimulación de la sensibilidad artística y humana. Sin importar la edad cada persona puede potenciar a través del arte y la actividad física diferentes dimensiones de sí mismo, en este caso se podría especificar que, su condición física y psicológica a nivel individual y social son unas de ellas. Tal como se menciona en el texto “Una dificultad se convierte en una posibilidad de creación” (Ganoza L

y Valero A, 2018, p. 17); es importante reconocer que el cuerpo humano tiene cambios constantes en su dimensión física y mental, así que la condición no hace o limita la experiencia que puede tener cada ser a través del arte o la actividad física.

El valor que puede llegar a tener el arte para la población adulta mayor depende de las posibilidades que se les brinde, si se hace un proceso significativo o no desde lo que se les permita alcanzar: En el texto Catharsis se menciona lo siguiente:

(...) para la población adulto mayor el arte puede llegar a tener un valor significativo en las áreas física, psicológica y social, al generar experiencias estéticas donde el sujeto por medio de la práctica puede experimentar una catarsis y por medio de ésta asimilar, comprender y actuar de manera positiva frente a su realidad. (pág. 17)

Por su parte, la actividad física pertenece al desarrollo humano; es nombrada en la Ley 181 de 1995, Ley del deporte; como un componente del apartado: Recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación extraescolar, pues está presente en el día a día, en cada acción, por pequeño o grande que sea el esfuerzo corporal la actividad física está en el momento en que las personas hacen todo tipo de movimientos, todos aquellos que requieran utilizar más energías que estar en reposo. Para esclarecer el papel que juega la actividad física como elemento de la recreación, importante para mantener una buena calidad de vida esta ley menciona:

La recreación. Es un proceso de acción participativa y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento. (Artículo 5, 1995)

La propuesta que se expone en el texto Catharsis permite analizar diversos aspectos que pueden ser afines a la investigación realizada en el municipio de Caracolí, uno de ellos es la búsqueda de ese bienestar integral que ambos textos plantean; el escrito de Villar (2016) se enfoca en el estado de conciencia y equilibrio interno a partir del pensamiento, la experiencia y la dimensión sensible del ser humano; se observa cómo el cuerpo y la creatividad son los dos componentes centrales de esta experiencia, y cómo estos contribuyen a generar un estado de bienestar emocional, socio-afectivo y adaptativo a las condiciones físicas.

Finalmente se toma como referencia el escrito “Concepción calidad de vida en el adulto mayor del programa de Colombia mayor del municipio de Puerto Berrio”, Velilla (2020), de la Universidad de Antioquia. Aunque es una investigación llevada a cabo desde el campo de la psicología, tiene aportes que pueden complementar la idea de mejoramiento de calidad de vida de los adultos mayores. Este es un documento que recoge diferentes leyes que cobijan al adulto mayor con respecto a la condición de vida digna; además, revisa el deterioro psicológico que puede tener el humano con el pasar del tiempo y el deterioro biológico que influye en sus emociones.

Reconociendo así todos esos principios mencionados en el texto se puede proyectar el papel que tiene el arte para aportar al mejoramiento en la calidad de vida de los adultos mayores desde un bienestar integral, que aporte al fortalecimiento y desarrollo de habilidades físicas y mentales así como de la autoestima, la confianza, la comunicación, la participación y vinculación en diferentes ámbitos sociales, que permita visibilizar, reconocer y valorar las diversas prácticas y saberes de esta población en nuestra sociedad.

Cabe anotar que, cada persona tiene una evolución biológica diferente de acuerdo a la influencia de diversos factores y situaciones que han configurado su estilo de vida y que han tenido permanencia durante el transcurso de su vida, que necesariamente no están supeditados a una catalogación etaria dada a nivel social y que predetermina que a los 60 años una persona es considerada un adulto mayor.

Son las instituciones y la familia las responsables de propiciar al adulto mayor todos aquellos ambientes donde se pueden continuar desarrollando de forma activa, donde se cumplan sus derechos que conlleven a vivir una vida digna desde lo biológico y psicológico. Siendo una persona con derechos y una población que se torna vulnerable ante los cambios que sufre su cuerpo y el quebrantamiento ante ciertas emociones por pérdidas que han tenido en el transcurso de su vida, refiriéndose lo último a todo lo que se va ausentando durante su existencia: Personas, habilidades, intereses y demás factores que generan malestares cada día.

Por todo lo anterior es fundamental conocer cada una de las situaciones de los adultos, hacer planes que permitan incrementar los intereses en las actividades que desarrollan las

instituciones para el mejoramiento de la calidad de vida, siendo la familia un eje central que debe propiciar valor a su existencia, haciéndole sentir que su presencia, experiencia y compañía son importantes para ellos y aportar al reconocimiento de las capacidades que puede llegar a tener, pues es la familia el primer vínculo emocional que el adulto puede tener como apoyo.

## **4.2. Marco Conceptual**

### **4.2.1. Educación en Arte con Adulto Mayor**

En primer lugar, el Ministerio de Educación Nacional dispuso los Lineamientos generales y orientaciones para la educación formal de personas jóvenes y adultas en Colombia entre el año 2016 y 2017, en el cual se instaura la ruta o plan de acción que permita el acceso al Derecho de la educación en estas poblaciones de forma participativa, activa, flexible, incluyente, equitativa, y con una perspectiva diferencial.

Ahora bien la Ley 115 de 1994, Ley General de Educación , artículo 1° establece que el proceso formativo debe ser multidimensional, integral, debe velar por la dignidad humana, la apropiación, cumplimiento de los deberes y derechos de cada persona, que debe ofrecer unas competencias básicas y ciudadanas, debe cobijar a todas las personas, incluyendo al adulto mayor, al cual se le debe garantizar una participación activa, que favorezca su relación a nivel familiar, social y que contribuya a un estilo de vida sano, para su bienestar. (Artículo 1, 1994)

En relación con la educación en artes y de acuerdo a la Unesco, el arte potencia la creatividada sensibilidad, la innovación y la diversidad cultural, permitiendo así el intercambio de conocimiento, fomentando el interés y diálogo entre comunidades; llevando así a que el arte promueva un mundo libre y pacífico.

Básicamente, el aprendizaje a lo largo de la vida reposa en la integración del aprendizaje y la vida, lo que comprende actividades de aprendizaje para personas de todas las edades (niños, jóvenes, adultos y ancianos, niñas y niños, mujeres y hombres), en todos los contextos de la vida (familia, escuela, comunidad, lugar de trabajo, etc.) y mediante diversas modalidades (educación formal, no formal e informal), que en conjunto responden a una amplia gama de necesidades y exigencias relativas al aprendizaje (Unesco, 2016, p. 30)

Todo esto refiriéndose al significado que tendría cada término en la educación, pudiéndose hacer en este caso desde las artes; donde la conciencia de lo que se realice y el descubrimiento de los potenciales con una buena orientación artístico-pedagógica; juegan un papel importante en permitir al adulto mayor ser partícipe de su proceso sensible desde las

artes, la diversidad de características físicas, mentales, emocionales y demás, son justamente ese foco de atención del arte, siendo así un medio idóneo para ese mundo que hay por descubrir en cada persona.

Todo lo anterior es importante tenerlo en consideración, así como las etapas por las cuales transita el ser humano en su desarrollo físico-cognitivo. Con respecto a esto se recuerda las etapas en las que en Colombia está dividida la educación, éstas de acuerdo a las edades de los niños, jóvenes y adultos; educación básica primaria, media, superior.

Se adquieren títulos ya sean técnicos, tecnológicos o profesionales y se avanza cada vez más en experiencias y rangos laborales, pero se llega el momento de parar a causa del deterioro que tiene el cuerpo y todo el desgaste multidimensional. La mayor parte de la vida el ser humano la pasa trabajando y al llegar a ese deterioro irreversible es cuando aparecen los interrogantes: ¿Qué pasó?, ¿Acaso no estamos preparados para ello? O ¿El mismo sistema educativo, económico, social nos llevan a esa circunstancia de vida?

Hay que recordar que este trabajo investigativo se adelanta en un grupo poblacional específico, en este caso adultos mayores, que según la Organización Mundial de la Salud (OMS) comprende rangos etarios a partir de los 60 años, edades en las que muchas personas aún no sienten pertenecer a este grupo poblacional, teniendo como base que en Colombia la edad para gozar de un buen retiro está programado para las mujeres a los 57 años y para los hombres a los 62, de tal manera que el Estado incentiva aún más esta posición donde a los 60 años aún no se está en la tercera edad.

Cuando se habla de educación y escuela, por lo general se piensa en la institución y por ende en las aulas y los espacios constituidos para ello. En el caso de la educación artística no es muy diferente la apreciación, ahora bien, ésta va más allá, pues se piensa en los talleres, en las aulas dotadas con mesas especiales, caballetes, instrumentos, herramientas e incluso maquinaria necesaria para lograr los objetivos planteados; esto en el caso de las artes plásticas, para las demás disciplinas se habla de escenarios, salas especiales, vestuarios y todo aquello que contemplan las diferentes manifestaciones.

Para trabajar con adultos mayores se hace necesario priorizar junto con ellos las necesidades a cubrir en el campo educativo, También hay que tener en cuenta que una gran parte de adultos mayores tienen una educación básica, especialmente en las zonas urbanas, muy diferente cuando se habla de los sectores rurales, en los cuales hay un mayor número de personas que no han accedido a ningún tipo de educación, especialmente si se tiene en cuenta que como mínimo quienes hoy son adultos mayores nacieron en el año de 1961 y en Colombia no se implementan campañas de alfabetización agresivas hasta mediados de la década de los 80.

En el caso de hacer un ejercicio de educación artística con adultos mayores es muy importante hacer un reconocimiento de todos y cada uno de los implicados en éste, puesto que, es necesario saber cuáles son las expectativas que se tienen, además de descubrir los talentos innatos que pudiera haber entre ellos e incentivarlos para que comprendan que el ejercicio creativo que realizan es en sí una manifestación artística.

De una u otra forma habrá que desestimar la concepción que se tiene en que la educación es sólo para los jóvenes y que la basada en una formación científica es la que realmente vale la pena. Haciendo una retrospectiva de ello ¿Para qué le sirve a un adulto de 75 años saber de álgebra o estadística?, pero vale más la pena, pensando en el mejoramiento de la calidad de vida, concentrarse y aprender algo que sea de un modo u otro productivo para sus vidas, ya sea de una forma contemplativa o simplemente por el hecho que alguien más lo pueda admirar.

Con lo anterior se puede inferir en palabras de Fernández (2010), que la ciencia está basada en la razón y que requiere de la inteligencia para su aprendizaje y aplicación, que es objetiva y busca la verdad, puesto que todo se puede demostrar, además que no se basa en las emociones para ser concebida. Por su parte, el arte, según esta concepción se basa en lo emocional; lo que presenta es subjetivo, no es necesaria la investigación, pero sí requiere de «capacidad». Para el arte se tienen o no se tienen condiciones; permite que el sujeto exprese su interior o que refleje en forma transparente el exterior; no es cosa seria porque su misión es entretener, conmover, adornar; usa la metáfora: “El artista es un bohemio que vive en su

mundo sin preocuparse por la sociedad y que crea según su imaginación, sus condiciones innatas y algo de estudio; incluso, algunos son autodidactas”. (p. 28)

Ahora bien, el rol que asume aquí el educador artista debe estar enfocado en la transformación de este pensamiento y darle bases a sus estudiantes, adultos mayores, en que las artes van más allá de un simple entretenimiento y de una nueva forma de adaptar rutinas a sus vidas, que debe ser el reconocimiento de los talentos ocultos y sobretodo de sus saberes tradicionales, pues muchos de ellos vienen transmitidos de generación tras generación y hacerlos visibles es de suma importancia para que éstos no se pierdan o desaparezcan con el tiempo.

Implementar estrategias, dinámicas y ejercicios que despierten el interés de los estudiantes es en sí un reto de todos los docentes y más cuando sus alumnos ya no piensan en la necesidad de aprender algo como una prioridad para sus vidas; hay que tener en cuenta que la visión de aprendizaje y en especial su objeto se transforman en la relación con las necesidades de la vida en general, ya que el cuerpo humano en esta etapa empieza a presentar deterioro tanto físico como cognitivo y las dificultades para asumir nuevos retos son cada vez mayores.

Para esta etapa de vida (Adulto Mayor) ya se ha tenido un recorrido basto por todo lo que hay que aprender, especialmente en lo que refiere a lo sensible y estético del mundo, las diferentes experiencias de vida deben ser valoradas como un modelo de aprendizaje que hay que rescatar y poner en evidencia a la hora de enseñar algo nuevo.

En la búsqueda por las percepciones sobre la educación artística se hallan una gran cantidad de argumentos que conciben a ésta una gran importancia en el desarrollo del niño y el joven, García (2005) describe una de las percepciones más neutrales en cuanto a lo etario, de la misma:

La capacidad creativa que la práctica artística favorece en los hombres, tal vez sea la más reconocida de todas, en algunos casos la única que se valora. Esta capacidad se debe aprovechar en la Educación Artística como una manera de articular las capacidades sensitivas y cognitivas para responder, originalmente, con innovación artística individual a las dificultades sociales y naturales del entorno real. También se reconoce el arte como una

actividad donde se usa ampliamente el pensamiento lateral y el hemisferio derecho del cerebro. ( p. 84)

De aquí que se insiste con la premisa que el arte debe ser una herramienta de enseñanza, incluso para aquellos que según la sociedad ya deberían saberlo todo. Incentivar, despertar y concebir habilidades artísticas debe ser el objetivo de enseñanza en este grupo poblacional, antes que teorías, técnicas e instrumentalización de las mismas, pues ello podría causar desinterés y apatía hacia lo que se pretende lograr.

Aunque se debe mantener un lenguaje integral a la hora de asumir un proceso de educación artística, independientemente del grupo etario con el que se trabaje, en palabras de Aguirre (2015), la importancia de incorporar al saber artístico la estética, la crítica, la historia y la práctica en el taller es necesario, no se deben descuidar el análisis y la interpretación de la obra de arte por darle prioridad a la producción creativa.

La importancia de un aprendizaje integral y específicamente en el caso de los adultos mayores, es adaptar estos nuevos conocimientos a las rutinas artesanales, manuales y estéticas que han desarrollado por mucho tiempo, con el fin de darles a entender que realmente lo que están logrando es una producción artística, y que este conocimiento nuevo haga parte del mejoramiento de su calidad de vida, puesto que, de allí surge el aprovechamiento del tiempo libre (ocio productivo) y por ende se convierte un estímulo que les permite reconocer y potenciar sus habilidades y saberes también como una forma de práctica cultural en contexto.

#### ***4.2.2. El Envejecimiento Activo***

Es cierto que la sociedad se ha encargado de marginar a los adultos mayores, conservando históricamente una imagen denigrante, que menosprecia y duda de las capacidades de las personas en su etapa de envejecimiento. Pero también es cierto que es oportuno darle valor a esta etapa de la vida y concebirla como un proceso natural del ser humano, “(...) ponerle atención y accionar en pos de su calidad de vida” (Castellarin y Caamaño, 2020, p. 9).

El envejecimiento es una etapa natural del ser humano y, dentro de lo natural está la vida y la muerte, no todos llegan a esa etapa; aquellos que pasan los 65 años de edad ya ingresan automáticamente a la llamada Tercera edad. Ninguna condición física o cognitiva hace que la persona esté exenta de ingresar a esta categoría; es decir, ni por mucho deterioro cognitivo que tenga la persona, regresa a su etapa de niñez y ni la mejor condición física hace que sea un joven en el cuerpo de un adulto mayor, cada ser humano tiene unas etapas y se deben vivir con la dignidad concerniente y el orgullo hacia su desarrollo personal y social.

La sociedad atribuye a la vejez un lugar relegado, de descarte, promoviendo incluso mecanismos para disimular las marcas del tiempo a nivel corporal. La imagen que se construye en torno a ella es negativa y negadora de esta etapa de la vida como una oportunidad de desenvolverse socialmente, por el contrario, la presenta enfatizando en la disminución de las capacidades y habilidades, agravada por la pérdida de la sexualidad y reducida adaptación a un mundo aceleradamente tecnologizado. Castellarin y Caamaño (2020)

Teniendo en cuenta las concepciones que se han dado a lo largo del tiempo de la etapa de envejecimiento, es importante aportar a la dignificación de este momento de desarrollo; ya que el ser humano, sin importar la edad, está en constante desarrollo y aprendizaje de cada uno de los momentos de vida. Por ello es fundamental realizar una promoción de la salud integral del adulto mayor, permitiéndole de esta manera tener un envejecimiento activo, término al cual la OMS (2012, como se citó en Zamarrón, 2007), define como “Proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen” (p.12). Esto completamente coherente cuando se ha mencionado que se debe vivir cada etapa con dignidad.

Ahora bien, para darle esa dignidad y oportunidad a la etapa del adulto mayor, donde es cierto que algunos aspectos físicos y cognitivos se van deteriorando, es muy importante trabajar con ellos actividades que permitan potenciar todos aquellos aspectos de vida que les permitirá tener un mejor bienestar integral para su desarrollo. Hay cuatro dimensiones de la persona que se deben tener en cuenta para fomentar el bienestar en el adulto: “Autonomía, Dominio del ambiente, Propósito de vida y Crecimiento personal” (Ryff 1989-1998 Como se

citó en Castellarin y Caamaño, 2020). Al vivenciar estos conscientemente el adulto comprende que, a pesar de su evidente deterioro con respecto a sus momentos de juventud, aún puede ser una persona social que desde su individualidad continúa aportando a la conjunción de los demás seres a su alrededor; desde los que están en su hogar, como aquellos adultos que comparten momentos en sus encuentros.

Y es que la convivencia entre personas del mismo rango de edad es fundamental para crear esa confidencialidad y apoyo mutuo que permiten enriquecer y dar mayor aprendizaje en esta etapa, así que, el realizar actividades que les permita potenciar habilidades que ya conocían tiempo atrás, descubrir todas aquellas destrezas que aún no habían explorado y el hecho de practicarlas hace aumentar esa confianza y ayuda a que ellos recuerden que aún son seres, vivos y con ganas de vivir.

El arte y la actividad física juegan un papel importante en la potenciación de ese “envejecimiento activo” OMS (2002), pues permite esclarecer a los adultos que sus habilidades continúan y pueden seguir siendo exploradas; para aquellos que antes no se habían atrevido a hacerlo es un descubrimiento que puede llegar a ser muy significativo, pues propicia no sólo potenciar su aspecto físico, también su dimensión cognitiva y emocional, esto en palabras de Castellarín y Caamaño (2020) “Los lenguajes artísticos poseen un gran potencial que debemos saber aprovechar para estimular en los/as adultos/as mayores el deseo de aprender, despertar su curiosidad y encender nuevamente su motivación”. (p. 15)

Todos estos medios para aportar motivación son importantes desde la edad temprana hasta esta etapa en la que se da el envejecimiento o ya el desgaste desde dimensiones físicas, emocionales o cognitivas. Desde el nacer hasta la vejez es importante que sea una persona activa, esto para aportar bienestar y salud integral del ser humano.

#### **4.2.3. Gerontagogía**

Cuando se habla de educación las primeras ideas que pasan por la mente son: niños, jóvenes en su etapa escolar, jóvenes y adultos en su etapa de educación superior ya sea pregrado o posgrado. Pero no se suele pensar el proceso educativo en la etapa de Adultos Mayor, ¿Por qué queda el adulto mayor fuera de esta idea de educación? ¿Se considera

importante plantearse la educación en los adultos mayores? ¿Estamos de acuerdo con ese dicho popular “Loro viejo no aprende a hablar”? Es muy importante tener claros estos cuestionamientos para adentrarse a analizar esta categoría investigativa, pues es fundamental en todo el proceso y es el punto de partida al focalizar la población participante.

En la educación se tiene en cuenta la edad en la que se encuentra la persona y así tener presente aquellos métodos y estrategias que se puedan implementar para hacer los procesos coherentes y enriquecedores de forma bilateral; así que, es necesario reconocer que hay otras teorías adicionales a la pedagogía y son más orientadas hacia los adultos. Para esto el artículo “Heutagogía más allá de la Andragogía en educación superior para estudiantes adultos” Zapata (2015) da claridad en la diferencia de los términos Pedagogía, Andragogía y Heutagogía:

(...) durante mucho tiempo se utilizó a la Andragogía como fundamento más o menos teórico para el modelo de educación adulta, entendiéndose previamente una diferencia muy marcada entre la pedagogía que se centra en la enseñanza de estudiantes niños y adolescentes, la Andragogía en el aprendizaje adulto (Knowles, 1970); y la Heutagogía en el aprendizaje adulto, pero auto dirigido, lo que involucra la autonomía en el aprendizaje por parte del estudiante. (Pág. 1)

Los anteriores términos hacen alusión a la educación formal del ser humano, las etapas por las que pasa en su formación desde la primera infancia hasta llegar a la educación superior, pero ¿Qué pasa con los demás procesos que pueden llevarse a cabo en edades diferentes a la académica? Es aquí donde se comienza a involucrar la población adulto mayor, a su vez nuevos términos que darán claridad a esta propuesta investigativa. Uno de ellos es la Andragogía, que se refiere a todos aquellos procesos de educación de las personas adultas, aunque no sea específicamente de la educación del adulto mayor se halla relación en lo que involucra la educación formal hasta cierta etapa de la vida y el continuo aprendizaje del ser humano en toda su trayectoria por el mundo.

Es oportuno mencionar nuevamente la andragogía, reconociendo que ha permitido al adulto integrarse a la educación y ser el guía principal de su propio aprendizaje, pues él es quien planifica, programa y evalúa su desarrollo; todo esto llevándolo a crecer de forma personal, grupal, profesional e integrarse a la sociedad siendo más autónomo en sus procesos.

La Geragogía y geriagogía son los siguientes en esta lista de términos que pueden acogerse, declaradas por Lemieux y Sánchez (2000, como se citó en Mogollón, 2012) como términos que tienen la misma definición tanto etimológica como semánticamente, Mogollón argumenta que sus raíces derivan de *geras* (anciano, viejo) y *gogía* (conducir, guiar) por lo cual la unión de ambas llevan a la conducción del anciano; además aclara que los términos geragogía y geriagogía hacen referencia a la educación del adulto mayor con deficiencias. (p. 65)

De esto es importante aclarar que son términos que derivan de la geriatría, rama de la medicina que se encarga de estudiar todos los problemas o deficiencias que se pueden presentar en los adultos mayores para prevenirlas y manejarlas; además son términos que han tenido algunas controversias a la hora de definir el más adecuado, Mogollón (2012), en su escrito: *“Una perspectiva integral del adulto mayor en el contexto de la educación”* menciona a varios autores que han aportado a la construcción de una concepción de lo que es la gerontagogía. Autores como Hartford (1978), plantean que sería más exacto hablar de Geriagogía que el término Geragogía. No obstante, se termina imponiendo Geragogía, cuando Tyler (1983) elabora, sobre la base de las definiciones de Hartford (1978). En el escrito de Mogollón se evidencia un planteamiento del año 1993 hecho por Battersby: “En contraparte Battersby (1993), corresponsable del término geragogía, sostiene que geriagogía y andragogía reúnen proposiciones filosóficas con pocos argumentos, además de mal contextualizadas en el pensamiento actual” (Mogollón 1999. p. 65)

Adicional aparecen dos términos más que son derivados de la gerontología, disciplina científica que se encarga de estudiar el envejecimiento, la vejez y al adulto mayor, todo desde las perspectivas biológica, psicológica y social. Así que siendo ésta una rama que analiza al adulto mayor de forma integral, sus disciplinas también lo son. Gerontología educativa y gerontagogía; la primera es la disciplina que estudia los procedimientos, necesidades y contextos de la enseñanza de los adultos de edad media o avanzada, Mogollón (2012) aclara que desde esta disciplina se reconoce que la persona mayor aprende de manera distinta a los jóvenes, lo que lleva a una fuerte labor de investigación para determinar nuevas técnicas y orientaciones metodológicas.

El otro término y que es el fundamento de esta investigación, es Gerontagogía, el cual fue inicialmente utilizado en el año 1978 por el profesor Almerindo Lessa en la Universidad de Evora y en Estados Unidos por C.R Bolton, como la expresión para la educación para personas en edad avanzada Fernández (1999). Pero fue en 1986 donde el profesor de la Universidad de Quebec A. Leimieux la define como “la ciencia aplicada cuyo objeto de estudio se basa en el conjunto de métodos y técnicas seleccionadas y reagrupadas en un corpus de conocimiento orientada en función del desarrollo del discente mayor” (p. 192)

La gerontagogía al ser una rama de la gerontología recoge características de ésta en su fundamento, términos reflexionados por Fernández (1999) y que siguen teniéndose en consideración para la ejecución de esta disciplina:

- a. Ser una reflexión existencial: La gerontología persigue una doble finalidad, desde la perspectiva cuantitativa, la prolongación de la existencia humana y, desde la perspectiva cualitativa, la mejora de las condiciones de existencia de las personas mayores.
- b. Ser una reflexión colectiva: Trata de dar respuesta al fenómeno del envejecimiento que se está produciendo en este siglo.
- c. Ser una reflexión científica: “Interrogando ahora a las ciencias sobre las nuevas situaciones que se originan en torno a los aspectos sociológicos, filosóficos, económicos, culturales, políticos, psicológicos...,etc. (p. 193)

Es la Gerontagogía una nueva alternativa, conserva el carácter interdisciplinar de la gerontología y se convierte en una luz que guía los procesos educativos para que se incluyan a los adultos mayores y se reconozcan los potenciales que aún poseen; es claro que hay que tener algunas recomendaciones, pues la información y los procesos se llevan a cabo de forma diferente a medida que van pasando los años. Este término, aunque fue usado inicialmente para referirse a la educación superior, se puede acomodar a los diversos tipos de educación, tal como se evidencia en las otras etapas educativas.

Cada persona tiene un potencial y la edad no es precisamente una limitación, cada etapa del desarrollo deriva de un listado de posibilidades para emplear con la población focal, siendo en este caso los adultos mayores, quienes por tanto tiempo han sido excluidos de los

procesos educativos, pero que gracias a las investigaciones y actualizaciones que se llevan a cabo se puede incrementar el recurso teórico, metodológico y humano para que la población adulto mayor sea más activa en su proceso educativo. Todo esto sin importar el campo disciplinar y siempre teniendo presente su desarrollo cognitivo, físico, psicológico, social, entre otros.

Esta “disciplina educativa” (Leimieux, 1986, como se citó en Fernández, 1999) es interdisciplinar y tiene por objeto de estudio a los adultos mayores en proceso educativo, no sólo desde lo cognitivo sino desde las diferentes dimensiones que conforman al ser humano, lo que lo hace un ser integral y multidimensional. La gerontagogía, tal como plantea Fernández (1999) concreta unas orientaciones metodológicas en las distintas áreas de enseñanza-aprendizaje:

- Orientación para la visión: Implica disponer el ambiente con adecuada iluminación, usar imágenes o letras nítidas y adaptadas a la capacidad visual del adulto.
- Orientaciones para la audición: El docente debe hablar en tono más grave, orientar adecuadamente al alumno con respecto al contenido que se está trabajando, moderar las sesiones de trabajo en grupo, que no todos hablen a la vez.
- Orientaciones en habilidades psicomotoras: Propiciar la realización de actividades físicas para mantener cierto tono muscular.
- Orientaciones en las dificultades de memoria: El orientador debe concentrarse en las cosas esenciales, introducir adecuadamente las claves de los contenidos y procedimientos, apoyarse constantemente de listas, diagramas y las herramientas necesarias para esto.
- Orientaciones metodológicas para la motivación: Es importante que los intereses sean el punto de partida, con ello se va orientando hacia una mayor participación.
- Orientaciones metodológicas para la autoestima y el auto concepto: Enfocar la atención en el esfuerzo positivo, propiciar la autoobservación y la concepción que siempre se puede aprender de los errores. (P. 197)

Es así como la gerontagogía se aproxima a una comprensión multidimensional y a una relación cercana y horizontal con las necesidades específicas en la relación como se dan los

procesos de enseñanza y aprendizaje con el adulto mayor y los significados que adquiere para este a partir de sus ritmos propios y posibilidades de aprehensión.

#### ***4.2.4. Educación Artística y Actividad Física: Un Diálogo Interdisciplinar en los Procesos de Formación para el Adulto Mayor***

Actualmente en la educación se habla de diferentes términos que pueden armonizar los procesos, éstos desde las edades más tempranas hasta la educación superior, todo debido a la evolución que se ha evidenciado en cada una de las disciplinas y los aspectos que tiene en cuenta cada una para su estudio, siendo el ser humano su principal enfoque; pues es hacia las personas que se dirigen estos estudios y ser beneficiados en cada hallazgo que se dé en el estudio de cada área del conocimiento. Aunque el estudio de las disciplinas en la educación se ha direccionado hacia algunos, la población adulta mayor también cabe en estas teorías, pues es claro que el ser humano día a día tiene la posibilidad de aprender algo nuevo, más aún si es de su interés hacerlo.

Sea porque se desea transmitir, construir, desarrollar, compartir o discutir el conocimiento, ya no se habla de una sola disciplina trabajando por sí sola; pues desde que se reconoció que el ser humano es multidimensional y que su desarrollo se da desde la armonía que haya entre cada dimensión se puede afirmar un equilibrio, es por eso que ya hablar del trabajo individual de las disciplinas es una idea que se debe reevaluar y permitir el diálogo entre cada una para que se den nuevas respuestas a la vida y lo que en ella se estudia.

La estrategia interdisciplinar es una herramienta que funciona perfectamente en todas las etapas del ser humano, se puede conjugar diversas disciplinas y buscar un objetivo común. Para el caso de las artes y los artistas; Guevara (1997) considera que la interdisciplina es “El establecimiento de vínculos múltiples, complejos, variables, entre los conocimientos y habilidades generados en todo el espectro de la producción cultural, tanto intelectual como artística” (p. 25). Todo esto agregado a que es muy claro, además, que el papel del docente de artes no es meramente educativo, sin importar su enfoque su docencia está conjugada con la

creación artística; sea colectivo, individual o por llevar un trabajo en comunidad se hace vital la sensibilidad que lo hace artista y docente.

La interdisciplina no puede ser considerada una materia desligada de las demás, porque en sí esta no es una disciplina (Guevara, 1997); puede, eso sí, verse como la posibilidad de un proceso flexible, crítico, colaborativo y con dirección hacia una autonomía y originalidad en los procesos formativos. En el caso del trabajo con personas mayores, es la estrategia ideal para propiciar ambientes óptimos para un ocio productivo que permita desarrollar procesos educativos intrínsecos y que posibiliten un bienestar integral; todo direccionado desde la integración de diferentes áreas que conjuguen sus labores y dialoguen para lograr los objetivos con esta población.

En los campos de estudio se pueden generar confusiones con los términos multidisciplinariedad, pluridisciplinariedad, interdisciplinariedad y transdisciplinariedad; así que es importante dar claridad de cada uno de ellos. Primero es fundamental saber que la disciplinariedad se refiere a una sola disciplina, se interesa por un solo nivel de realidad; la multidisciplinariedad se mezcla y se integra con otras disciplinas, cada una trabaja desde sus métodos hacia un problema en común; la pluridisciplinariedad se encamina en la relación de diversos saberes pero uno lidera desde sus procesos; por su parte la interdisciplinariedad establece interacción entre las disciplinas participantes, su colaboración y permeabilidad entre ellas; la transdisciplinariedad siendo contraria a la disciplinariedad, es la cúspide de la integración disciplinar, se interesa en la acción simultánea de varios niveles de realidad y la práctica de resolución de problemas, yendo más allá de un debate científico Guevara (1997)

En el caso de esta investigación se lleva a cabo el proceso desde el trabajo interdisciplinar de las artes y la actividad física, cada una con sus objetivos y ganancias individuales, pero que al ser flexibles entre sí permiten integrarse y conseguir unos impactos más significativos para la población de estudio y el agente investigador.

Siendo la población adulta mayor, se relaciona el proceso con lo mencionado por Restrepo (2004, como se citó en Carvajal, 2010):

La integración disciplinar es parte fundamental de la flexibilización curricular, particularmente de los planes de estudio, con el fin de formar profesionales más universales, aptos para afrontar los rápidos cambios de las competencias y los conocimientos; con una formación más humanística y ambiental, con ética, conciencia de equidad social y juicio crítico, que actúen como agentes de cambio social, dada la importancia de su trabajo para mejorar la calidad de vida de los más pobres, bajo los lineamientos del desarrollo sostenible. (P. 161)

Y es que, al realizar actividades encaminadas al bienestar integral de los adultos mayores, la actividad física y el arte son una alternativa para desarrollar procesos participativos, creativos y reflexivos que contribuyan a su calidad de vida.

La actividad física permite una oxigenación en el cuerpo a partir de las actividades de motricidad y espacialidad realizadas, permitiendo al cuerpo recordar todas las posibilidades que se tienen, a nivel sensorial y locomotor, las cuales están centradas en la conciencia de los movimientos, el ritmo y el dominio de estos, generando así unos procesos de control mental, motor y una estabilidad emocional que se evidencia en la ejecución activa y adaptativa de estas rutinas. Ureña (2005)

En el campo del arte se potencian las habilidades sensibles, comunicativas, expresivas, creativas, simbólicas, las cuales se pueden dejar de lado en alguna etapa de sus vidas, pero que, a través de propuestas de formación, les permiten nuevamente descubrir todas aquellas destrezas y habilidades que dan sentido y valor a sus propios ritmos de aprendizaje o que resignifican su historia y saberes.

Es así, como el trabajo interdisciplinar que se lleva a cabo en esta investigación, tomó un rumbo de exploración, descubrimientos y conocimiento propio a partir de la implementación de estrategias en ambas disciplinas, donde ellos se permitieron interactuar con sus miedos, inseguridades y se dieron la oportunidad de descubrir desde ámbitos que no habían imaginado que podrían trabajar. Todo desde su participación activa, disposición a proponer y desarrollar no sólo desde un área sino desde la conjugación de los ejercicios interdisciplinarios. Pues si cada disciplina aporta en ellos una transformación y mejoramiento de su calidad de vida, al permitir el diálogo y la proposición conjugada de ambas se le brinda

al participante el descubrimiento de elementos corporales, cognitivos y emocionales sin importar los resultados a los que se lleguen, pues es su bienestar el que prima en el proceso.

### 4.3. Marco Legal

Es fundamental conocer el marco legal que soporta los diferentes programas y proyectos para la atención integral del Adulto Mayor en Colombia, las diferentes entidades territoriales como es el caso del Municipio de Caracolí - Antioquia y la población con la que se realizó la investigación, para ello es de gran ayuda la definición que aporta la Ley 1276 de 2009, donde se brindan algunos conceptos que son concernientes a los adultos mayores.

Adulto Mayor. Es aquella persona que cuenta con sesenta (60) años de edad o más. A criterio de los especialistas de los centros vida, una persona podrá ser clasificada dentro de este rango, siendo menor de 60 años y mayor de 55, cuando sus condiciones de desgaste físico, vital y psicológico así lo determinen. (Artículo 7, 2009)

Esta ley propone una caracterización de la población que puede acceder a estos centros de atención y recibir los servicios destinados a fomentar el bienestar en el Adulto Mayor.

Centro Vida es el conjunto de proyectos, procedimientos, protocolos e infraestructura física, técnica y administrativa orientada a brindar una atención integral, durante el día, a los Adultos Mayores, haciendo una contribución que impacte en su calidad de vida y bienestar. (Artículo 7, 2009)

Para dar claridad a diversos términos usados en el ámbito de la tercera edad, la Ley 1276 de 2009; que modifica la Ley 687 del 15 de agosto de 2001 y establece nuevos criterios de atención integral del Adulto Mayor en los Centros Vida, tiene además por objeto proteger a los adultos mayores en Sisben nivel I y II, por medio de los centros Vida, como instituciones que contribuyen a brindarles una atención integral a las necesidades de los adultos y mejorar su calidad de vida. En éste se aclara que en los Centros Vida serán acogidos los adultos del nivel I y II del Sisben o todos los que por evaluación socioeconómica realizada por un experto arroje resultados que evidencian una necesidad de servicio que ayude a mitigar condiciones de vulnerabilidad, aislamiento o carencia de soporte social. También se aclara en el párrafo de este mismo artículo que estos centros tienen la obligación de prestar sus servicios de manera gratuita a todos los ancianos indigentes, aún sin

estar acogidos por la institución y se les debe garantizar un soporte nutricional, actividades educativas, recreativas, culturales y ocupacionales. (Artículo 6, 2009)

Esta ley menciona los servicios que los Centros Vida deben ofrecer al Adulto Mayor, algunos de estos son referidos a alimentación, orientación psicosocial, atención primaria en salud, aseguramiento en salud, capacitación en actividades productivas, promoción del trabajo para la consecución de ingresos, constitución de redes para el apoyo permanente, deporte, cultura y recreación (Artículo 11, 009); todos los anteriores con el propósito principal de brindar una calidad de vida óptima y un bienestar integral en su desarrollo y envejecimiento activo.

La Ley 1850 de 2017 establece medidas de protección al Adulto Mayor en Colombia y modifica las leyes 1251 de 2008, 1315 de 2009, 599 de 2000 y 1276 de 2009, penalizando el maltrato intrafamiliar por abandono y se dictan además otras disposiciones en ésta. Menciona normas tendientes a procurar la protección, promoción y defensa de los derechos de los adultos mayores; estableciendo así en su primer artículo la creación del artículo 17A para la Ley 1315 de 2009 donde se menciona que, como medida de protección y prevención los centros de protección social, los de día y las instituciones deben acoger a los adultos mayores que hayan sido afectados por casos de violencia intrafamiliar. (Artículo 1, 2017)

En esta ley también es fundamental la mención de algunos numerales sobre las funciones del Consejo Nacional del Adulto Mayor, entre estos ítems se menciona el asesoramiento de la formulación y evaluación de los planes y programas de protección y lucha contra la violencia que se llegue a ejercer sobre los adultos mayores; creación de las redes de apoyo que aseguren el acompañamiento del núcleo familiar para evitar institucionalización y penalización en el caso más grave, pues es vital que el núcleo familiar reconozca que es el encargado de suplir las necesidades biológicas y afectivas de los adultos, una de ellas es la alimentación, que es una necesidad para la persona y una obligación para la familia. Es por lo anterior que se exige la conformación de grupos de enlace con el Ministerio de Salud y Protección Social, las Secretarías de Desarrollo Social y las Comisarías de Familia; además de la elaboración de un informe anual que dé cuenta de la aplicación de las funciones del

Consejo Nacional de Adulto Mayor especificando acciones y retos en cada departamento. (Artículo 2, 2017)

En esta misma ley se plantea que el Gobierno Nacional a través del Ministerio de Salud y Protección Social deben implementar una ruta de atención que permita la inmediatez de la atención a los adultos mayores y determinen los medios de comunicación correspondientes en los casos de maltrato en ambientes familiares o en Centro de Protección Social, además de todas las instituciones que estén a cargo del cuidado de los adultos mayores. (Artículo 6, 2017)

Así mismo, la adición que se le hace al artículo 6 de la Ley 1251 de 2008, numeral 1, donde se agregan algunos de los deberes del Estado con los adultos mayores, entre ellos se puede resaltar, por una parte, el introducir el concepto de educación en la sociedad para fomentar el autocuidado, la participación y productividad que permita a todas las edades vivir y gozar de una vejez digna. Igualmente, la elaboración de políticas que promuevan el empoderamiento de los adultos, estimulen sus condiciones, estilos de vida saludables, tomen sus propias decisiones para llevar una calidad de vida íntegra y una participación activa en su entorno económico y social; contrarrestando los efectos y la discriminación acerca del envejecimiento. Otra fundamental es la creación de redes familiares, municipales y departamentales buscando el fortalecimiento y la participación activa en el entorno, todo con el fin de fortalecer los vínculos afectivos de los adultos, sus familias a nivel social. (Artículo 7, 2017)

Adicional a todo lo anterior, se menciona en la Ley 1850 de 2017 el Programa de Asistencia a personas de la tercera edad, planteando que en municipios, distritos y departamentos de acuerdo a su tradición y cultura, se puede financiar la creación, dotación y operación de Granjas para Adultos Mayores, brindándoles condiciones dignas, albergue, alimentación, recreación y todo el cuidado necesario para ellos (Artículo 12, 2017). Esto siendo fundamental para la promoción de un envejecimiento activo y una buena calidad de vida para estas personas, aportando a su empoderamiento y aumentando su autoestima al sentirse productivos en las labores de la granja.

Tal como se mencionó anteriormente, la Ley 1251 de 2008 es una ley que cobija al Adulto Mayor, en ella se dictan normas tendientes a procurar la protección, promoción y defensa de los derechos de los adultos mayores, aún con modificaciones y adiciones que se aplicaron tiene por objetivo, proteger, promover, restablecer y defender los derechos de los adultos mayores, orientando las políticas que tengan presente el proceso de envejecimiento, planes y programas postulados desde el Estado, la sociedad y la familia, regulando el funcionamiento de las instituciones que prestan servicios de atención y desarrollo integral de las personas en su etapa de vejez. (Artículo 1, 2008)

También hay otras leyes que recopilan los derechos de la población mayor, una de ellas es la Ley 1171 de 2007, la cual establece algunos beneficios a las personas mayores de 62 años que garanticen sus derechos a la educación, recreación y salud, todo en pro del mejoramiento de la calidad de vida. Entre los beneficios está la disminución del pasaje en transporte público masivo y el acceso a sillas preferenciales señaladas adecuadamente para su uso; la reducción del cincuenta por ciento (50%) en boletas para ingresar a espectáculos públicos, artísticos y recreacionales; ya sea en museos y bienes de interés cultural de la nación, distritos y municipios deben permitir el ingreso gratuito a esta población; también se exige que las entidades del Estado que ofrecen un servicio público den acceso a ventanillas preferenciales para los adultos mayores. Ya en el ámbito de la salud se incluye en el Plan Obligatorio de Salud (POS) la entrega de medicamentos que no fueron suministrados de manera inmediata, o y en el domicilio dentro de las setenta y dos horas siguientes a la solicitud. (2008)

Es así, como algunos de los lineamientos legales antes mencionados, definen y determinan las directrices que deben implementarse en diferentes entornos de la sociedad a nivel institucional y civil, con el propósito de garantizar una serie de derechos y oportunidades para el adulto mayor, el cuál debe gozar de igualdad de condiciones e incluso con un reconocimiento especial de diversos beneficios de forma integral y oportuna.

#### 4.4. Marco Contextual

La investigación se realizó en el municipio de Caracolí, perteneciente a la subregión del Magdalena Medio del departamento de Antioquia, Colombia. Está ubicada a 4 horas o 130 kilómetros de viaje aproximadamente de Medellín, capital del departamento. Es un municipio con una población aproximada de 4.500 habitantes entre los que residen en la zona urbana y la población campesina. Fue una estación del ferrocarril, se encuentra a los límites de Maceo, Puerto Berrío, Puerto Nare, San Carlos y San Roque.

El proceso investigativo se concentró en el Centro Día “Sor Marina Velásquez de Giraldo” del municipio, fue inaugurado en el año 2019 en la administración (2016-2019) del Alcalde Jesús Emilio Giraldo Velásquez y su nombre se dio en honor a la madre del mandatario. Actualmente la gerontóloga María Isabel Pérez Calle, egresada de la Universidad Católica de Oriente, se encuentra a cargo de la dirección del plan gerontológico municipal, por tanto, del Centro Día también.

Este Centro está adscrito a la dirección de la Secretaría de Salud y Bienestar Social, el cual formuló el Plan Gerontológico municipal, los recursos con los que este espacio se sostiene se especifican a su vez, en el Plan de Desarrollo municipal “Unidos por el Desarrollo” 2020-2023 en la línea estratégica Equidad, su componente es: “Ruta feliz para los adultos mayores del municipio de Caracolí 2020”.

La funcionaria a cargo tiene como objeto contractual “Prestar los servicios como gerontóloga para el fortalecimiento del programa gerontológico en atención integral de la población adulta mayor del municipio de Caracolí Antioquia”. (Pérez. M., Comunicación personal, 5 de mayo de 2021)

Tiene entre sus funciones las siguientes:

1. Planear y ejecutar mensualmente un cronograma de actividades de acompañamiento con adultos mayores del municipio de Caracolí en acuerdo con la Secretaría de Salud y Protección Social.

2. Acompañar y apoyar la elaboración, ejecución y liquidación de proyectos para la población de adultos mayores del municipio de Caracolí.
3. Actualizar y elaborar fichas gerontológicas.
4. Operativizar el Cabildo del Adulto Mayor del municipio de Caracolí apoyando las reuniones directivas.
5. Acompañar y apoyar las actividades de atención integral desarrolladas en el Centro de Protección Social al Adulto Mayor, CPSAM, “Jesús de la Buena Esperanza” del municipio.
6. Operativizar el Comité Gerontológico municipal del municipio de Caracolí, apoyando las reuniones directivas.
7. Actualización y elaboración de la base de datos de los adultos mayores del municipio de Caracolí.
8. Entregar un informe mensual de la gestión realizada para promover la afiliación al Sistema General de Seguridad Social en Salud (SGSSS) y educar en derechos y deberes en salud.
9. Realizar campañas de sensibilización a familias de adultos mayores para el no abandono y buen trato al adulto mayor.
10. Participar en la atención de la población adulta mayor en situación de abandono y vulnerabilidad social a través de la realización de visitas domiciliarias en el área urbana y rural según la necesidad.
11. Apoyar la atención de la población en condición de discapacidad del municipio de Caracolí.
12. Realizar 5 talleres en todos los aspectos biopsicosociales (psicológico, biológico, social) en el proceso de envejecimiento y vejez de todos los adultos mayores del municipio de Caracolí, y realizar intercambios intergeneracionales.
13. Apoyar y acompañar los procesos de formación artística, cultural y en el área de artes plásticas con los adultos mayores del municipio.
14. Incentivar y acompañar los procesos de promoción de los hábitos y estilos de vida saludables.
15. Fomentar los procesos de Actividad Física con la población adulta mayor del municipio. (Pérez. M., Comunicación personal, 5 de mayo de 2021)

En este Centro, según el Plan de Acción Adulto Mayor del municipio de Caracolí Antioquia se realizan los siguientes programas:

- Atención integral al Adulto Mayor
- Apoyo a emprendimientos de los adultos mayores que generen recursos económicos
- Sensibilización a familias para evitar el abandono y promover el buen trato al Adulto Mayor. (Pérez. M., Comunicación personal, 5 de mayo de 2021)

En total el Programa para el Adulto Mayor y personas en condición de discapacidad o población vulnerable, tiene aproximadamente 200 personas, pues al ser un programa que prepara para la vejez permite la participación de las personas incluso antes de los 65 años de acuerdo a sus condiciones socioeconómicas y de salud.

La organización del programa se da con 130 adultos de la zona urbana, 60 de la zona rural y 10 en el Centro de Prevención Social al Adulto Mayor (CPSAM) “Jesús de la Buena Esperanza”. El programa se desarrolla a diario en el casco urbano y los encuentros rurales se hacen cada mes, cubriendo las siguientes veredas: Cascarón, El 62 y Sardinas; son éstas las sedes principales para los encuentros del Adulto Mayor. (Pérez. M., Comunicación personal, 5 de mayo de 2021)

Cabe anotar que, en el Centro Día se tiene un seguimiento a la cantidad de personas que asisten a los encuentros, pero no hay una caracterización que pueda arrojar una información completa de las personas que están inscritas en los diferentes programas, este proceso está en desarrollo. Actualmente, los hombres desde los 59 años y las mujeres desde los 54 años pueden calificar para recibir el subsidio y ya desde los 60 años pueden acceder al paquete alimentario; todos estos beneficios son otorgados a las personas que demuestren baja condición económica.

Tal como se menciona anteriormente, el CPSAM acoge un grupo de adultos mayores, pero este espacio tiene unas características particulares desde su conformación y funcionamiento. A diferencia del Centro Día es un centro privado sin ánimo de lucro y la

dirección está a cargo de Gloria Cecilia Molina Cardona quien es la directora administradora, encargada de coordinar las actividades, gestionar los recursos y formular los proyectos para este espacio.

De modo que, este marco contextual permite revisar el estado general de los Centros de Atención para el Adulto Mayor del Municipio de Caracolí, sus funciones y la oferta para la zona urbana y rural que incluya en condiciones de equidad y acceso a toda la población que se encuentra en situación de vulnerabilidad.

## 5. Metodología

Esta investigación es cualitativa, este proceso permite la aproximación a la comprensión de un fenómeno social, así mismo, busca identificar los diferentes factores sociales, políticos, económicos, culturales, educativos que inciden, condicionan o posibilitan el acontecer de esta dinámica social; esta perspectiva investigativa concentra su atención en una problematización de lo social, en una comunidad específica y como la relación e interacción con estos fenómenos configura unos modos de ser, estar y hacer, la investigación cualitativa se caracteriza por ser dinámica, flexible, situada, relacional; se vale de enfoques que buscan caracterizar las diferentes formas como ocurre el hecho social, ofrece una interpretación y un diálogo entre el investigador y el objeto de estudio e invita a partir de los diversos análisis a trazar unas posibles rutas de acción teórico - prácticas que contribuyan a una posible transformación del tema abordado.

Lo anterior, tomado del artículo de Mejía (2004) “Sobre la investigación cualitativa. Nuevos conceptos y campos de desarrollo”, texto que hace parte de la décimo tercera edición de la Revista Investigaciones Sociales. Revista de investigaciones histórico sociales, de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Perú. La importancia del sujeto, su interacción con otros sujetos o con los objetos de su entorno, su papel como ser social y la importancia de su singularidad para su conducta social son algunos de los planteamientos del escrito.

La investigación cualitativa tiene como punto central comprender la intención del acto social, esto es la estructura de motivaciones que tienen los sujetos, la meta que persiguen, el propósito que orienta su conducta, los valores, sentimientos, creencias que lo dirigen hacia un fin determinado. Conocer el papel que tiene la intención en la vida de un sujeto puede ser consciente, cuando el propósito se busca en forma manifiesta y declarada, o inconsciente, cuando la meta es una función latente u oculta. La investigación cualitativa aborda el mundo subjetivo: La estructura de motivaciones, valores, sentimientos y pensamientos de las personas en su conducta social (p.280)

Ahora bien, en el texto Investigación Cualitativa de Sandoval (2002) siendo éste el Módulo 4 de la obra “Especialización en teoría, métodos y técnicas de la investigación”, se referencia a Taylor y Bogdan (1992) mencionando su aporte hacia lo que es la metodología, planteando esta como una acción simultánea para encontrar el cómo enfocar los problemas y

cómo se buscan las respuestas para éste; esto igualmente traducido al diario vivir, donde es pertinente analizar las situaciones que se presentan y reconocer el cómo proceder ante cada circunstancia vivida.

La investigación cualitativa tiene unas características importantes: holística, inductiva e interactiva y reflexiva. Taylor y Bogdan (1992, como se citó en Sandoval, 2002). Al ser una investigación holística dirige el proceso a una ruta de descubrimiento y hallazgo para la comprobación teórica; es además holística por requerir ver el contexto, las personas y el problema mismo desde la concepción de un todo, donde organización, funcionamiento y significación son las lógicas a las que se atienden para conseguir su integralidad; además, se considera interactiva y reflexiva al demandar sensibilidad en el investigador hacia su propio proceso y los efectos que causan sus acciones en la población estudiada.

Esta investigación, centrada en el grupo focal del Centro Día para el Adulto Mayor del municipio de Caracolí, del departamento de Antioquia; se centra en la búsqueda de un trabajo interdisciplinar entre las artes y la actividad física que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida de los adultos, todo esto centrado en el ser. Para conseguir cada uno de los objetivos y resolver todas aquellas incógnitas con esta población y el problema planteado se hace necesario llevar a cabo una investigación de corte cualitativo, donde sea el sujeto desde la experiencia quien otorgue las respuestas en el caminar del proceso investigativo; donde el investigador se conecte con el entorno a trabajar, las personas, la situación de cada uno de ellos, permitiendo una experiencia conjunta y de aprendizajes tanto para quien analiza como para el grupo focal de la investigación.

### **5.1. La IAP (Investigación - Acción - Participación)**

Esta propuesta investigativa se desarrolla desde el enfoque IAP (Investigación - Acción - Participación), la cual parte del planteamiento de Fals Borda (1989), quien contribuyó a la sociología y es reconocido por su trayectoria intelectual desde la articulación constante entre epistemología y política. Amaya cita que “Las valoraciones acerca de la realidad social, así como las posibilidades de su transformación, es quizás una de las aristas

más importantes dentro de la metodología IAP” (p. 35) en su artículo La Investigación – Acción – Participativa como pedagogía crítica. Un acercamiento.

Dicho lo anterior es importante reconocer la característica primaria de este enfoque de acción y participación, involucrar a la comunidad como participantes activos y el investigador como orientador que está inmerso de forma activa en la búsqueda, interactúa directamente con el grupo focal para darles la oportunidad de participar en la planificación y desarrollo de las fases para el análisis de la problemática y la búsqueda conjunta de respuestas; pues ellos son seres que tienen voz y voto en el planteamiento, análisis y evaluación de cada uno de los momentos de este enfoque.

Adicional a lo anterior, esta investigación tiene una perspectiva gerontagógico–artística interdisciplinar, donde las artes en conjunción con la actividad física aportan al objeto de estudio en construcción. Cumpliendo la interdisciplinariedad su función pedagógica, buscando integrar de forma coherente aquellos aspectos teóricos-prácticos que permitan que el proceso de búsqueda parta desde un concepto multidimensional de los fenómenos y reconocer el carácter relativo que puede existir entre las disciplinas utilizadas para el proceso investigativo.

Ahora bien, se cataloga como una propuesta gerontagógica al proyectarse un aprendizaje transformacional en las personas adultas, determinado desde las necesidades e intereses del participante; considerando las oportunidades de un proceso holístico, no jerárquico y se tiene presente la autonomía en los participantes durante el proyecto. Además, todo el aprendizaje que se puede dar es gracias a los contenidos, conocimientos, experiencias, pensamientos y saberes de la población; justo entre éstos se encuentran sus creencias, emociones e intereses y se toman siempre como punto de partida desde la flexibilidad y el respeto de los diferentes ritmos de aprendizaje del ser humano.

## 5.2. Fases de la Investigación - Acción - Participación

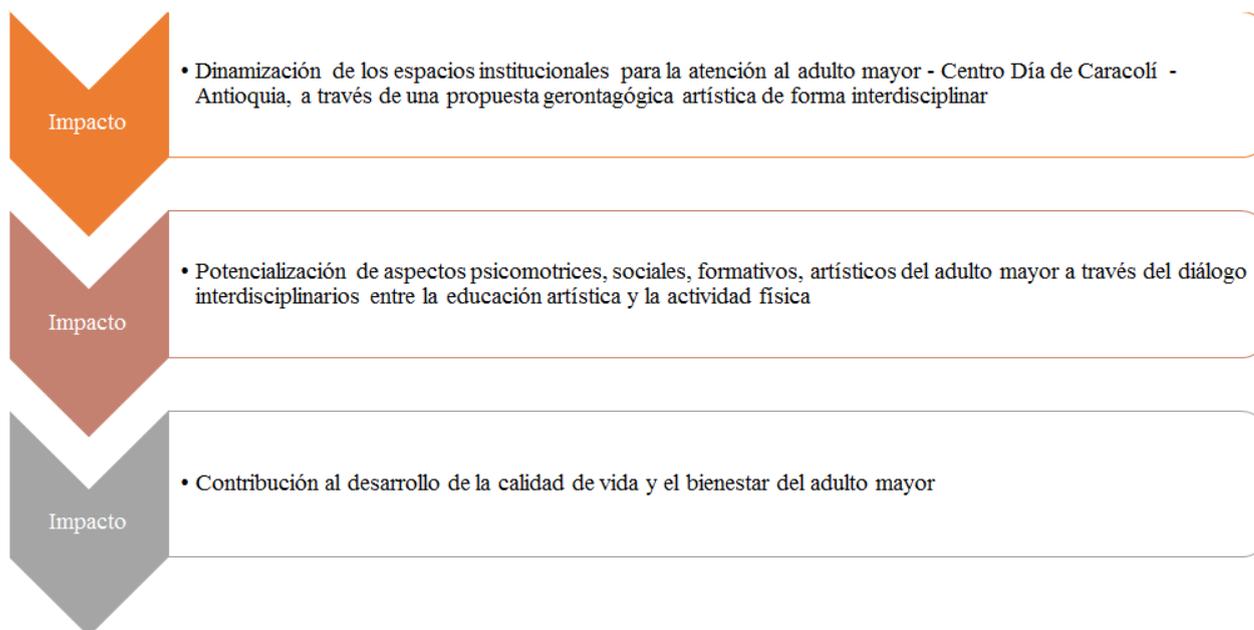
A continuación se enuncian los diferentes momentos del enfoque que tiene la presente investigación, y que fueron desarrollados y socializados durante todo el proceso de campo, para dar cuenta de los resultados parciales correspondientes a cada fase.

### Figura 1:

Gráfico 1: Fases de la Investigación - Acción - Participación



En el siguiente gráfico se describen algunos aspectos del impacto esperado en el desarrollo de la propuesta, el cual se socializa con la funcionaria y el grupo de adultos mayores participantes del Centro Día.

**Figura 2:***Gráfico2: Impacto esperado:***5.2.1. Fase 1: Diagnóstico Colectivo**

El diagnóstico colectivo permite reconocer las condiciones específicas del contexto de forma conjunta con los actores participantes de la investigación, en este caso se realizó en el Centro Día del municipio de Caracolí, Antioquia, con 15 adultos mayores que se encuentran entre los 50 y los 80 años aproximadamente. Es una población diversa en condiciones cognitivas, físicas, emocionales, económicas, y demás dimensiones que revelan la realidad en la que vive cada uno de ellos. Al invitarlos a participar del proceso investigativo, acudieron 15 personas al primer encuentro en el cual se dio a conocer la propuesta, allí se reconoció a la población participante con la cual se llevaría a cabo el estudio. Cabe anotar que, las personas asistentes a este primer llamado participaron de todos los encuentros realizados en esta fase.

En cada encuentro se realizaron actividades de activación física con los adultos, estas permiten identificar cuáles son las posibilidades, intereses y limitaciones en cada uno de los participantes; de esta manera se orienta y adapta adecuadamente cada una de las sesiones y

estrategias a desarrollar con ellos, de modo que, se tornen agradables, estimulantes y pertinentes.

Se observó inicialmente que los adultos sentían vergüenza al realizar acciones con su cuerpo, imitar o exagerar gestos, hacer sonidos y más si se trataba de hacerlos solos para que los demás observarán. En varias actividades sentían un poco de inseguridad al realizar alguna acción o al desarrollar las actividades plásticas, pues constantemente decían que no estaba bien o que los de otros compañeros estaban aún mejor; aunque esta actitud mejoró un poco no fue erradicada de sus pensamientos o sensaciones.

Se agrega, que los adultos mayores siempre estaban atentos y receptivos para recibir las indicaciones y que les agradaba escuchar recomendaciones en el desarrollo de sus propuestas creativas.

Aún con estos espacios que se brindan para los adultos mayores, es importante aclarar algunos aspectos de interés que son importantes enfocar para llevar a cabo encuentros significativos y enriquecedores a nivel personal para los participantes. El adulto mayor representa una alta población en el municipio, muchos de ellos son de bajos recursos, los programas allí realizados carecen de una propuesta de intervención que atienda de forma integral las diferentes necesidades e intereses de los adultos; además, los talleres de artes tienen un enfoque centrado en el hacer, que a su vez, debería potenciar y trabajar con mayor fuerza en la dimensión del Ser, siendo este último, vital para permitir que la población beneficiada goce de un bienestar integral.

Es así, como se hace necesario desarrollar una serie de estrategias interdisciplinarias entre la educación artística y la actividad física que permitan contribuir a la dinamización de los procesos de formación que se llevan a cabo en esta entidad, con miras al mejoramiento y activación de los adultos mayores en sus diferentes dimensiones físicas y emocionales a nivel personal y en relación con las otras personas.

Después de realizar los primeros acercamientos con los adultos que decidieron participar en este proceso de investigación e intervención, se encontraron y percibieron

diferentes aspectos que son relevantes para la continuidad de la ejecución de las actividades pertinentes y el análisis de cada una de ellas; todas estas se van a mencionar a continuación:

5.2.2. *Fase 2: Taller Diagnóstico*

**Tabla 1**

*Planeación de Talleres Diagnósticos*

CENTRO DÍA				
MUNICIPIO DE CARACOLÍ				
Fecha	Actividad	Descripción	Recursos	Observaciones
Octubre 17	¿Quién Soy?	<p>Todos se van a ubicar en un círculo y van a presentarse, respondiendo a las preguntas ¿Quién soy? ¿Quién fui? ¿Cómo estoy? ¿Quiénes están conmigo?, al hacerlo lanza hilo a quien desee que continúe, formando así unas líneas guías que servirán para la actividad siguiente.</p> <p>Se realiza un ejercicio de activación muscular desde el círculo y se piensa en un animal, éste</p>	<p>Cámara</p> <p>Hilo</p> <p>Salón social</p> <p>Sillas</p>	<p>Descripción física</p> <p>Reconocimiento corporal</p>

		<p>será representado por cada uno con los pies, para una segunda ronda se debe hacer con las manos y luego con el rostro.</p> <p>Tomar fotografías del rostro a los participantes en un fondo blanco.</p>		
<b>Octubre 24</b>	<b>Recordar es vivir, soñar es volar</b>	<p>Se observan las fotografías de la sesión anterior que se encuentran pegadas en la pared, están intervenidas de forma que sean notorias las líneas de expresión de cada uno. Cada participante habla de los recuerdos que le trae su fotografía, al hablar de ello pasa a responder lo siguiente:</p> <p>- ¿Cuáles son los momentos más significativos en mi vida y por qué?</p> <p>-¿Qué es lo que más le gusta hacer?</p> <p>-¿Qué es lo que más anhela en este momento?</p>	<p>Colores</p> <p>Cinta adhesiva</p> <p>Fotografías impresas en papel bond</p> <p>Salón social</p> <p>Sillas</p>	<p>Ayer (momentos memorables, importantes)</p> <p>Hoy: Que me gusta hacer</p> <p>Mañana: mis anhelos</p> <p>Dejar claro los elementos que les gustaría utilizar para decorar las máscaras</p>

		<p>Cada participante sujeta su fotografía y va a delinear con un color de su gusto todas esas marcas que más le agradan y con un color que no desee tanto, va a delinear todas las marcas que no le gusta ver.</p> <p>Y de querer agregar cambios en su rostro va a tomar otra fotografía impresa y la va a intervenir como desearía ver su rostro.</p> <p>Se elige un personaje que se desea representar en la siguiente sesión y eligen unos posibles elementos para decorar un antifaz.</p>		
<b>Octubre 31</b>	<b>Máscaras de felicidad</b>	<p>Cada participante va a realizar la decoración de su antifaz.</p> <p>Se va a realizar un ejercicio de activación muscular facial y ejercicios de expresión corporal, teniendo en cuenta los sentimientos que se desearían expresar.</p>	<p>Antifaces en cartón cartulina</p> <p>Elástico</p> <p>Elementos decorativos (elegidos por los participantes)</p>	Creación e interpretación de personajes

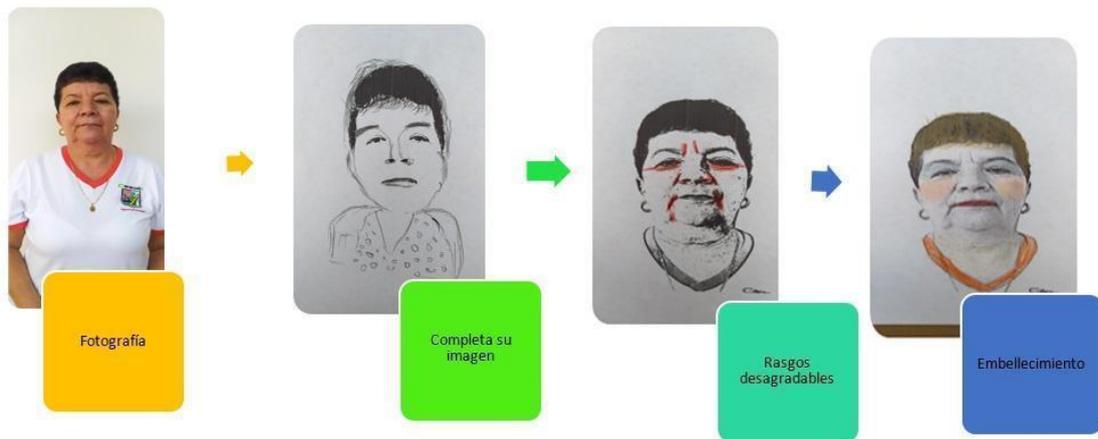
		<p>Cada participante realiza la interpretación de su personaje elegido, esto con ayuda del antifaz que se decoró y movimientos corporales exagerados, que impliquen desde la cabeza hasta los pies en las acciones que realice.</p>	<p>Pegante Silicona líquida</p>	
<p><b>Noviembre</b> <b>7</b></p>	<p><b>El árbol de las memorias y los anhelos</b></p>	<p>Inicialmente se hace un poco de activación física para preparar el cuerpo y estar despiertos con la actividad a realizar.</p> <p>Se van a tener en hojas iris amarillas todas las anécdotas tristes que se mencionaron en sesiones anteriores, en hojas de color rojo se tendrán los recuerdos felices y en hojas verdes están los anhelos de cada uno.</p> <p>Cada participante escoge las anécdotas que más lo identifiquen, las marcan con su nombre a un lado y decoran sus anhelos con los colores que deseen.</p>	<p>Papel bond, marcadores, pinturas (opcional), hojas iris</p>	

		<p>Van a la silueta del árbol pegada en la pared, allí van a ubicar sus anécdotas alegres en las raíces, las tristes en el tallo y todos sus anhelos en las hojas.</p> <p>Voluntariamente van a dar un aporte de la experiencia que se tuvo con cada una de las actividades y todas las sensaciones que le dejaron.</p>		
--	--	---	--	--

### 5.2.2.1.Resultados Taller Diagnóstico.

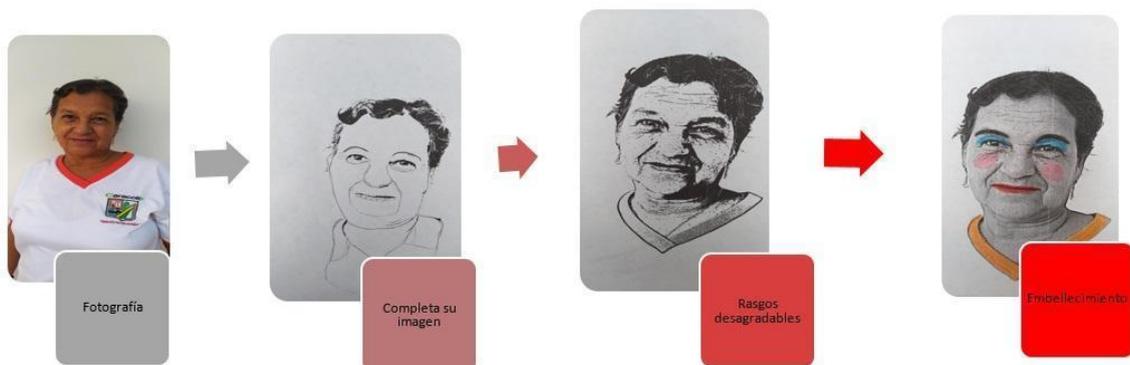
**Figura 3**

*Recordar es vivir, soñar es volar. Ejercicio de Amparo Ocampo*



**Figura 4**

*Recordar es vivir, soñar es volar. Ejercicio de Luz Elena Sepúlveda*



**Figura 5**

*Recordar es vivir, soñar es volar. Ejercicio de Fidel García*

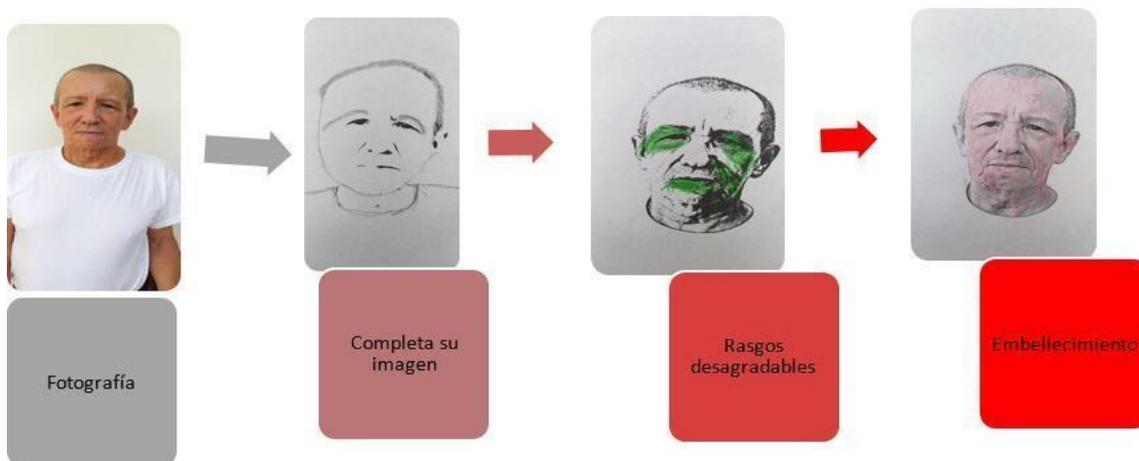
**Figura 6**

*Recordar es vivir, soñar es volar. Ejercicio de Consuelo Cañas*

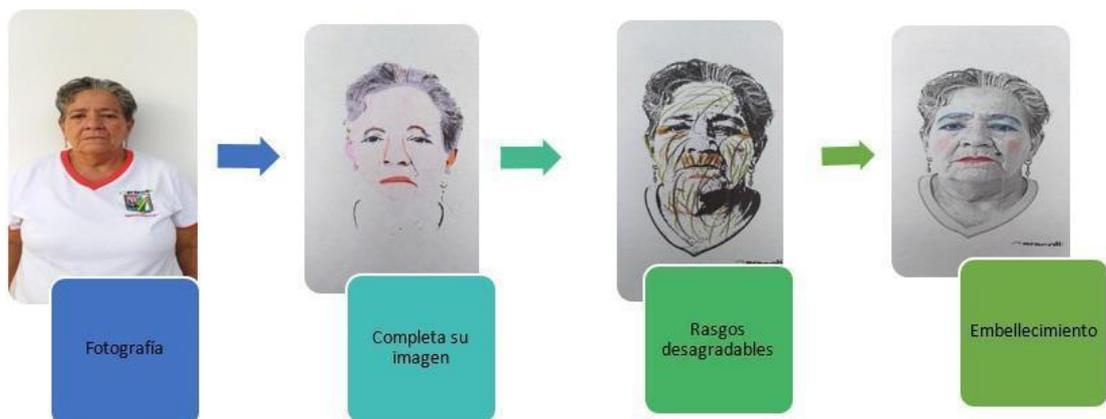


**Figura 7**

*Recordar es vivir, soñar es volar. Ejercicio de Gildardo Chaverra*

**Figura 8**

*Recordar es vivir, soñar es volar. Ejercicio de Rubiela Usme*



**Figura 9**

*Máscaras de felicidad. Elaboración de todos los participantes*



**Figura 10**

*El árbol de las memorias y los anhelos. Elaboración de los participantes*



### **5.2.2.2. Evaluación del Diagnóstico.**

Los hallazgos anteriormente mencionados, están acompañados de sensaciones de inseguridad de sus capacidades y posibles logros, aun cuando al mencionar la actividad que se va a realizar suene un poco sencilla, ya al momento de definir cómo solucionar cierta situación se convierte en una caja vacía que no se define con qué llenar. Pueden tener muchas cosas por decir, pero el llevarlo a un papel o expresarlo con su cuerpo se convierten en un obstáculo que sienten requerir ayuda para concretarlo. Por ejemplo, al momento de proponerles que hablen de sus inconformidades con su rostro se expresan verbalmente con una lista amplia de sensaciones, pero ya al pedirles que lleven todas esas sensaciones a escribir o elegir un color y líneas que ayuden a complementar su expresión, todo esto se nubla y se llega a una especie de muro que es muy complejo de escalar y para hacerlo es necesario que otra persona dé su opinión para encontrar la mejor forma de sobrepasarlo.

En todo proceso cognitivo es muy importante que el docente orientador esté dispuesto a solucionar inquietudes y dar un pequeño empujón al participante para que encuentre el camino para resolver sus dudas y proponga nuevos caminos que lo lleven a su objetivo o para recorrerlo de la manera más enriquecedora para él. En el caso del proceso que se lleva a cabo con los adultos del Centro Día del municipio de Caracolí, es fundamental estar dispuesto a orientar las ideas y sensaciones de ellos hacia un camino en el que no sólo realicen actividad física para estar bien físicamente, sino que sean conscientes de su corporeidad y las posibilidades que pueden tener con cada uno de sus miembros; también es importante incentivarlos a concretar sus ideas plásticas a partir de sus experiencias, anhelos y sensaciones, de manera que todo lo que sus manos realicen sea con la clara idea de lo que su ser inmaterial quiere materializar.

Es necesario resaltar que, a pesar de las sensaciones de inseguridad, vergüenza e inconformidad con sus actividades o aquello que expresaron en cada uno de los encuentros, siempre se notaron dispuestos a realizar los ejercicios y aprender de cada uno de ellos. Aunque están acostumbrados a recibir el paso a paso de sus ejercicios plásticos o la guía detallada de los movimientos a realizar, no se cerraron a la

posibilidad de proponer y atreverse a explorar desde sus sensaciones y lo que piensan acerca de determinada temática.

Durante esta fase se observó que los adultos tuvieron buena disposición para dar inicio a las actividades; la pregunta en cada encuentro fue: “¿Qué vamos hacer hoy?” y al finalizar decían: “¿Qué vamos hacer la próxima semana?”. Estas expresiones dieron cuenta de su interés por estar y por regresar, también reflejaban la expectativa hacia el reto que tendrían que afrontar en cada encuentro y sentir de acuerdo a las posibilidades que conocen en su cuerpo o intereses que tenía cada uno de ellos.

Cuando se dio el primer encuentro diagnóstico se les preguntó si tenían alguna idea de lo que se trabajaría en los encuentros o si tenían alguna expectativa hacia la experiencia con la docente investigadora y con el proyecto que estaba ligando la actividad física y las artes plásticas. Las respuestas fueron variadas, pero hubo aspectos que las relacionaron entre sí; algunas diferencias consideradas por ellos se inclinaron hacia los ejercicios que se podrían llevar a cabo al escuchar que los ejercicios están enfocados desde la actividad física y las artes plásticas, algunas mencionaron que se pintaría algún cuadro, otras que se haría teatro y ejercicio en el gimnasio, otras consideraban que se harían manualidades con plástico. Por su parte, las similitudes entre sus comentarios acerca de sus expectativas hacia los encuentros se inclinaron por los aprendizajes que tendrían cada semana; esto debido a su disposición por ser partícipes activos del proceso y gozar de tranquilidad en los que se encontrarían.

Durante la realización de los ejercicios se encontró que algunas personas se sienten muy cómodas al momento de hablar, casi todos ellos hablan con facilidad de sus oficios o de lo que han hecho a lo largo de su vida; cuando se les pregunta por sus intereses, anhelos, recuerdos importantes o lo que quisieran hacer en su vida, son momentos donde ellos hacen una pausa, reflexionan, dicen una que otra palabra o se quedan sin palabras para exteriorizar eso que sienten.

Por su parte los ejercicios plásticos tuvieron una constante en la actitud de los participantes “¿Cómo lo hago?”, “¿Lo hago bien?”, “¡No, eso me está quedando feo!”.

Estas fueron algunas de las expresiones más cotidianas de ellos, donde la mayoría del encuentro tenían la duda de estar o no haciendo bien las cosas, porque para los ojos de cada uno siempre existió la duda de la belleza que tenía su ejercicio plástico; constantemente pedían consentimiento, principalmente de la orientadora, para fortalecer un poco su dignidad y alegría de hacer todo por su propia cuenta, pues cada ejercicio y creación fueron elaboradas con sus propias manos.

Ya por cuenta de la actividad física, fue la vergüenza una constante en los encuentros con los adultos; los ejercicios de activación, las representaciones corporales de animales, las exageraciones de gestos o cambiar el tono de voz fue un gran reto para ellos. Cabe resaltar que aun así muchos de ellos estuvieron dispuestos a realizarlos de la mejor manera, otros hacían el ejercicio para no dejar pasar la propuesta en blanco y otra menor cantidad de participantes se negaron a desarrollar ciertas acciones. Aún con las dificultades que presentaron para atreverse o tomar la iniciativa, se pudo observar el potencial expresivo que existe en ellos; puede influir que vienen de una época en la que mayormente se hace la comunicación mayormente a través de la conversación frente a frente y no desde un aparato tecnológico, así que tienen una gran capacidad de ser concretos en lo que mencionan o ser precisos en la idea que quieren manifestar, falta fortalecer el cómo expresar con su cuerpo lo que sus narraciones tan claras pueden ser.

Ahora bien, hay también aspectos importantes de mencionar en la personalidad de cada participante. Como bien se mencionó antes, la vergüenza puede ser un condicionante hacia el potencial que se pudo observar en la narrativa de ellas y la voluntad de expresarse a través de acciones que pueden ser exageradas para hacer de ellas una creación artística y enriquecedora para sus ejercicios. Y es que esa vergüenza es una secuela de esos momentos de inseguridad que les fue dejando la rudeza de las críticas que antes les pudieron manifestar hacia sus formas de expresión o aquellos obstáculos que la sociedad se ha encargado de insertarles desde edades más tempranas y que ahora en la etapa de adultos mayores se pueden incrementar por sentirse débiles o menospreciados por la comunidad.

Así que, este grupo focal estuvo constantemente dispuestos a aprender algo nuevo y con expectativas hacia las actividades que se desarrollarían con ellos. Las dificultades que se fueron evidenciando en el proceso fueron a causa de la inseguridad de ellos hacia ejercicios nuevos de expresión corporal o actividad física. Además, para algunos adultos los ejercicios plásticos no siempre fueron sencillos en su ejecución, pero sí han conservado sus ganas por aprender y atreverse. Entonces, ellos aún con todas las dificultades que puedan tener por sus condiciones físicas, emocionales o cognitivas son muchos los logros que pueden tener desde su voluntad de aprender y es ésta la característica que resalta en este grupo focal.

Ahora bien, es importante agregar que esta población disfruta y reclama actividades en las que ellos no sólo pasen su tiempo, sino que sientan que están teniendo aprendizajes significativos para su vida, donde se puedan sentir productivos, que hacen parte de la sociedad y le pueden aportar a su propia comunidad. Cuando ellos muestran sus creaciones se sienten orgullosos y quieren que la exigencia o las posibilidades de hacer algo mejor en la siguiente ocasión sea una realidad, todo con ayuda de alguien que les tenga la paciencia suficiente para que les recuerde lo capaces que son de lograr sus objetivos y lo importantes que son en la comunidad del municipio.

### 5.2.3. Fase 3: Diseño del Plan de Acción

**Tabla 2**

*Diseño del Plan de Acción*

ENCUENTRO	TEMA	ACTIVIDADES	MATERIALES
1  Marzo 10 de 2021	Socialización y ajustes del Plan de Acción con el grupo de adultos mayores	Reflexiones previas del proceso.  Ejercicios dirigidos de activación física individual.  Socialización del plan de acción.  Ajustes y aprobación del plan de acción.	Salón principal  Sillas  Hojas de block  Lapiceros
2  Marzo 17 de 2021	Mi tablero Bienestarina	Activación corporal colectiva, con ejercicios que aluden a los oficios diarios (lavar, barrer, trapear, cocinar, etc).	Salón principal  Sillas  Rótulos de cartulina, cartón paja 1/8,

		<p>Cada participante realiza una representación corporal individual detallada de sus rutinas diarias.</p> <p>Diálogo de las actividades que más olvidan hacer durante el día.</p> <p>Elaboración de tarjetas y tablero de apoyo para recordar las acciones diarias a realizar.</p>	<p>hojas iris, tijeras, colbón, lapiceros, lápices, icopor, silicona</p>
<p>3</p> <p>Marzo 24 de 2021</p>	<p>Sembrando mis propósitos</p>	<p>Ejercicio inicial de respiración y activación corporal haciendo conciencia del funcionamiento del cuerpo y el sentir de cada uno.</p> <p>Preparación y decoración del tarro que llevó cada adulto para utilizar posteriormente como maceta.</p> <p>Siembra de una semilla como símbolo de vida, la materita será personalizada por cada adulto mayor y tendrá un mensaje alusivo a los objetivos de vida de cada persona.</p>	<p>Salón principal</p> <p>Sillas</p> <p>Cabuya, pintura, tierra, arena, abono, semillas, hojas de colores, lapiceros</p>

<p>4</p> <p>Abril 7 de 2021</p>	<p>Test de personalidad con frutas</p>	<p>Ejercicios de activación: Identificación táctil de texturas y temperaturas con los objetos y las frutas.</p> <p>Cada adulto lleva una fruta a la clase.</p> <p>Analogías simbólicas y vivenciales a partir de cada fruta.</p> <p>Tomar una foto de la fruta que más los identificó.</p> <p>Elaboración de ensalada comunitaria entre las adultas mayores.</p>	<p>Salón principal</p> <p>Sillas</p> <p>Frutas, recipientes, leche condensada, crema de leche, elementos para cortar y mezclar</p> <p>Cámara fotográfica</p>
---------------------------------	--	--	--

<p>5</p> <p>Abril 14 de 2021</p>	<p>Retrafrutarte</p>	<p>Elaboración de una tarjeta personalizada en 1/8 de cartulina para obsequiar.</p> <p>A partir de la actividad anterior, se retoma la foto de la fruta elegida y se replica con vinilos en un pliegue de la tarjeta.</p> <p>En otro pliegue se describe la relación simbólica con la fruta.</p> <p>Luego se escribe un mensaje para la persona que recibirá la tarjeta.</p> <p>Para finalizar se hace un momento de caminar por el salón mientras se van observando los resultados de las compañeras, se estira un poco el cuerpo y se va contando la experiencia personal con la actividad.</p>	<p>Salón principal</p> <p>Sillas</p> <p>Cartulina 1/8, vinilos de colores, hojas de block, papeles de colores, lápices, lapiceros, fotografías de frutas</p>
----------------------------------	----------------------	---	--

<p>6</p> <p>Abril 21 de 2021</p>	<p>Escalera dinámica y alegre</p>	<p>Planeación de la elaboración de la escalera.</p> <p>Distribución de tareas a cada adulto mayor y docente en formación.</p> <p>Diseño de tarjetas sorpresas: Elección de penitencias y regalos que llevarán las tarjetas.</p>	<p>Cartulina, tijeras, lápices, pinturas, regla</p>
<p>7</p> <p>Mayo 5 de 2021</p>	<p>Finalización de Escalera dinámica</p>	<p>A ritmo de música, se conversa entre las participantes, pausas activas para mantener la atención y el interés en la actividad, se finaliza la elaboración de la escalera y se deja secar.</p>	<p>Cartulina, tijeras, lápices, pinturas, regla, dispositivo electrónico para escuchar música</p>

<p>8</p> <p>Mayo 12 de 2021</p>	<p>Socialización de Actividades y Creaciones</p>	<p>En esta actividad cada adulto lleva sus invitados.</p> <p>Montaje de la exposición.</p> <p>Presentación de la propuesta realizada, proceso, logros y sensaciones.</p> <p>Actividad lúdica con la escalera.</p> <p>Cierre de la actividad.</p>	<p>Decoración a gusto de los participantes, ejercicios desarrollados en otros encuentros. Compartir de comida para los invitados y participantes.</p>
---------------------------------	--	--	---

#### **5.2.4. Fase 4: Socialización y Ejecución del Plan de Acción**

En esta etapa se hace un primer encuentro con el grupo focal para socializar el plan de acción que la docente investigadora tiene planteado para cada día y se busca llegar a unos acuerdos con los adultos mayores para cada una de las actividades que se van a desarrollar. Las personas invitadas a hacer parte de este proceso tienen voz y voto en las actividades, ellos son participantes activos de todo el proceso investigativo y tienen la potestad de aportar a la toma de decisiones referentes a las acciones que se llevan a cabo con ellos. Es importante aclarar que en esta fase del Plan de Acción participaron mujeres, los hombres que estaban en la fase anterior no pudieron continuar debido al horario planteado.

A continuación, se podrá observar lo que sucedió en ese momento:

**Tabla 3***Socialización del Plan de Acción*

<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>HALLAZGOS</b>
<p>Al llamado para la segunda etapa de la investigación acudieron 12 mujeres. Con ellas se hizo socialización del Plan de Acción, quienes mayormente estuvieron atentas a la lectura y explicación de cada una de las actividades que se desarrollarían en los encuentros.</p> <p>Con el apoyo de las participantes se concretó la actividad a desarrollar, pues al ser ellas participantes activas en el proceso, es importante que aporten a la planeación de las actividades; todo con el fin de garantizar unos encuentros enriquecedores para su proceso y el de la investigación.</p>	<p>Es normal sentir en ellas incomodidad cuando son cuestionadas o les piden su opinión para algún tipo de actividad, pues la mayoría vivió una etapa de su vida esperando que otra persona opinara sobre ella o sus palabras no fueron en su momento escuchadas en algún momento; tanto que sus primeras reacciones al pedirle que hablar fue creer que no se sabe qué se debería o podría responder, incluso dar su opinión acerca de las actividades a desarrollar. Aunque inicialmente se observaron sólo dispuestas a escuchar, algunas del grupo participaron activamente en la toma de decisiones y se apropiaron del espacio de diálogo.</p>

	Se logró concretar cada actividad a desarrollar en los encuentros; todo gracias a la manifestación del sentir de cada una de las adultas y las ideas que dieron para mejorar o modificar alguna actividad.
--	--

En esta fase también se ejecutan cada una de las actividades propuestas en el Plan de Acción, éstas se realizan semanalmente con el grupo de adultas mayores del Centro Día “Sor Marina Velásquez de Giraldo” del municipio de Caracolí que acogieron la invitación.

**Tabla 4**

*Descripción del Plan de Acción realizado en el Centro Día del municipio de Caracolí*

### **ENCUENTRO 1: Socialización y ajustes del Plan de Acción con el grupo de adultos mayores**

#### **Descripción:**

#### **Reflexiones previas del proceso:**

A esta reunión acuden 12 adultas mayores del Centro Día de Caracolí, se da la palabra a cada una de las que asistieron a la primera fase del proyecto, así que expresan su percepción de las actividades realizadas en el diagnóstico, mencionan que este tipo de actividades les permiten sentirse integradas, acogidas, se sienten activas y valoran que se reconozcan sus ritmos para realizar cada actividad.

#### **Demostraciones corporales de ejercicios para contextualizar a los nuevos compañeros:**

Las adultas que participaron en los primeros encuentros realizan una demostración con ayuda de acciones corporales, movimientos que recuerdan se hacían en las clases de esa parte del proyecto. Los momentos de activación del cuerpo para tener la atención de todas sus dimensiones, representaciones corporales de animales o experiencias que se manifestaron en las sesiones y manifestaciones.

#### **Socialización del Plan de Acción:**

La docente explica a las adultas mayores las actividades que se van a realizar durante los meses de marzo, abril y mayo los días de encuentro, cuánto duran, qué materiales se necesitan y cuál es el propósito de cada una de las actividades.

**Ajustes y aprobación del Plan de Acción** aquí el grupo de adultos mayores aprueba las actividades que más llamaron su atención, hace algunas sugerencias a las mismas y aprueban el desarrollo de esta propuesta.

## **ENCUENTRO 2: Mi tablero Bienestarina**

### **Descripción**

#### **Activación corporal, desde ejercicios que aluden a los oficios diarios (lavar, barrer, trapear, cocinar):**

Para entrar en contexto de la temática del encuentro las participantes se colocan de pie y en conjunto realizan un poco de activación corporal guiada por la docente. Luego se les pide que representen con movimientos corporales y sonidos las acciones: Barrer, lavar, trapear, cocinar y con ayuda de ellas se extraen más actividades que ejecutan durante el día. Cada una de las acciones se desarrollan de acuerdo a sus condiciones físicas, siempre teniendo en cuentas las dificultades que presentan y las posibilidades que conservan.

#### **Representación corporal de acciones cotidianas:**

Con ayuda de ese calentamiento inicial que permite a los adultos activar sus articulaciones y mejorar el movimiento de forma gradual, se da inicio a la propuesta del día. Cada adulta habla de sus quehaceres cotidianos, la facilidad con la que hace algunos y las dificultades que

presentan en otros, esto hablando desde el aspecto físico y desde la frecuencia con que recuerdan u olvidan sus responsabilidades. Aquí las manifestaciones son a modo de charla amigable, acompañada de representaciones corporales y demostraciones físicas de lo que vivencian día a día con sus oficios.

### **Elaboración de tarjetas y tablero de apoyo para recordar las acciones diarias a realizar.**

Cada una de las participantes recibe 1/8 de cartón paja, papeles de colores, pegamento y tijeras para cubrir una cara del cartón; luego fueron recibiendo las indicaciones para pegar el icopor, cartulina, papel contact y gancho, todos elementos que servirán para escribir tareas que deben recordar realizar o colgar notas que se requieran; adicional colocan una cuerda en la parte posterior para ubicar el tablero en un lugar visible y estratégico de la casa.

## **ENCUENTRO 3: Sembrando mis propósitos**

### **Descripción**

#### **Ejercicio inicial de respiración y activación corporal haciendo conciencia del funcionamiento del cuerpo y el sentir de cada uno:**

Se da inicio al encuentro con una activación consciente del cuerpo, la mente y los sentidos de los participantes. Desde sus sillas sienten su respiración, pálpitos, los dolores que tienen en la quietud y las sensaciones que tienen en el momento. Luego se hace una activación de pie, estiran y movilizan un poco su cuerpo antes de iniciar su trabajo en las sillas y mesas de trabajo.

**Preparación y decoración de tarro que llevó cada adulto para utilizar posteriormente como maceta.**

Cada una de las participantes llevó un recipiente limpio, listo para comenzar a personalizar. Para ello se utilizan diferentes pinturas acrílicas, esparcidas por pinceles o con las propias manos de las participantes. Cada una desarrolló la decoración de acuerdo a sus gustos y posibilidades creativas, recibieron orientación para desarrollar el ejercicio, pero siempre fueron ellas las encargadas de tomar la decisión.

**Siembra de una semilla como símbolo de vida, la materita será personalizada por cada adulta mayor y tendrá un mensaje alusivo a los objetivos de vida de cada persona.**

Las participantes llevan hijitos o semillas de su preferencia y las comparten al igual que la tierra para darle vida a la planta que van a sembrar. En medio de esta acción se dialoga del proceso de crecimiento de cada una, de los cuidados a tener en cuenta, las experiencias que han determinado su conocimiento de cada planta. Por último, se hace un pequeño mensaje a la planta, éste como reflejo de lo que ellos podrían decirse a sí misma para alcanzar sus objetivos y sentirse plenas.

## ENCUENTRO 4: Test de personalidad con frutas

### Descripción

#### **Ejercicios de activación: Identificación táctil de texturas y temperaturas con los objetos y las frutas**

En primer lugar se invita a los adultos a realizar algunos ejercicios de movimiento articular, luego se les pide que realicen auto masajes en sus brazos y aquellas zonas en las que sienten molestias tratando de transmitir energía a estos lugares, luego se les pide que sean conscientes de la textura de su piel y lo que representa para ellas, que color y forma tienen; luego se disponen varias mesitas para ubicar los objetos y algunas frutas aportadas por la docente, los adultos interactúan con estos objetos, reconocen sus texturas, formas y tratan asociar estos materiales a un tipo de temperatura visual.

#### **Cada adulto lleva una fruta a la clase:**

Desde el encuentro anterior se les recuerda que deben elegir una o dos frutas para llevar, entre ellas eligen y deciden llevar variedad de frutas de acuerdo a sus gustos.

#### **Analogías simbólicas y vivenciales a partir de cada fruta:**

Con base al olor, la apariencia, textura y demás características de cada fruta se comienzan a realizar similitudes que tienen con las personas, así como una persona es juzgada por su apariencia también sucede con las frutas y en ocasiones con mal interpretadas sus

propiedades a causa de las características externas que se observan. Igualmente se dialoga de lo que les gusta y lo que no de cada una de las frutas observadas y detalladas desde los diferentes sentidos.

**Tomar una foto de la fruta que más los identificó:**

Habiendo dialogado de las apariencias de las frutas y lo que agrada de cada una de ellas o lo que no tanto, cada una de las adultas busca una que se acerque más a su personalidad o sus gustos en la vida. Luego de elegirla, hablar un poco con las compañeras de su decisión se toma una fotografía de la fruta elegida para trabajar con base a ella en la siguiente clase.

**Elaboración de una ensalada comunitaria:**

Cada adulta se apropia de su fruta y la prepara para la elaboración de la ensalada, luego se recolectan todas y son vertidas en un recipiente para mezclar y agregar crema de leche y leche condensada. Ellas se encargaron de servir la ensalada, repartirse entre ellas y lavar los recipientes utilizados en todo el proceso de la preparación. En medio de la acción se dan espacios de diálogo, socialización, cercanía, sentimiento de agradecimiento y plenitud al estar participando en la elaboración del alimento que comparten.

**ENCUENTRO 5: Retrafrutarte**

**Descripción**

En esta sesión se lleva a cabo la elaboración de una tarjeta personalizada en 1/8 de cartulina para obsequiar.

**A partir de la actividad anterior, se retoma la foto de la fruta elegida y se dibuja en un pliegue de la tarjeta:**

Cada participante tiene su fotografía impresa, el papel para realizar la tarjeta, vinilos y un palito de madera. El papel es doblado a la mitad, quedando con 4 caras, en la primera realiza con pintura la réplica personalizada de la fruta que tiene en la fotografía y sólo puede hacerlo pintando con ayuda de sus dedos y el palito de madera. Aquí se exterioriza ese miedo al no controlar completamente lo que pase con la pintura y se deba solucionar de la mejor manera para darle originalidad a la creación.

**En otro pliegue se describe la relación simbólica con la fruta:**

Al reverso de esa primera cara, luego de secarse la pintura del frente del papel, se escribe esas propiedades que tiene la fruta y aquella personalidad que se le asigna de acuerdo a sus características.

**Finalmente se escribe un mensaje para la persona que recibirá la tarjeta**

En la otra cara de la tarjeta se escribe el mensaje que se desea entregar a la persona que reciba el detalle, éste es un mensaje personal y puede ser relacionado o no con la fruta o la actividad desarrollada. En este espacio cada adulta tiene la posibilidad de expresar de acuerdo a sus sentimientos hacia la persona.

## ENCUENTRO 6: Escalera “Dinámica y Alegre”

### Descripción

#### **Planeación de la elaboración de la escalera:**

En medio del diálogo se habla de la propuesta que tiene la docente para el diseño de la escalera a desarrollar. Se define qué colores llevarían las casillas, el tamaño y los detalles artísticos del juego.

#### **Distribución de tareas a cada adulto mayor:**

Para agilizar en la elaboración, cada participante tendrá la tarea de avanzar en algún elemento que llevará el tablero y se entregará listo en el encuentro siguiente para anexar al tablero ya unido del tamaño elegido. Entre ellas se asignan los elementos con los tamaños que están dispuestos a realizar y los colores que van a utilizar para equilibrar el diseño del juego.

#### **Diseño de tarjetas sorpresas:**

Como las sorpresas tienen un factor fundamental en el juego, son las mismas adultas las encargadas de elegir las penitencias o regalos que se encuentran en las tarjetas sorpresas. La docente lleva algunas propuestas, las adultas toman decisiones, eligen las que desean que se queden, las que se desechan y aquellas adicionales que ellas consideran pertinentes adicionar. Al ser estas tarjetas el medio para que

ellos tengan una actividad física para realizar en el juego, es muy importante que sean ellas las que tomen la decisión de los ejercicios que estarían o no dispuestas desarrollar jugando.

### **ENCUENTRO 7: Finalización escalera “Dinámica y Alegre”**

#### **Descripción**

**Entre todos se finaliza la elaboración de la escalera y se deja secar.**

En este encuentro se recopilan las tareas de cada una de las participantes y docente, se estructuran grupos de trabajo para finalizar en conjunto y ultimar detalles para finalizarla. Este es un encuentro de concentración, donde a ritmo de música, plática y risas entre las participantes, pausas activas para mantener la atención y el interés por la actividad, se finaliza la elaboración de la escalera y se deja secar.

### **ENCUENTRO 8: Socialización de Actividades y Creaciones**

#### **Descripción**

**En esta actividad cada adulto lleva sus invitados**

Cada adulta mayor tiene la posibilidad de invitar a un ser con quien desee compartir la experiencia que tuvo en el proyecto. Con esta persona comparte las experiencias que tuvo en cada encuentro y le da la posibilidad de observar presencialmente los resultados de todas las participantes y vivenciar los sentimientos de cada una de ellas hacia el proceso.

### **Montaje de la exposición**

Las adultas llegan minutos antes para aportar al montaje de los resultados creativos de cada una de ellas y así sentirse a gusto con la organización del espacio para su exposición con los invitados.

### **Presentación de la propuesta realizada, proceso, logros y sensaciones**

Todas las adultas dan sus experiencias y su sentir hacia el proceso llevado a cabo con la docente, los aprendizajes que tuvieron y todo aquello que desean exteriorizar o dar a conocer a los demás acerca de los encuentros.

### **Actividad lúdica con la escalera:**

La escalera se dispone en el espacio para que los participantes al cierre de la socialización se familiaricen con la dinámica y disfruten jugando un momento en compañía de las adultas.

### **Cierre de la actividad**

Como forma de agradecer tanto a los invitados como a todos los que hicieron parte del proceso investigativo y participativo, se comparte un pequeño pastel y leche con los presentes. Además, se propicia un espacio para el diálogo informal acerca de los encuentros, socializar tanto con las personas que hicieron parte como de aquellas que presenciaron los resultados.

Por último, se agradece entre participantes, invitados y docente, por los momentos vividos, las experiencias y las sensaciones que se quedan en el recuerdo.

## Evidencias fotográficas de la ejecución del Plan de Acción

**Figura 11**

*Participantes con su ejercicio “Mi tablero Bienestarina”*



**Figura 12**

*Tercer encuentro: Sembrando mis propósitos*



**Figura 13**

*Materas de algunas participantes, del ejercicio “Sembrando mis propósitos”*

**Figura 14**

*Carmen, Rosmery y Argelia picando frutas, del ejercicio “Test de personalidad con frutas”*



**Figura 15**

*Rosmery picando la papaya que compartió para el ejercicio “Test de personalidad con frutas”*



**Figura 16**

*Adultas que participaron en la preparación de la ensalada del ejercicio “Test de personalidad con frutas”*



**Figura 17**

*Fotografías de las frutas elegidas por las participantes en ejercicio “Test de personalidad con frutas”*

**Figura 18**

*Ejercicios “Retrafrutarte” de algunas adultas mayores*



**Figura 19**

*Ejercicios “Retrafrutarte” de algunas adultas mayores*

**Figura 20**

*Proceso de elaboración de “Escalera Dinámica y Alegre”*



**Figura 21**

*Carmen, Arcela y Argelia apoyando la finalización de la “Escalera Dinámica y Alegre”*

**Figura 22**

*Maria Ninfa pegando los emoticonos de las sorpresas de la “Escalera Dinámica y Alegre”*



**Figura 23**

*Adultos que asistieron a la Socialización de Actividades y Creaciones*

**Figura 24**

*Asistentes de la Socialización de Actividades y Creaciones*



#### **5.2.4.1. Fase 5: Evaluación conjunta del Plan de Acción.**

El último encuentro realizado con las adultas que hicieron parte del proceso investigativo, consistió en la socialización y exposición de las actividades desarrolladas en todos los encuentros, para el cierre del proyecto se realizó una muestra final con las creaciones artísticas de las adultas, la cual contó con la presencia de la Secretaria Local de Salud, un invitado por adulta mayor y algunos participantes en situación de discapacidad que estaban en el Centro Día.

En este espacio, adicional a la muestra y socializaciones de actividades artísticas y de actividad física realizadas, se habló de las consideraciones, experiencias, sugerencias y aportes de las adultas participantes en el proceso. Entre sus palabras y apreciaciones estuvieron la gratitud hacia la docente investigadora por la oportunidad que se les dio con la propuesta, por reunirse con ellas para escuchar sus opiniones y siempre tener en cuenta lo que ellas preferían realizar; además, las actividades siempre se podían hacer con el apoyo de los compañeros, quienes a su vez aportaban a la revisión y mejora de los ejercicios planteados, finalmente se realiza la evaluación al final de cada sesión con las sensaciones o aprendizajes que se llevaban para sus vidas.

Durante las actividades tenían uno o varios momentos de activación física, movilidad, expresión corporal; una de ellas manifiesta que se siente agradecida por la paciencia de la docente “Agradecerle a la señorita Lina por la paciencia con nosotros, porque hay cosas que no hacemos muy perfectas, pero ella siempre nos tenía paciencia” (Jiménez, A., comunicación personal, 12 de mayo de 2021). Es decir, la docente comprende los ritmos, habilidades y capacidades de cada adulta mayor, esta percepción fue manifestada en varias ocasiones por varias de ellas a lo largo de las diferentes jornadas. Las adultas no siempre fueron conocedoras de las habilidades que tenían para el movimiento o para hacer creaciones artísticas. “Esos movimientos todos raros uno no está acostumbrado a hacerlos, pero ella los muestra bien y ya uno intenta y hasta va botando la pena” (Garro, L., comunicación personal, Diciembre 2021). Cabe anotar que

los momentos de diálogo y agradecimiento fueron constantes, las participantes mantenían una comunicación permanente con la docente.

Así como ellas, en la fase diagnóstica, la ejecución y evaluación del Plan de Acción crearon un diálogo horizontal, igualmente una confianza mutua al dialogar durante los encuentros entre participantes y la docente. Diálogos referentes a sus experiencias externas a las clases, a sus conocimientos en oficios que desarrollan en el día a día o sus sensaciones con los ejercicios de los encuentros. Una de las adultas que no le gustaba hablar mucho, sólo se le escuchaba mencionar su nombre, saludo o despedida en las sesiones; ya en la socialización final se interesó por hablar de su experiencia frente a los compañeros e invitados, algo de lo mencionado por ella fue: “Ella nos anima para que hagamos las cosas, así nosotros no seamos expertos nos deja que intentemos y hagamos las actividades” (Jiménez. A., comunicación personal, 12 de mayo de 2021). Otro aporte en la socialización marcó una diferencia significativa, éste vino de uno de los hombres que tuvo la posibilidad de participar en la fase diagnóstica, pero en el Plan de Acción no fue posible porque se le cruzaba con sus clases de música del grupo de discapacidad. “Es muy bueno las clases con Lina, hablamos de lo que sentimos, de lo que nos ha pasado, ella y los compañeros nos escuchaban y eso fue muy bueno” (García. F., comunicación personal, 12 de mayo de 2021). La manifestación de estas experiencias y el origen de ellas fueron significativas en la medida que se dieron por dos personas que no hablan con mucha frecuencia y normalmente lo que dicen es lo concreto y porque lo quieren expresar con sinceridad.

Los adultos en el proceso sintieron el acompañamiento de la docente investigadora, se apropiaron de los espacios de encuentro, propusieron actividades, participaron en la toma de decisiones y se dieron la posibilidad de hacer algo diferente, aún sin saber lo que harían. Su percepción hacia el trabajo investigativo es de satisfacción hacia lo realizado en cada encuentro, muchas veces sintieron también intriga o ansiedad por lograr el cometido de la actividad; pero los mismos logros que fueron observando en el día a día les dio más confianza hacia todo lo que podrían lograr,

tanto que cumplieron con la meta de hacer a mano un juego de tres metros por tres metros. “A uno de viejo se le da más dificultad hacer las cosas, le tiemblan las manos o ya no vemos igual, pero con estas clases se relaja uno, se divierte y va aprendiendo; además que ella le explica a uno y le va ayudando a hacer las cosas, ahí uno va aprendiendo” (Valencia. M., comunicación personal, 12 de mayo de 2021)

Para los adultos que participaron en el proceso investigativo fue importante, tanto el disfrute como el beneficio que sintieron les podría dar cada uno de esos momentos de clase. “Si uno se la pasa sentado en la casa se tulle, por eso son buenas estas actividades; uno se mueve, hace cosas diferentes y comparte con otras personas de la misma edad de uno. Se puede conversar, reír, aprender y hasta se desestresa uno de los oficios de la casa” (Ríos. C., comunicación personal, 12 de mayo de 2021). Para ellos cada encuentro no fue sólo de ir a entretenerse y ya, le dieron también un valor significativo a los encuentros, viendo y sintiendo que al realizar los ejercicios disfrutaron y aportaron a su salud.

Tal fue el reconocimiento que le dieron a los encuentros que ellos mismos mencionaron algunos aspectos que se deben tener en cuenta para proyectos como estos. “El espacio que se da es muy bueno, pero se deberían hacer más actividades así y que incluyan a más personas, con más compañeros que estén en las clases y que tenga más apoyo para lo que se hace” (Pineda. A., Comunicación personal, 2021). Las adultas que participaron en la ejecución del Plan de Acción le dan importancia a los procesos artísticos, lo que les puede brindar, también lo hacen con los momentos en que hacen actividad física y no sólo en este proceso, en general se refieren a ellos con una mirada de aprecio y respeto. “Cuando hacemos gimnasia con Claudia quedamos a veces bien cansadas, nos reímos unas de otras, pero la pasamos bien y qué más que nos movemos y no estamos sólo sentadas en la casa o haciendo oficios” (Garro. L., Comunicación personal, 2021). Así que, para los adultos estos procesos si tienen significado, ellos quieren volver donde ellos se sienten bien, con este proceso investigativo lograron conectarse, disfrutar los encuentros y aprender en conjunto con las historias de sus compañeras.

### 5.2.5. *Producto lúdico - didáctico “Escalera Dinámica y Alegre”*

En el Centro Día del municipio de Caracolí se dejó el juego “Escalera Dinámica y Alegre” realizada con la ayuda de las adultas que hicieron parte del proceso del Plan de Acción. Esto como material didáctico que puede ser utilizado en diversas actividades que se desarrollen en el Programa Adulto Mayor, permitiendo la interdisciplinariedad en el juego realizado desde los ejercicios plásticos de las adultas al crearla y que requiere unos ejercicios físicos y de expresión corporal para cumplir con la dinámica del juego.

Este material surge en el planteamiento inicial de la docente investigadora del material didáctico interdisciplinario, pensando en la oportunidad de ofrecer momentos de disfrute, compartir, movimiento, creatividad y aprendizajes entre los que se unan a jugar. Pero fue realizado desde un trabajo conjunto de las adultas, con la ayuda de la orientadora de los encuentros; partiendo desde la toma de decisiones de aceptar ese juego propuesto o uno diferente, en este caso se aprobó el juego de escaleras, también las reglas, acciones que se harían en las sorpresas que tiene el juego, colores a utilizar, dimensión del tablero, materiales a utilizar, asignación de tareas y funciones de los participantes para la creación del juego. Todo esto fue concretado en dos encuentros, uno de planeación, delegación de compromisos y otro de finalización; todas las adultas aportaron en el proceso de creación.

Este material didáctico fue inspirado en el juego de mesa Escaleras y Serpientes, donde hay un tablero con cien casillas numeradas, con una casilla de inicio y otra de llegada y gana quien llegue primero a la meta. Se hacen algunas adaptaciones a la dinámica del juego entre las que se encuentran las siguientes características:

- El tablero mide tres metros por tres metros y permite un desplazamiento fácil.
- Las fichas de juegos son objetos de los participantes: Zapatos, toallas, gorras, prendas de vestir o algún otro que sea pertinente.
- El dado es liviano y es uno de los que se utiliza en otros juegos de mesa como el parqués.

- Adicional a las escaleras y serpientes hay unas casillas con emoticones que corresponden a las tarjetas sorpresas que se deben sacar y cumplir con la penitencia o actividad propuesta para avanzar en el juego.
- Las tarjetas sorpresa tienen acciones referentes a los movimientos en las casillas del juego o acciones de expresión corporal que deben realizar de acuerdo a sus capacidades.
- Quien no realice la acción que pide la tarjeta sorpresa debe lanzar nuevamente el dado y retroceder las casillas que este marque.

### **Proceso de creación:**

Se unieron varios pliegos de papel craft hasta formar los tres metros, encima se pegaron las cien casillas de diferentes colores; las adultas llevaron sus serpientes y escaleras elaboradas en cartulina para ser pintadas por ellas mismas durante el encuentro. Entre todas pintaron los emoticones que irían en las casillas de las sorpresas a realizar de acuerdo a las tarjetas que están elaboradas en cartulina con la acción que se debe ejecutar durante el juego. Entre todas se elige dónde ubicar las serpientes, escaleras y emoticones; para esto algunas se encargaban de aplicar el pegamento y otras en ubicar en las casillas. Para finalizar se da un tiempo de secado, se marcan las casillas con sus respectivos números y se plastifica por ambos lados el tablero de juego para facilitar el doblado, transporte y manipulación a la hora de jugar.

### **Figura 25**

*Proceso de secado de escaleras que estarían en el juego*



**Figura 26**

*Ensayo de doblado de Escalera plastificada para transporte*

**¿Cómo se juega?**

Se elige la cantidad de participantes, cada uno elige su objeto a utilizar como ficha, todos lanzan el dado para elegir el orden de los jugadores, iniciando aquel que tiene mejor puntuación y se van decidiendo las posiciones de acuerdo al número marcado en el orden de mayor a menor.

Cada participante va moviendo su ficha de acuerdo a lo que marque el dado, si llega a una casilla que tiene la cabeza de una serpiente debe mover su ficha hasta llegar a la casilla donde está la cola; en cambio, si llega a la base de una escalera debe subir hasta la parte superior de ésta; en el caso de llegar a un espacio con un emoticón se elige una tarjeta sorpresa y se realiza la acción ahí mencionada, en caso de no hacerlo debe lanzar nuevamente el dado y retroceder cuantas casillas marque éste. El juego finaliza cuando llega un jugador al último recuadro del tablero.

**Figura 27**

*Escalera finalizada y dispuesta en el espacio de socialización final*



**¿Por qué una escalera como material didáctico para el trabajo con adultos mayores?**

La elaboración y uso de la escalera por los adultos mayores es una muestra de todo ese potencial que tienen, las posibilidades que se pueden contemplar al momento de trabajar con ellos, pues son una población que es tan capaz de proponer, participar y evaluar todo lo concerniente a sus procesos de aprendizaje o recreación. Además, el sacar a esta población de la silla y mesa para jugar, es una propuesta que aporta al incremento del bienestar de todos aquellos que participen, pues son momentos que brindan goce en medio de la expresión, aprendizaje y desarrollo de sus potenciales; todo a través de una creación plástica elaborada por ellas mismas, que tiene como principal objetivo el mejoramiento de la calidad de vida de los adultos mayores.

## 6. Conclusiones

Esta propuesta investigativa permite dar cuenta de algunos procesos de intervención y participación de manera situada, que se pueden desarrollar a través de la formación en artes plásticas en diálogo con otras disciplinas, en este caso la actividad física, siendo esta última un derecho que tienen niños, jóvenes, adultos y personas de la tercera edad en Colombia. Ambas áreas tienen un foco central en este proceso investigativo, el bienestar integral de los adultos mayores y aportar al mejoramiento de su calidad de vida.

Siendo la Actividad física un componente de acción participativa y dinámica de la recreación, tal como se menciona en el Título II de la Ley 181 de 1995, se propicia que el ser humano a cualquier edad está en la condición legal de desarrollar o acrecentar sus potenciales y mejorar su calidad de vida con ejercicios recreativos que le permitan compartir con personas o auto reconocer su capacidad física. Todo esto tiene lugar con respecto a este proceso investigativo, pues al realizar una propuesta interdisciplinaria, se dieron formas de conexión entre el arte y la actividad física con el objetivo de aportar al bienestar integral de los adultos mayores del Centro Día del municipio de Caracolí, propiciando espacios donde puedan explorar sus habilidades artísticas, fortalecer su creatividad y atreverse a expresar a través de su cuerpo y su sensibilidad.

En esta investigación el arte, desde el campo de las plásticas, permite tener una experiencia más consciente en la manipulación de los diferentes materiales de creación artística, donde cada adulto mayor se permite experimentar nuevas alternativas con materiales que pueden ser muy conocidos o de uso cotidiano. Saber hacia dónde mover el pincel, ver sus dedos llenos de pintura, coordinar cómo recortar, organizar el paso a paso de la elaboración de los ejercicios propuestos, para desarrollarlos de la mejor manera posible y con la claridad de seguir cada una de las indicaciones.

Por otra parte, la sensibilidad que pudieron exteriorizar, descubrir o potenciar en cada momento de creación manual a través del arte como un eje central que se orienta a favorecer el bienestar de los adultos mayores del Centro Día. Aquí al trabajar el arte

conjugado con la actividad física propicia abrir momentos de análisis desde el sentir más que desde el pensamiento. Los adultos fueron sumergidos en tertulias, representaciones corporales, experimentaciones con vinilos en diferentes materiales como soporte, crear desde cero con sus propias manos y fueron momentos que al principio generaron inseguridad para atreverse a desarrollarlos por ese temor interiorizado desde la perspectiva que se ha tenido de lo bello o feo, agradable o desagradable, lo que está bien o mal; pero al permitirse dejar todo ello de lado, se dieron la oportunidad de sentir y no pensar tanto al momento de crear con sus propias manos, aún al momento de pintar, porque no siempre utilizaron pinceles para darle color a sus ejercicios artísticos.

Y es que otro aporte que dio el arte a esta investigación fue la fase de experimentación con nuevos medios de creación artística, a partir de técnicas artísticas que ya conocían, pero enfocadas en un ámbito de exploración, para aportar a su proceso creativo y brindar un bienestar más integral desde lo que ya se conoce, lo que se atreve a explorar y lo que se desea conocer.

Por su parte, la actividad física juega un papel importante en esta investigación, pues es ese punto que en ocasiones se le puede escapar a los docentes, formadores, guías de los procesos llevados a cabo con los adultos mayores; el levantarse de la silla puede hacer parte de ese principio que sería tan fundamental al momento de realizar encuentros con ellos. Cualquier área o disciplina en la que se realicen clases, talleres, reuniones, la actividad física, la expresión corporal, y la relación y reconocimiento del espacio, hacen la diferencia en la experiencia, el desempeño y significado que podría tener cada momento.

La actividad física permite tener el cuerpo enfocado en los objetivos que se desean cumplir; tener un adulto, niño, joven o adulto mayor sentado por más de una hora centrado en su compromiso de creación no es una estrategia saludable y coherente con los resultados que se desean obtener. Sin importar la actividad que se desarrolle, es necesario realizar pausas activas, moverse un poco y continuar con las actividades que se estén llevando a cabo en el colegio, trabajo o los momentos de esparcimiento;

levantarse del lugar, activar los miembros del cuerpo que no estén actuando y darle un descanso activo al cuerpo para mejorar el estado físico, cognitivo, sentimental y así permitirle al cuerpo tener un bienestar integral.

Tener una misma postura en una silla, estar con gran curvatura en la columna vertebral tirando los hombros hacia adelante y llevando mentón hacia el pecho, dejar los pies colgando de una silla o estar en una misma postura por largos períodos de tiempo, todo esto hace que la condición física se vea afectada, además de la atención e interés por lo que se está realizando. Es ahí donde la actividad física cumple su función, activar el cuerpo para mantener saludable la mente, es la expresión con la que se podría concretar ese aporte que da la actividad física al rendimiento y bienestar de las personas en los diferentes campos en que se desenvuelven.

Para este proceso investigativo la actividad física se convierte en ese aliado de las artes para cumplir con un aporte significativo al bienestar integral que se pretende brindar a los adultos mayores del municipio del Centro Día de Caracolí. Ambos saberes tienen un enfoque desde el cuerpo; en el arte es el medio por el cual se crea una propuesta artística y desde la actividad física es el cuerpo mismo, el que expresa desde movimientos por fragmentos corporales y como un todo que tiene algo por decir o exteriorizar. Ambas disciplinas llevan un diálogo en la búsqueda de la salud y el incremento de la energía en los adultos a partir de un trabajo conjunto que les permita accionar su cuerpo y mente, permitiendo que se logre un equilibrio que los lleve a mejorar su calidad de vida por medio de la acción, expresión, disfrute, creación y el sentirse útiles, independientes a través de este incremento de energía.

Reflexiones como las mencionadas anteriormente dan cuenta de la importancia que el ámbito investigativo docente desde el campo de las artes y otras líneas de formación afines continúen preguntándose por la población adulto mayor, el lugar que tienen en la sociedad, los aspectos que se deben tener en cuenta para su desarrollo. Todo esto, a través de procesos formativos que permitan a los adultos ser agentes activos, que participen, propongan, se apropien de sus espacios de aprendizaje o de esparcimiento y compartir; son ellos los que mejor conocen sus intereses, necesidades, incomodidades y

pueden dar una ruta u orientación, que lleve a todos aquellos procesos investigativos al desarrollo de acciones efectivas que aporten al reconocimiento, valoración, dinamización y activación de la población de la tercera edad del departamento y el país.

Todas estas propuestas de intervención deben considerarse ser realizadas tanto en zonas urbanas como en zonas rurales; ambos son contextos con sus propias necesidades, intereses, limitantes, sus propias historias e identidades, por tanto, son situaciones diferentes unas de otras. En la zona urbana no se presentan los mismos desgastes físicos que en la población rural, al igual pasa con la salud, la rutina diaria o las proyecciones futuras de cada contexto. Es por esto que es necesario dar una mirada a cada lugar de desarrollo de la población, conocer un poco más la población e intervenir de acuerdo a las características específicas de estas.

En la Gobernación, las Alcaldías y demás Instituciones que velen por el bienestar de los adultos mayores, es necesario que se dé mayor importancia a programas y proyectos que aporten al mejoramiento de la calidad de vida desde las diferentes dimensiones del ser, a través de los planes municipales de desarrollo, las políticas públicas y otros programas con enfoque poblacional que atienda en igualdad de condiciones a la población adulta mayor en el corto, mediano y largo plazo. El mejoramiento de la calidad de los procesos es una consideración fundamental en las acciones que se llevan a cabo, pues cada vez los intereses pueden variar de acuerdo a las necesidades que se van evidenciando y todo lo concerniente a esta población debe evolucionar y adaptarse de tal manera que se puedan propiciar los beneficios acordes al grupo focal.

Todos los beneficios que buscan aportar los programas hacia los adultos mayores deben ser pensados para toda la comunidad, eso incluye todos los estratos socioeconómicos y todas las ubicaciones geográficas de la población. Así que, todos esos procesos que plantean para la tercera edad del municipio deben cobijar zona urbana y rural, sin discriminar estrato, color o algún otro aspecto que los diferencie, esto de una manera más descentralizada que pueda conectar directamente ambos espacios, es

necesario realizar visitas periódicas para desarrollar procesos de atención con las personas más retiradas de la localidad y que hacen parte de la población Adulto Mayor.

Ahora bien, Adulto Mayor que resida en el casco urbano o no, institucionalizado o no, se debe tener presente que el proceso educativo del ser humano tiene unas fases que se deben reconocer y actuar de acuerdo al rango de edad; no son iguales los contenidos o las metodologías utilizadas en los diferentes niveles de formación, hay diferentes formas de pensar, de observar y explorar con el entorno y es pertinente actuar de acuerdo a todos esos aspectos que caracterizan cada etapa.

Para la educación con adultos mayores se ha desarrollado una disciplina educativa que viene desde la gerontología, ésta es la gerontagogía, fundamentada principalmente para la educación superior de los adultos mayores pero que reconoce las diferencias que hay en esta etapa de vida con respecto a los otros rangos de edad; además, todas aquellas características que esta población tienen y deben ser consideradas al momento de desarrollar procesos formativos.

La gerontagogía como disciplina enfocada en la formación de personas mayores tiene en cuenta que el ritmo, los tiempos e intereses son diferentes a aquellos que tendría presenta la pedagogía, pues esta está encaminada hacia la educación infantil principalmente y es una época donde se están dando las bases fundamentales para la vida de las personas. En cambio, la educación de personas mayores tiene como orientación reconocer sus prácticas de vida, ritmos, condiciones de salud, procesos de aprendizaje, entre otros, así como, mejorar su autonomía, autoestima, bienestar y en general su desarrollo integral y activo en sociedad.

Así que, es necesario encaminar todo proceso formativo, investigativo y demás, hacia unos fundamentos, estrategias, y métodos que se acomoden a la etapa evolutiva en la que se encuentra la persona. En esta investigación, es la gerontagogía como disciplina educativa que deriva de la gerontología, disciplina que estudia los adultos mayores y el envejecimiento con diferentes perspectivas, como lo son: Sociología, biología y psicología. La gerontagogía al derivar de esta disciplina tiene fundamentos al momento

de llevarse al ámbito educativo al tener presente aspectos biológicos, socio afectivos, funcionales, entre otros, que inciden en el proceso a desarrollar con esta población.

Así como, se habla de los derechos de los niños y las responsabilidades que tienen sus tutores, padres o representantes legales, también se deben reconocer las obligaciones que tiene la sociedad y el Gobierno con los adultos mayores para hacer cumplir los derechos de los cuales ellos pueden y deben gozar. Es decir, si los gobiernos centran sus acciones hacia la vulnerabilidad de los menores, también lo deben hacer con los adultos mayores quienes tienen mayor riesgo de pasar a una condición de vulnerabilidad, requieren del reconocimiento ante la sociedad y el respeto por sus derechos en acciones mancomunadas de la sociedad y los entes inicialmente municipales hasta los nacionales.

Es por ello que los municipios deben concentrar esfuerzos para brindar espacios donde los adultos puedan fortalecerse como seres integrales, por tanto, es importante alimentar y ejercitar las emociones, el cuerpo y la mente para tener un equilibrio que pueda aportar a su óptima calidad de vida. Es necesario que el Centro Día del municipio de Caracolí desarrolle propuestas acordes a las necesidades del Adulto Mayor, donde ellos sean agentes participativos de las diferentes propuestas, propongan y se apropien del espacio.

Los adultos mayores escribieron la historia y la de nuestro país, es hora que escribamos y desarrollemos propuestas para que su historia sea de personas llenas de felicidad y bienestar integral.

Las personas siempre recordamos algo o a otros por alguna marca que nos dejan, sean buenas o malas. ¿Qué huellas queremos que se recuerden, las buenas o malas que hacemos por nuestros adultos mayores? Ellos son seres llenos de vida, que llevan dentro de sus arrugas, las marcas que la vida les ha dejado en su ser.

## 7. Referencias

- Acuerdo No 7 del 28 de mayo de 2020. Por medio del cual se adopta el Plan de Desarrollo del Municipio de Caracolí (ANT), para el período 2020-2023 “Por la huella del desarrollo”. Concejo Municipal de Caracolí (ANT). [https://es.scribd.com/document/467504182/ACUERDO-07-2-compressed#download&from\\_embed](https://es.scribd.com/document/467504182/ACUERDO-07-2-compressed#download&from_embed)
- Aguirre, I. (2015). Educación artística para una comprensión del mundo crítica y emancipatoria. Hacia un movimiento pedagógico nacional Docencia. (57). [http://revistadocencia.cl/web/images/ediciones/Docencia\\_57.pdf](http://revistadocencia.cl/web/images/ediciones/Docencia_57.pdf)
- Álvarez Mendoza, E, L. (2009). El adulto mayor en la sociedad actual. Saber, ciencia y libertad. 81-88. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6261720.pdf>
- Amaya Sierra, A. F. (2017). La investigación-acción-participativa como pedagogía crítica. Un acercamiento. Noria Investigación Educativa, 1(1), 32–40. <https://revistas.udistrital.edu.co/index.php/NoriaIE/article/view/13071>
- Calzado Almodóvar, Zacarias, Ruiz Fernández, M<sup>a</sup> Isabel, Espada Belmonte, Rodrigo, & Gordillo Gordillo, María (2013). ARTE Y MAYORES: PROPUESTA PARA UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO. Revista Internacional de Psicología del Desarrollo y la Educación, 2 (1), 247-258. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349852173015>
- Carrascal, S., & Solera, E. (2014). Creatividad y desarrollo cognitivo en personas mayores. Arte, Individuo y Sociedad, 26(1), 9-19. [https://doi.org/10.5209/rev\\_ARIS.2014.v26.n1.40100](https://doi.org/10.5209/rev_ARIS.2014.v26.n1.40100)
- Carvajal, Y. (2010). Interdisciplinariedad: Desafío para la educación superior y la investigación. Revista Luna Azul. 156-169. Tomado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/luaz/n31/n31a11.pdf>

- Castellarin, M. J., & Caamaño González, L. M. (2020). Implicaciones de la educación artística en la salud, bienestar y calidad de vida de los adultos mayores. Una respuesta al envejecimiento activo. *Tercio Creciente*, (17), 7–20. <https://doi.org/10.17561/rtc.n17.1>
- Esmeraldas Vélez, E. E., Falcones Centeno, M. R., Vásquez Zevallos, M. G., & Solórzano Vélez, J. A. (2019). El envejecimiento del adulto mayor y sus principales características. *Recimundo*, 3 (1), 58-74. [https://doi.org/10.26820/recimundo/3.\(1\).enero.2019.58-74](https://doi.org/10.26820/recimundo/3.(1).enero.2019.58-74)
- Fernández. C. P. (1999). La gerontagogía: Una nueva disciplina. *Escuela abierta*, 3, 183-198. [http://www.quadernsdigitals.net/datos\\_web/hemeroteca/r\\_62/nr\\_670/a\\_9032/9032.pdf](http://www.quadernsdigitals.net/datos_web/hemeroteca/r_62/nr_670/a_9032/9032.pdf)
- Fernández. G. (2010). Tres posibles sentidos del arte en la escuela. *Revista iberoamericana de educación*. pp 23-41. <https://rieoei.org/historico/documentos/rie52a01.pdf>
- Ganoza, L & Valero, A. (2018). CATHARSIS. [Proyecto Curricular, Universidad Distrital Francisco José de Caldas]. <http://hdl.handle.net/11349/15147>
- García, A. (2005). Enseñanza y aprendizaje en la educación artística. *Revista El Artista*. <https://www.redalyc.org/pdf/874/87400207.pdf>
- Guerrero Ceh, J. G. (2020). La tercera edad: El derecho al aprendizaje a lo largo de la vida. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-74672020000100143&scRipt=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-74672020000100143&scRipt=sci_arttext)

Guevara, C. (1997). La interdisciplina y la educación artística. La Providencia. 19-25.

<https://www.raco.cat/index.php/AssaigTeatre/article/download/145439/248235>

Ley 115 del 8 de febrero de 1994. Por la cual se expide la Ley General de Educación.

Congreso de la República de Colombia.  
[https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906\\_archivo\\_pdf.pdf](https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf)

Ley 1171 del 7 de diciembre de 2007. Por medio de la cual se establecen unos beneficios a las personas adultas mayores. Congreso de la República de Colombia.

<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=27907>

Ley 1251 del 27 de noviembre de 2008. Por la cual se expiden normas tendientes a procurar la protección, promoción y defensa de los derechos de los adultos mayores. Congreso de la República de Colombia.

[https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley\\_1251\\_2008.htm](https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley_1251_2008.htm)

Ley 1276 del 5 de enero de 2009. A través de la cual se modifica la Ley 687 del 15 de agosto de 2001 y se establecen nuevos criterios de Atención Integral del Adulto Mayor en los Centros Vida. Congreso de la República de Colombia.

[https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma\\_pdf.php?i=34495](https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma_pdf.php?i=34495)

Ley 181 del 18 de enero de 1995. Por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación

Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte. Congreso de Colombia.  
[https://www.mineduccion.gov.co/1621/articles-85919\\_archivo\\_pdf.pdf](https://www.mineduccion.gov.co/1621/articles-85919_archivo_pdf.pdf)

Ley 1850 del 19 de julio de 2017. Por medio de la cual se establecen medidas de protección al Adulto Mayor en Colombia, se modifican las leyes 1251 de 2008, 1315 de 2009, 599 de 2000 y 1276 de 2009, se penaliza el maltrato intrafamiliar por abandono y se dictan otras disposiciones. Congreso de la República de Colombia.  
<https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/INEC/IGUB/ley-1850-de-2017.pdf&ved=2ahUKEwj304TdyILzAhUWRDABHbBdDjkQFnoECBwQAQ&usg=AOvVaw0vnVeZwLU-cWsDINPcQoqo>

Lineamientos generales y orientaciones para la educación formal de personas jóvenes y adultas en Colombia, 2017. Ministerio de Educación Nacional de Colombia.  
[https://www.mineduccion.gov.co/1759/articles-371724\\_recurso\\_1.pdf](https://www.mineduccion.gov.co/1759/articles-371724_recurso_1.pdf)

López, N. y Sandoval, I. (s.f.). Métodos y técnicas de investigación cuantitativa y cualitativa. Sistema de Universidad Virtual, Universidad de Guadalajara. Recuperado de  
[http://recursos.udgvirtual.udg.mx/biblioteca/bitstream/20050101/1103/1/Metodos\\_y\\_tecnicas\\_de\\_investigacion\\_cuantitativa\\_y\\_cualitativa.pdf](http://recursos.udgvirtual.udg.mx/biblioteca/bitstream/20050101/1103/1/Metodos_y_tecnicas_de_investigacion_cuantitativa_y_cualitativa.pdf)

Mejía Navarrete, J. (2004). Sobre la investigación cualitativa. Nuevos conceptos y campos de desarrollo. Investigaciones Sociales, 8(13), 277–299.  
<https://doi.org/10.15381/is.v8i13.6928>

Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (2008). Arte, cultura y patrimonio: Orientaciones pedagógicas para la educación artística y cultural. MEN. Tomado de:  
<http://www.ienavarra.edu.co/images/documentos/ESTANDARESARTISTICA.pdf>

Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (2010). Documento N°16. Orientaciones pedagógicas para la educación artística en básica y media. MEN. Tomado de: [https://www.mineduccion.gov.co/1621/articles-241907\\_archivo\\_pdf\\_orientaciones\\_artes.pdf](https://www.mineduccion.gov.co/1621/articles-241907_archivo_pdf_orientaciones_artes.pdf)

Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (2014). DIRECCIÓN DE CALIDAD PARA LA EDUCACIÓN PREESCOLAR, BÁSICA Y MEDIA SUBDIRECCIÓN DE REFERENTES Y EVALUACIÓN DE LA CALIDAD EDUCATIVA. MEN. Recursos 6. Tomado de: [https://www.mineduccion.gov.co/1759/articles-342767\\_recurso\\_6.pdf](https://www.mineduccion.gov.co/1759/articles-342767_recurso_6.pdf)

Mogollón, Eddy (2012). Una perspectiva integral del Adulto Mayor en el contexto de la educación. Revista Interamericana de Educación de Adultos, 34 (1), 56-74. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=457545090005>

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO (2016). Declaración de Incheon. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. [https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000245656\\_spa](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000245656_spa).

Plan Departamental de Cultura 2006-2020. Antioquia en sus diversas voces. Gobernación de Antioquia República de Colombia. Tomado de: [https://www.culturantioquia.gov.co/images/2020/pdf/01\\_Plan\\_Departamental\\_Cultura\\_2006\\_a\\_2020.pdf](https://www.culturantioquia.gov.co/images/2020/pdf/01_Plan_Departamental_Cultura_2006_a_2020.pdf)

Plan Nacional para las Artes 2006-2010. Ministerio de Cultura de la República de Colombia. Tomado de: <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.mincultura.gov.co/SiteAssets/Artes/PLAN%2520NACIONAL%2520PARA>

[%2520LAS%2520ARTES.pdf&ved=2ahUKEwiGoN7C7rPyAhXwQzABHbahArIQFnoECCoQAQ&usg=AOvVaw27cjNftb1\\_IzOpkboxtINO](#)

Revolución Educativa 2002-2010. Acciones y Lecciones. Ministerio de Educación República de Colombia. Tomado de: [https://www.mineducacion.gov.co/1759/articulos-242160\\_archivo\\_pdf.pdf](https://www.mineducacion.gov.co/1759/articulos-242160_archivo_pdf.pdf)

Ríos, G, Stalin, A. (2005). Enseñanza y aprendizaje en la educación artística. El Artista, (2), 80-97. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=87400207>

Unesco. (6-9 de marzo de 2006). Hoja de ruta para la educación artística [sesión de conferencia]. Conferencia Mundial sobre la Educación Artística: Construir capacidades creativas para el siglo XXI, Lisboa. [http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/HQ/CLT/CLT/pdf/Arts\\_Edu\\_RoadMap\\_es.pdf](http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/HQ/CLT/CLT/pdf/Arts_Edu_RoadMap_es.pdf)

Ureña Bonilla, P. (2005). ACTIVIDAD DEPORTIVA Y ADULTO MAYOR. Revista ABRA, 25(34), 157-177. Recuperado a partir de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4792295.pdf>

Velilla, J. (2020). Concepción calidad de vida en el Adulto Mayor del Programa de Colombia Mayor del municipio de Puerto Berrío. [Trabajo de grado, Universidad de Antioquia]. <http://hdl.handle.net/10495/15508>

Villar Poblete, C. (2016). Líneas de expresión: Una experiencia de arte terapia con adultos mayores en contexto comunitario. [Tesis posgrado, Universidad de Chile]. Disponible en <http://repositorio.uchile.cl/handle/2250/143195>

Zamarrón, M. (2007). Envejecimiento Activo. [http://www.masterdependencia.es/pdf/envejecimiento\\_activo\\_zamarron.pdf](http://www.masterdependencia.es/pdf/envejecimiento_activo_zamarron.pdf)

Zapata, J. (2005). Heutagogía más allá de la Andragogía en educación superior para estudiantes adultos. ResearchGate. pp 1-4.  
[https://www.researchgate.net/publication/279910850\\_Heutagogia\\_mas\\_alla\\_de\\_la\\_Andragogia\\_en\\_educacion\\_superior\\_para\\_estudiantes\\_adultos](https://www.researchgate.net/publication/279910850_Heutagogia_mas_alla_de_la_Andragogia_en_educacion_superior_para_estudiantes_adultos)