



## MEMORIZARTE

Estrategias didácticas en artes para el desarrollo de una vejez activa, Hogar Colonia  
Belencito de la ciudad de Medellín (2020 – 2022)

### PRESENTADO POR:

María Paulina Herrera Pulgarín  
Gelma Nazareth Higuera Alvarado  
Adriana María Pérez Olarte

### TRABAJO DE GRADO

Para optar al Título Profesional  
Profesionalización en Educación: Artes Plásticas

### ASESORA

Yamile Andrea Serna González  
Lic. en Educación artes plásticas Universidad de Antioquia  
Mg. en Gestión cultural Universidad de Antioquia

FACULTAD DE ARTES - DEPARTAMENTO DE ARTES VISUALES  
UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA

Medellín  
2022

<b>Cita</b>	(Herrera Pulgarin, Higuera Alvarado & Pérez Olarte, 2022)
<b>Referencia</b>	Herrera Pulgarin M. P., Higuera Alvarado G. N. & Pérez Olarte A. M., (2022)
<b>Estilo APA 7 (2020)</b>	<i>Estrategias didácticas en artes para el desarrollo de una vejez activa, Hogar Colonia Belencito de la ciudad de Medellín (2020 – 2022)</i> [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.

Grupo de Investigación Arteducación.

Centro de Investigación Facultad de Artes.



Seleccione biblioteca, CRAI o centro de documentación UdeA (A-Z)

**Repositorio Institucional:** <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - [www.udea.edu.co](http://www.udea.edu.co)

**Rector:** John Jairo Arboleda Céspedes

**Decano/Director:** Gabriel Mario Vélez Salazar

**Jefe departamento:** Julio Cesar Salazar Zapata

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

## DEDICATORIA

Este proyecto de investigación lo dedicamos a todas las personas que han pasado por nuestras vidas desde lo académico y lo social, los cuales nos han dejado reconocimientos con palabras y hechos, empezando por las personas mayores del **Hogar de Larga Estancia Colonia Belencito** que hicieron posible que esta investigación se realizará de la manera más maravillosa, donde esas canas, arrugas y pecas solo reflejaban alegría cuando compartimos con ellos cada momento. A todos ellos les agradecemos por la felicidad que nos aportaron en nuestros saberes como así mismo, a nuestras vidas.

## **AGRADECIMIENTOS**

El presente trabajo de investigativo lo dedicamos a nuestros padres con quienes tuvimos la oportunidad de crecer y aprender de sus grandes enseñanzas; nos sentimos privilegiadas de ser sus hijas; A nuestros hermanos gracias por su apoyo incondicional.

Agradecemos a los docentes de la facultad de artes plásticas y a la Universidad de Antioquia por direccionarnos en este proceso y permitirnos aprender a crecer profesionalmente.

A nuestros esposos e hijos, quienes nos dieron su apoyo incondicional y que siempre tuvieron esa paciencia para acompañarnos en cada momento de este proceso educativo y el cual logramos este nivel, que hoy tenemos, gracias por acompañarnos para alcanzar estos sueños y metas.

## RESUMEN

*MemorizArte* es una investigación que tiene como propósito desarrollar procesos de formación en artes con la población persona mayor del Hogar de Larga Estancia Colonia Belencito, del programa AMAUTTA de la Alcaldía de Medellín, a través de la creación de diversas estrategias didácticas en artes, que contribuyan al mejoramiento de las capacidades cognitivas y socio afectivas de las personas mayores, así como a la promoción de su bienestar y al mejoramiento de la calidad de vida.

Este es un proyecto de inclusión en el cual las personas mayores tienen la posibilidad de acceder a unos espacios creativos, orientados a la recuperación de la memoria colectiva e individual a través de las artes plásticas como eje central, y de forma multidisciplinario con la literatura, la narrativa, la biodanza y el arte terapia.

Esta investigación se desarrolla a partir de la metodología Investigación, acción y participación (IAP), la cual favorece el reconocimiento, valoración, activación de los saberes, prácticas de la población persona mayor, así como sus expectativas, deseos y necesidades, esto se descubre a partir del arte, sus lenguajes y sus significaciones.

## PALABRAS CLAVE

Persona mayor, estrategias didácticas, creación activa, procesos artísticos, bienestar, calidad de vida, vejez activa y memoria.

## **ABSTRACT**

MemorizArte is a research that aims to develop training processes in the arts with the elderly population of the Colonia Belencito Long Stay Home, of the AMAUTTA program of the Mayor's Office of Medellin, through the creation of various didactic strategies in the arts, which contribute to the improvement of cognitive and socio-affective capacities of the elderly, as well as to the promotion of their well-being and the improvement of their quality of life.

This is a project of inclusion in which the elderly have the possibility of accessing creative spaces, oriented to the recovery of the collective and individual memory through the plastic arts as a central axis, and in a multidisciplinary way with literature, narrative, biodance and art therapy.

This research is developed from the methodology Research, Action and Participation (IAP), which favors the recognition, valuation, activation of knowledge, practices of the elderly population, as well as their expectations, desires and needs, this is discovered from art, its languages and meanings.

## **KEY WORDS**

Older person, didactic strategies, active creation, artistic processes, well-being, quality of life, active old age and memory.

## CONTENIDO

INTRODUCCIÓN .....	9
JUSTIFICACIÓN.....	10
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	12
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA.....	15
OBJETIVO GENERAL .....	15
OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	15
MARCO TEÓRICO .....	16
Antecedentes .....	16
MARCO CONCEPTUAL .....	19
MARCO LEGAL .....	36
MARCO CONTEXTUAL.....	41
Historia de la colonia belencito .....	42
METODOLOGÍA .....	44
MEMORIZARTE.....	46
Primera etapa. Diagnóstico .....	46
Segunda etapa. Diseño del plan de acción: talleres .....	55
Tercera etapa. Ejecución e implementación del plan de acción.....	58
Cuarta Etapa post-investigación: Puesta en práctica del IAP y I Evaluación del plan de acción.....	75
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	81
REFERENCIAS.....	87
ANEXO .....	91
Anexo 1. Glosario.....	91

**LISTA DE FIGURAS**

<b>N°</b>	<b>Descripción</b>	<b>Pág</b>
1	Estructura de la memoria en las tres etapas	24
2	Plan Gerontológico 2017-2027	28
3	Ubicación geográfica Hogar Colonia Belencito	41
4	Fases de la Metodología IAP	46
5	Personas mayores del Hogar de Larga Estancia Colonia Belencito	48
6	Tabulación de los resultados de las encuestas (I)	51
7	Tabulación de los resultados de las encuestas (II)	52
8	Talleres artísticos	56
9	Mural de sensibilización	57
10	Taller de biodanza	58
11	Remembranza	75
12	Bitácora personal de la investigadora María Paulina Herrera Pulgarín I	76
13	<i>Bitacora personal de la investigadora. María Paulina Herrera Pulgarín (II).</i>	77
14	Bitácora personal de la investigadora Gelma Nazareth Higuera Alvarado	78
15	Bitácora personal de la investigadora Adriana María Pérez Olarte (I)	79

**LISTADO DE TABLAS**

<b>N°</b>	<b>Descripción - Autor</b>	<b>Pág</b>
1	Resumen de leyes colombianas para la persona mayor	38
2	Contexto MemorizArte	41
3	Lista de participantes del Hogar de Larga Estancia Colonia Belencito	47
4	Encuesta de percepción de bienestar Colonia Belencito	50
5	Opiniones frente a la percepción del resultado de las encuestas	53
6	Transcripción de la entrevista a los profesionales del Hogar Colonia Belencito	54
7	Taller de expresión corporal y artística biodanza	58
8	Taller de expresión artística	64
9	Taller de memoria	70

## INTRODUCCIÓN

MemorizArte es un trabajo de inclusión social en artes plásticas para la persona mayor de la Colonia Belencito de Medellín. Se ejecutó por la necesidad de generar cambios significativos en las personas mayores mejorando su calidad de vida, unas condiciones de vida más dignas y justas. La respuesta más clara fue la formación para el conocimiento de la realidad mediante una educación liberadora en artes plásticas.

MemorizArte se implementó como talleres educativos en artes a un grupo de 30 adultos mayores de la Colonia Belencito de Medellín, utilizando estrategias didácticas en artes para el desarrollo de una vejez activa. La metodología empleada se sustentó en el enfoque de la Investigación Acción Participativa (IAP), caracterizada, según Fals-Borda y Brandao (1987), por “la forma colectiva en que se produce el conocimiento, y la colectivización de ese conocimiento” (p.18).

Se hizo un reconocimiento a las personas mayores de su inteligencia y capacidad de responder a un proceso educativo, hecho que generó cambios significativos que pueden aportar a la transformación social y a la vez deducir que posibilidades reales se tienen para mejorar las condiciones de vida. Se aplicaron algunas técnicas de andragogía orientadas al proceso de enseñanza y aprendizaje del adulto promoviendo sus potencialidades y decisiones a partir de sus experiencias personales, anécdotas, análisis de lectura, síntesis, infografía, reflexiones grupales e individuales, biodanza, narrativa literaria y arte terapia.

También se realizaron ejercicios de exploración de la memoria a corto y a largo plazo, la memoria semántica y episódica; se realizaron talleres educativos en artística; se aplicaron encuestas de percepción del bienestar, se analizaron los resultados de estas, se elaboró una bitácora de las memorias y se socializaron las experiencias

## JUSTIFICACIÓN

Se considera que las artes plásticas son aplicables en cualquier etapa de la vida donde se pueden descubrir talentos ocultos o que no se han desarrollado, es así, como se propone la presente investigación con las personas mayores de la Colonia Belencito de la ciudad de Medellín, la cual tiene como propósito reconocer a través del arte, sus saberes y experiencias de vida, como una forma de apropiación y valoración de su legado. El arte contribuye al desarrollo y afianzamiento de la sensibilidad, la creatividad, el reconocimiento de sí, crea otras formas de comunicación e interacción con los otros y el entorno.

Ahora bien, es necesario mencionar, la subvaloración y carencias a las que se enfrenta esta población mayor a nivel social, por sus condiciones físicas, el deterioro cognitivo, las problemáticas de salud, la falta de oportunidades económicas, y las dificultades para acceder a diversas ofertas en lo social y cultural entre otros.

Es así que tiene lugar esta investigación focalizada en la persona mayor. Este concepto fue planteado por la Organización de Estados Americanos (OEA) en la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores (OEA, 2008).

Por lo tanto, dar voz y protagonismo a la persona mayor en la presente época es una premisa inaplazable y un compromiso de las actuales generaciones. Es necesario retribuir y corresponder como sociedad a quienes han sido los coautores de la sociedad actual; fortalecer por medio de una apuesta pedagógica centrada en las artes, reconocer los múltiples talentos artísticos y capacidades de los participantes de este proyecto.

Las estrategias propuestas en esta investigación, se orientan al desarrollo de una vejez activa que promueve el bienestar, la memoria, la creación y la participación, por medio de diversas acciones creativas y vivenciales, como: el diseño de biografías colectivas, que exponen por medio de la bitácora, ilustraciones, escritos, pinturas, fotografías, vídeos, tejidos y otros; los imaginarios, vivencias, expectativas de la población y de la persona mayor. Todas las acciones artísticas y pedagógicas sustentadas desde la narrativa, generan

grandes acciones proyectivas desde lo visual y lo sonoro, permitiendo a los espectadores reconocer y valorar las historias de vida de los participantes.

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La población a la cual está dirigida esta investigación son las personas mayores del Hogar de Larga Estancia Colonia Belencito, las cuales tienen diversas necesidades, emocionales, psicológicas, sociales, intelectuales y afectivas sin redes de apoyo, con dificultades de salud y/o ingresos económicos insuficientes o inestables. El abandono es una de las causas por las cuales la persona mayor llega a estos espacios, sin embargo, también se consideran razones económicas, riesgo habitacional, inseguridad alimentaria o permanencia en calle.

Debido a estas condiciones, a través de estrategias didácticas se genera bienestar, aprovechamiento del tiempo libre, conocimientos artísticos donde se desarrollan nuevos talentos, se activa la memoria y la participación lo cual genera nuevos conocimientos. El arte es una herramienta muy poderosa y no tiene límite de edad, de condición social, física, mental y contribuye a una vejez activa.

La Constitución Política de Colombia (1991) establece en su artículo 46 que El Estado la sociedad y la familia concurrirán para la protección y la asistencia de las personas de la tercera edad y promoverán su integración a la vida activa y comunitaria. El estado le garantizará los servicios de seguridad social integral y el subsidio alimentario en caso de indigencia. (tít.2, cap. 2, art. 46)

También está la Ley 1251 de 2008, cuyos fines son lograr que los adultos mayores sean partícipes en el desarrollo de la sociedad, teniendo en cuenta sus experiencias de vida, mediante la promoción, respeto, restablecimiento, asistencia y ejercicio de sus derechos.

La Constitución Política Colombiana (1991), establece que las personas mayores son garantes a los servicios de una seguridad social integral, con subsidios de alimentación, salud, ayuda económica, por una vejez justa y digna donde las gobernaciones y las administraciones locales, se hacen responsables de garantizar la obligación de los derechos de las personas mayores.

Desde el gobierno nacional, las administraciones locales, los actores, y organizaciones de la sociedad civil se ha logrado la creación de políticas públicas con el propósito de direccionar, formular, coordinar y gestionar las políticas, planes, programas y proyectos estratégicos de prevención, promoción, intervención y asistencia de las personas mayores, que contribuyan al mejoramiento de las condiciones de vida de esta población. Algunas de las normas más importantes en este ámbito a nivel nacional como a nivel municipal de Medellín son la Política Nacional de envejecimiento y vejez 2007-2019, Política pública de envejecimiento y vejez 2011-2020, Decreto 1431 del 10 de septiembre de 2014, Acuerdo Municipal 04 de 2008, Acuerdo Municipal 08 – 2012 y la Política Pública De Envejecimiento Y Vejez Plan Gerontológico 2017-2027.

Lo anterior connota la necesidad de desarrollar proyectos de inclusión en diferentes dimensiones del ser humano, para la atención e integración activa de la persona mayor, por tal razón, se realiza esta investigación en el Hogar Colonia Belencito de la ciudad de Medellín, para que sus residentes tengan la posibilidad de acceder y participar en unos espacios que promueven la creatividad y la recuperación de la memoria colectiva e individual por medio del desarrollo de diversas estrategias didácticas en artes plásticas, diversos lenguajes artísticos y los relatos autobiográficos, como lo menciona el artista alemán Joseph Beuys con su frase "todo ser humano es un artista" (Kummetz, 2016) hace referencia a la importancia del lenguaje como forma de expresión; las artes plásticas y la palabra hacen una sinergia perfecta en la recuperación de la memoria.

El Hogar Colonia Belencito de Medellín, requiere del apoyo constante de un grupo interdisciplinario conformado por gerontólogos, fisioterapeutas, terapeuta ocupacional, médicos, trabajadora social, psicólogos, maestros en artes plásticas, artes escénicas, música, un profesional en psicología con especialización en gerontología y en psiquiatría. La falta de presupuesto dificulta la contratación del equipo necesario para atender integralmente a los residentes del hogar que, a su vez, permita la aplicación de diferentes diagnósticos oportunos en salud y a nivel psicosocial.

Con respecto al ámbito de las artes, estuvo durante dos años la profesional María Paulina Herrera Pulgarín, con formación en artes plásticas y diseño gráfico, quien realizó diversos proyectos artísticos con las personas mayores dando a conocer que el arte contribuye a un mejoramiento del bienestar, la memoria, la creación y la participación.

Es necesario el desarrollo de una propuesta pedagógica centrada en el adulto mayor, con una perspectiva sensible a través de las artes, que permita el reconocimiento, la valoración y la apropiación de los saberes, tradiciones, arraigos de la población persona mayor. ¿En qué medida el aprendizaje de las artes plásticas por parte de la persona mayor aporta al mejoramiento de su bienestar emocional, cognitivo y relacional?

Desde la pedagogía y las artes plásticas se pueden implementar acciones que contribuyan a una intervención activa de la persona mayor, promoviendo y fortaleciendo ejercicios creativos que permitan el desempeño mental y emocional a través de los sentidos, rescatando la importancia de la memoria histórica por medio de la narración individual o colectiva; permitiendo así, la estimulación de sus múltiples habilidades, para generar en ellos una reconstrucción de sus vidas a través de diferentes actividades artísticas, las cuales generan un proceso de saberes y el reconocimiento de su propia identidad.

Como dice Méndez (2002) al intentar explicar cuál es la naturaleza del conocimiento humano partiendo de las ideas constructivistas, el aprendizaje no es un sencillo asunto de transmisión y acumulación de conocimientos, sino "un proceso activo" por parte de la persona mayor que ensambla, extiende, restaura e interpreta, y por lo tanto "construye" conocimientos partiendo de su experiencia, memorias, biografías e integrándola con la información que recibe creando nuevas narrativas y sentidos de vida (p.2).

## **PREGUNTA PROBLEMATIZADORA**

¿Cómo fortalecer a través de estrategias didácticas en artes el bienestar, la memoria, la creación activa y la participación, de la población persona mayor del Hogar de Larga Estancia Colonia Belencito en la Ciudad de Medellín, que contribuya al desarrollo de una vejez activa?

## **OBJETIVO GENERAL**

Fortalecer a través de estrategias didácticas en artes, el bienestar, la memoria, la creación activa y la participación, de la población persona mayor del Hogar de Larga Estancia Colonia Belencito de la ciudad de Medellín, que contribuya al desarrollo de una vejez activa.

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Establecer diferentes aspectos conceptuales y metodológicos concernientes al uso de estrategias didácticas en artes con población persona mayor.
- Implementar estrategias didácticas en artes, centradas en el bienestar, la memoria, la creación y la participación con población persona mayor del Hogar de larga Estancia Colonia Belencito, que contribuyan al desarrollo de una vejez activa.
- Realizar una exposición, y una bitácora de la memoria que sirva como propuesta de integración, creación y proyección para la población persona adulta mayor del Hogar de Larga Estancia Colonia Belencito.

## MARCO TEÓRICO

El presente marco teórico tiene como fin exponer los referentes que ayudaron a ubicar la indagación conceptual. Estos referentes también favorecieron la toma de decisiones en la estructuración y la estrategia metodológica del Hogar de Larga Estancia Colonia Belencito. Cabe anotar que relacionan aspectos relevantes partiendo de un contexto general que comprende tres componentes fundamentales, a saber: la persona mayor como sujeto de vejez, envejecimiento; las acciones que desarrollan los adultos mayores en relación con los conceptos de práctica artística y educativa; y las posibilidades de empoderamiento que otorgan los procesos artísticos de las personas mayores para una vejez activa. Estas experiencias investigativas dan cuenta de los retos y continuos interrogantes que surgen al encontrarse con este entorno, el cual es necesario concentrar esfuerzos a favor de esta población.

### Antecedentes

Ganoza-Martínez *et al.* (2018) en su *Proyecto de Investigación Educación Artística con Adulto Mayor* proponen hablar sobre la interdisciplinariedad del arte como generador de canales de comunicación para las personas mayores. Esta investigación se realizó con la población del Hogar Centro de Atención San Pedro Claver en la ciudad de Bogotá, y formuló una propuesta metodológica que buscó dar respuesta al problema a través de talleres desde la didáctica artística como un proceso que generó canales de comunicación y expresión en los adultos mayores atendiendo sus diversos estados físicos, emocionales, sociales y psíquicos. Finalmente, el análisis de los resultados arrojados durante el trabajo de campo fueron las funcionalidades de múltiples alternativas que se encontraron durante la ejecución de los encuentros para comprender y expresar sus formas de actuar, sentir y pensar. Del mismo modo se hace un análisis específico de las acciones, derechos y deberes del Estado, en esta sociedad para las personas mayores.

Castellarin y Caamaño-González (2020) en *Implicaciones de la Educación Artística en la Salud, Bienestar y Calidad de Vida de los Adultos Mayores. Una Respuesta al Envejecimiento Activo* describieron su experiencia como docentes de talleres de expresión artística, talleres destinados a mejorar la salud y calidad de vida de personas adultas mayores. Cada uno de los encuentros se pensaron en la integración de las personas mayores como un aporte a la calidad de vida desde el bienestar colectivo para consolidar lazos de bienestar individual y grupal, siendo fundamental la creatividad en el momento de desarrollar las acciones artísticas, viabilizando una gestión emocional pertinente para un impacto positivo en el momento de encontrarse con una realidad de momentos positivos y de goce para, así, satisfacer los deseos y las necesidades propias. Los encuentros artísticos son espacios para transitar la vejez, enfatizar el vivir cada momento desde los campos biológico, cognitivo, psicológico y social.

Marín-Estrada (2021) en *Arte y Gerontagogía: Una Propuesta de Intervención y Participación Interdisciplinaria para el Adulto Mayor en el Centro Día del Municipio de Caracolí, Antioquia* realizó su laboratorio artístico con una población de edades que oscilaron entre los 50 a los 90 años. Esta es una investigación gerontagógico - artístico interdisciplinaria entre el arte y la actividad física, 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 gerontagógico gerontología orientan, dinamizan y sitúan el proceso pedagógico en función de las capacidades y posibilidades de aprendizaje de la persona mayor de forma multidimensional, con el objetivo que este se sienta activo, participe e íntegro en su desarrollo personal y social.

Utilizó la IAP como metodología, pues buscó 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. Se facilitó el fomento del diálogo horizontal y activo entre la investigadora y la población de adultos mayores que

hicieron parte de la propuesta. 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.

La investigación de Marín-Estrada (2021) presenta un diagnóstico de la población persona mayor en un contexto similar al de la presente investigación, es decir, en condiciones de vulnerabilidad, exclusión de la familia, abandono, soledad, y la forma como se ponen en diálogo estas condiciones con las artes plásticas, el movimiento y la participación. También apunta a la intervención y participación de carácter gerontagógico-artístico a través de estrategias pedagógicas en artes que contribuyan al mejoramiento del bienestar integral, envejecimiento activo y calidad de vida, elementos que son parte fundamental de nuestra investigación. Se puso en diálogo la música, el movimiento corporal, la gastronomía y las artes plásticas

## MARCO CONCEPTUAL

La educación de las personas mayores es una realidad incuestionable en las sociedades contemporáneas. Los factores sociales, culturales y políticos que han permitido el desarrollo y la consolidación de diversas experiencias educativas orientadas a los adultos mayores son motivo de estudio de los científicos sociales. En este apartado partimos del reconocimiento de que los dispositivos educativos y recreativos orientados a las personas mayores son organizaciones sociales instituidas para generar acciones positivas que permiten apuntar las posibilidades de un envejecimiento exitoso y una vejez activa. (García-Araneda, 2007, p.53; Yuni, 2000, p.89).

Sobre las estrategias didácticas y procesos creativos Martínez-Salanova (1994) plantea que todo aprendizaje no mecánico del ser humano es algo que se sedimenta en la memoria. Sin embargo, aprender no significa solamente retener lo aprendido en la memoria sino, ante todo, aumentar continuamente la propia capacidad de usar, de tal manera, las experiencias vividas y los conocimientos adquiridos que surja de allí para una perfectibilidad del comportamiento humano, más humano, en el sentido de un mayor autodomínio de la propia conducta y del mundo. Aprender es, modificar perfectamente la propia conducta, según lo aprendido. Lo aprendido se convierte en una especie de sistema centralizador a partir del cual comienzan a cambiar los demás aspectos de la personalidad.

Las personas se plantean muchas preguntas y una de ellas es sobre el tiempo que vivirán, ¿qué se puede hacer para envejecer bien? Mantener nuestra salud bien controlada, una nutrición adecuada, actividad física y chequeos regulares suele ser la respuesta correcta. Pero también es importante considerar otras actividades aparentemente insignificantes que pueden beneficiar la salud de las personas mayores. Una de estas actividades o estrategias para una vejez activa son las artes.

Si bien la extensión de la vejez o los llamados “años dorados” pueden ser una bendición, los desafíos incluyen el deterioro de la salud, el aislamiento social, la

pérdida de seres queridos y las transiciones de la vida. Las actividades artísticas que más se han investigado y recomendado para los adultos mayores son:

- **Las artes visuales.** Como la pintura, el dibujo y la escultura, que generan aumentos en el compromiso social, la salud psicológica y la autoestima.
- **Las clases de baile.** Refuerza la cognición y las habilidades motoras, e incluso disminuye la probabilidad de desarrollar demencia más adelante en la vida.
- **La escritura.** La importancia de una estimulación personal, el desarrollo de la memoria y las funciones mentales.
- **Tocar un instrumento musical.** Tiene innumerables efectos positivos, incluida la reducción del riesgo de demencia.
- **El canto.** Medio para mejorar la salud mental y el bienestar subjetivo, es decir, la calidad de vida.
- **El teatro – artes escénicas:** Ayudan a una retención gráfica de la memoria donde por medio de lo sonoro, lo gráfico y lo corporal se puede avanzar en el proceso expresivo de cada uno de ellos.
- **Actividad Física.** La importancia de estar siempre activo es fundamental para la salud para así evitar la pérdida de la masa muscular, evitar huesos descalcificados (osteoporosis), los cambios del sistema cardiovascular y respiratorio y alteración en las defensas, entre otras. El propósito es siempre tener calidad de vida para un mejor estado. Salidas de campo: Acciones más importantes para fortalecer la salud mental de las personas mayores son las salidas de campo, ya que esto les permite tener unos espacios de encuentro positivos desde lo emocional, como asimismo desde lo sentimental es importante para ellos compartir otros espacios con sus pares, por fuera de la institución, porque esto les alivia su estado de salud corporal y mental.

- **Encuentros intergeneracionales:** Estos son espacios de aprendizaje y enseñanza donde las personas mayores por su tiempo de vida tienen más experiencia que la juventud y de esta manera se pueden realizar acciones interactivas donde la tecnología también la puede aplicar para este proceso, ya que los jóvenes enseñan lo que es la modernidad y las personas mayores enseñan lo que habían vivido en su pasado dando a conocer lo que es el cambio arquitectónico o el cambio cultural que se mezcla con el pasar del tiempo.

Otro desafío que plantea la extensión de la vejez es la pérdida de la memoria.

Luis Buñuel decía que “hay que haber empezado a perder la memoria, aunque sea solo a retazos, para darse cuenta de que esta memoria es lo que constituye toda nuestra vida” (Vásquez-Ochoa, 2020, p. 21).

Hablar de memoria es referirnos a una función de nuestro cerebro, el cual nos da la posibilidad de recopilar, catalogar, clasificar y archivar información de todo tipo de acción que adquirimos en el recorrido de nuestras vidas, a través de las experiencias y aprendizajes que vamos tomando en el transcurso de los años y así, con el tiempo, poder recuperar cada momento dado cuando lo necesitemos.

A través de los años un individuo ha registrado y reteniendo información por medio de sus sentidos (gusto, visión, tacto, olfato y audición). Es fundamental generar acciones cognitivas en el día a día para que la memoria siempre este activa, lo cual es importante porque demuestra la capacidad del ser humano de almacenar una gran cantidad de información. La memoria le permite a cada ser humano tener un enfoque coherente y continuo sobre sus vidas, desde el presente hasta el pasado. La memoria despierta los recuerdos, siendo el recordar una de las grandes capacidades que tiene cada ser humano, influyendo en la experiencia y el aprendizaje adquiridos con el tiempo.

Con respecto al documento, Qué es la Memoria de Trabajo o Memoria Operativa (s. f.), la memoria está constituida por tres fases y en cada una de ella se distingue un tipo de memoria:

La fase de recuperación es donde la información se convierte en recuerdos o en archivos mentales, en el cual se actualiza la información de manera gradual para así volver a la conciencia y poder regresar a la memoria de manera ligeramente cambiante.

Esta fase está asociada a la memoria inmediata o memoria sensorial, la cual está directamente relacionada con la información que aparece en los órganos y los sentidos, allí la información llega y permanece mientras se olvida o se archiva. Esta memoria es atravesada por medio de estímulos externos o internos desde lo sensorial, emocional, sentimientos etc. Los cuales prestan algunas etapas emocionales de acuerdo con la importancia o simplemente puede aparecer otro tipo de señal y se pierden cuando se cambia alguna etapa emocional.

La fase de almacenamiento es aquella donde la información es retenida en la memoria a corto plazo y a largo plazo. Se asocia con la memoria declarativa o explícita la cual permite realizar ejercicios con recuerdos de experiencias vividas, momentos y elementos memorables por medio de acciones y palabras. Esta memoria se encuentra fraccionada en dos: la memoria semántica, la cual almacena información de todo tipo de conocimientos adquiridos en la vida como lo es la cultura general; y la *memoria episódica*, la cual recopila y organiza los hechos y acciones personales de cada uno, en sus propios momentos de vida, como son sus experiencias lo cual cada individuo tiene conocimiento de ello y es conocido como memoria autobiográfica.

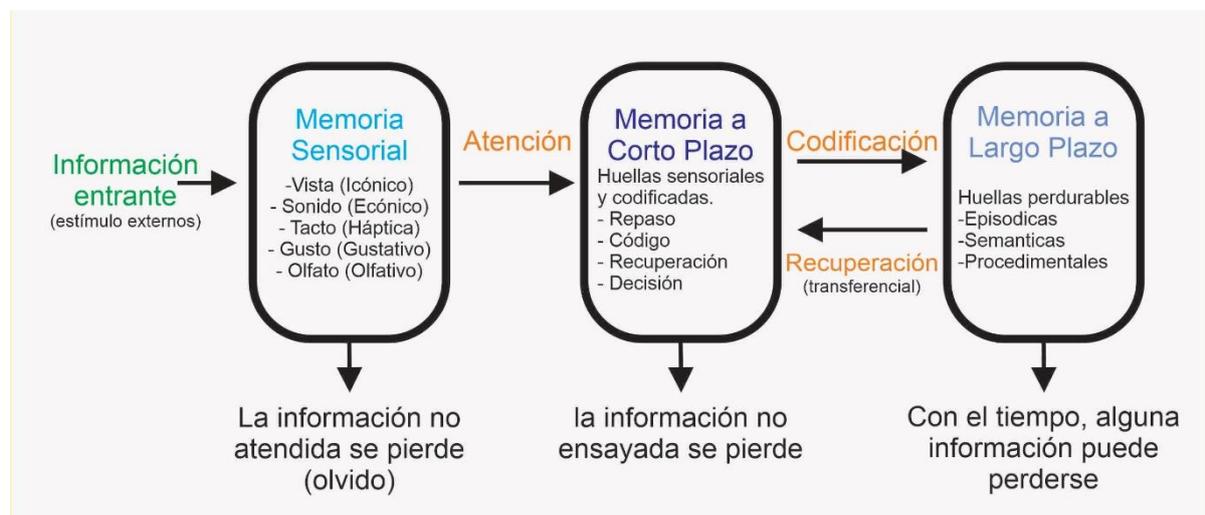
La fase de registro o codificación es aquella donde la información se transforma en códigos verbales, visuales y sensoriales, los cuales se manejan independientemente y se pueden reflexionar mediante el lenguaje y las acciones. Se asocia con las memorias: a) implícita o declarativa, permitiendo que la información apunte más a las habilidades de las que no se es consciente; b) procedimental, las costumbres y destrezas repetitivas de las

que no se es consciente; y c) condicionamiento, que es un aprendizaje asociativo donde la información es relacionada por medio del estímulo y respuesta.

De acuerdo al documento, Qué es la Memoria de Trabajo o Memoria Operativa (s. f.) se plantea un **modelo** multialmacén de la memoria. La idea central es que la memoria no es una entidad única, sino que está compuesta por distintas estructuras que pueden representarse gráficamente como tres “almacenes” que conforman el sistema de la memoria: sensorial, memoria a corto plazo y memoria a largo plazo. Estos almacenes están conectados por una serie de procesos de control que dirigen el flujo de información entre ellos. De esta forma, la información detectada por nuestros órganos de los sentidos entra en la memoria sensorial, en la que persiste durante un brevísimo intervalo (de 0,25 a 0,5 segundos) tras el cual se desvanece si no es atendida.

**Figura 1.**

*Estructura de la memoria en las tres etapas*



*Fuente: Elaboración propia a partir del documento, Qué es la Memoria de Trabajo o Memoria Operativa (s. f.)*

Siguiendo el texto *Qué es la Memoria de Trabajo o Memoria Operativa (s. f.)*, en caso de que la información sensorial se atienda se ingresa en la memoria a corto plazo y, entonces, solo si la información se repasa (se ensaya), se transfiere a la memoria a largo plazo, un almacén ilimitado que puede mantener la información indefinidamente. Si no se lleva a cabo la repetición, o ensayo de mantenimiento, la información se perderá. Este enfoque supone que el mantenimiento de la información en la MCP y su ensayo (repetición) garantiza su transferencia a la MLP algo que ha sido cuestionado; al igual que el planteamiento de que la memoria a corto plazo y la memoria de trabajo (memoria operativa) son lo mismo.

La memoria es como un álbum de los recuerdos, en el que cada una de esas imágenes traen sentimientos y emociones. Para esta investigación tocar algunos temas relacionados con sus vidas fue de gran importancia ya que todos y todas querían ser partícipes de lo que se vivenciaba en los talleres, uno de los temas trabajados fue sobre las historias de vida, donde se puede decir que esto es memoria autobiográfica donde narran sus vidas desde su infancia hasta su vida adulta contando sobre su pasado y su presente

de manera muy efusiva, también se puede decir que esto es memoria individual donde cada uno de los participantes son propietarios de lo vivido en el tiempo.

Ahora bien, si la memoria es un acto individual, ¿es posible que exista una memoria colectiva? Según Halbwachs (2002) los recuerdos son colectivos y son traídos a la conciencia por otras personas, aun cuando se trate de hechos que nos han ocurrido sólo nosotros y de objetos que únicamente nosotros hemos visto. Y es que en realidad nunca estamos solos. No hace falta que otros estén presentes, que se distingan materialmente de nosotros: siempre llevamos en nosotros y con nosotros un cierto número de personas inconfundibles.

Así, para confirmar o recordar un evento ocurrido en el pasado, no son necesarios los individuos presentes bajo una forma sensible y material. En efecto, ocurre que cuando una o más personas están reunidas sus recuerdos pueden describir exactamente hechos u objetos que han visto al mismo tiempo, e incluso reconstruirlos todos los actos y palabras en circunstancias definidas sin que necesariamente un individuo los recuerde (Halbwachs, 2002).

Para la utilidad de esta investigación los talleres tuvieron gran impacto, ya que los temas trabajados hicieron que la memoria siempre estuviera activa y más cuando se aplicaron diferentes didácticas artísticas. Los años, entonces, son el resultado de una mente activa o, más bien, de una vejez activa, que siempre quiere estar aprendiendo y enseñando a cada momento de sus vidas. Esta fue una manera de reconocer y resaltar las capacidades cognitivas que las personas mayores del Hogar de Larga Estancia Colonia Belencito tienen para demostrar que recordar es vivir. Resonar es conservar cada uno de esos momentos que hicieron parte de la existencia de sus vidas en el pasado, en el presente y en un futuro donde puede que sigan allí o que dejen un legado de acciones y palabras para así recordar lo vivido y compartido con aquellos seres que marcan la vida de cada uno, para así luego reconocerse de quienes son y como son.

Otra estrategia didáctica con artes es la Biodanza, la cual se define como un sistema de integración humana, renovación orgánica, reeducación afectiva y reaprendizaje de las funciones originarias de vida en ambiente enriquecido. Su metodología consiste en inducir vivencias integradoras por medio de la música, del canto, del movimiento y de situaciones de encuentro en grupo. (¿Que es la Biodanza?, s. f.)

Pero, ¿por qué se propone esta técnica? En el diagnóstico realizado a través de entrevistas a los usuarios y profesionales en el área de música, teatro y artes plásticas de la Colonia Belencito y encuestas de la medición de bienestar se detectó la dificultad de relacionamiento de sus habitantes, pues frecuentemente se presentaban inconvenientes para expresar sus emociones que en algunas personas eran: tristeza, desánimo; sentimientos: desmor, abandono, falta de afecto y apatía hacia la vida.

En respuesta a esas inquietudes, se propuso a los participantes, que fueron 70% mujeres y 30% hombres, realizar ejercicios de biodanza para conectar estados internos de conciencia. La metodología es aprendizaje experiencial, es una práctica de desarrollo personal que se realiza en un contexto grupal, integra la música, el movimiento libre, espontáneo y la voz, cada participante encuentra su propio lenguaje de expresión.

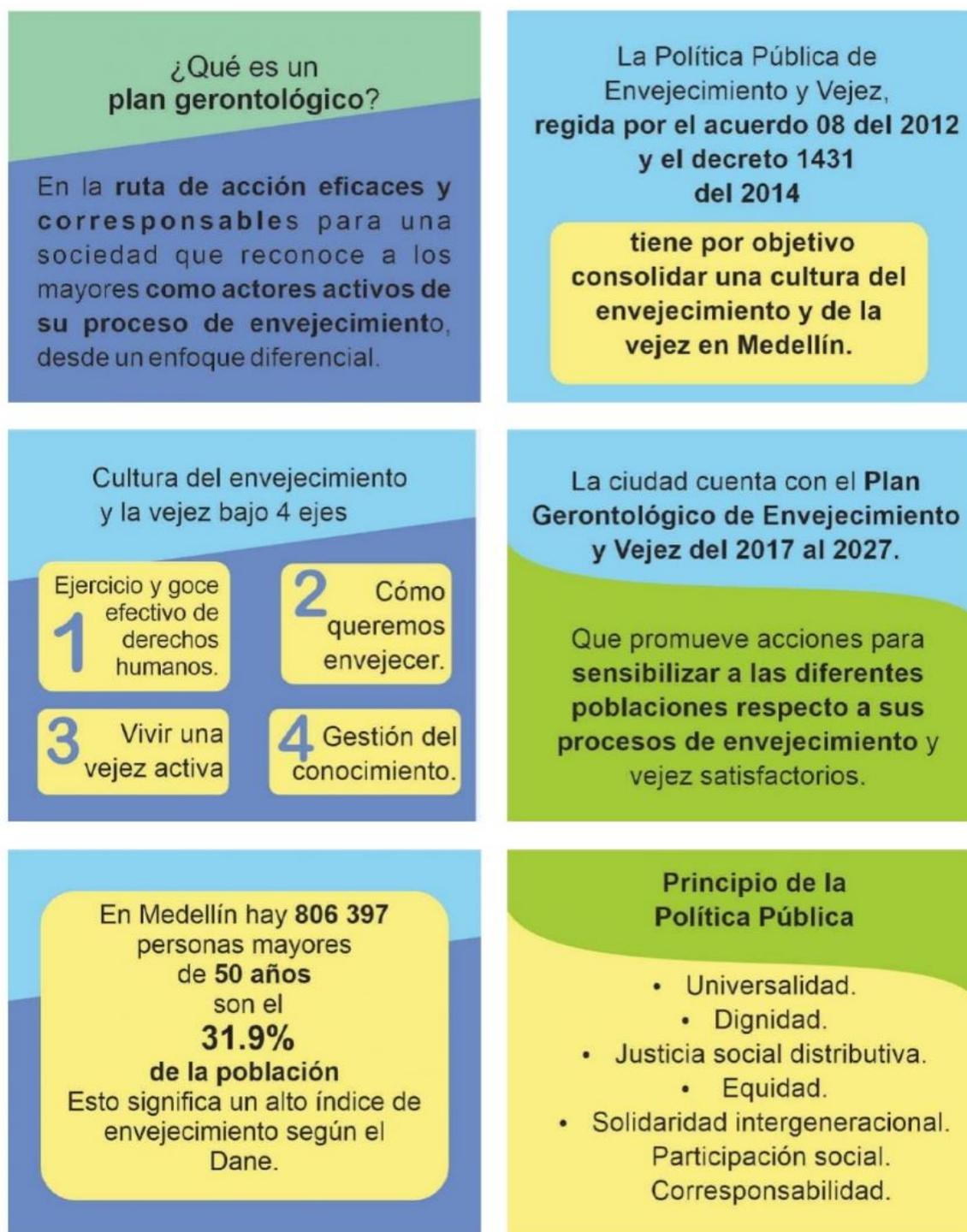
La biodanza es una técnica muy eficiente para vivir el momento presente, el aquí y ahora, dejando vivencias que se evidencian en la buena convivencia y bienestar dentro y fuera de la práctica, la biodanza hace posible expandir nuestra conciencia y reconocimiento de la otredad, celebra la existencia, la vida y el amor. Mejora la capacidad de expresar los sentimientos de manera oral y escrita, la música está seleccionada e investigada según criterios de semántica musical y sola se utilizan aquellas que son capaces de integrar emociones al movimiento. Su práctica regular favorece la armonía biológica.

Si se asimila andragogía y arte, y al mismo tiempo se entiende el arte como organismo vivo (Vygotsky, 1970; Daniels, 2003), la relación contenido/forma se vuelve densa y compleja hasta fundirse en un todo interdependiente. Se puede partir de principios o preceptos tales como la visualización de la situación andragógica como posibilidad el punto

de origen de la cual no es del alumnado sino la potencia de sus posibilidades. Esta situación, más colaborativa que dirigida, trabaja con distintos lenguajes: verbales, no verbales, corporales, tecnológicos, entre otros, todo dentro del imaginario y la visualización, haciendo de ella una situación transdisciplinar y compleja.

Figura 2.

*Plan Gerontológico 2017-2027*



*Fuente: Elaboración propia a partir de Alcaldía de Medellín (2017)*

En Medellín en el año 2004 se crea la Unidad de Personas Mayores – AMAUTTA- la cual ha adelantado diversos programas y proyectos para la asistencia y promoción de los derechos de las personas mayores, variando o ajustando los programas en su metodología en las diferentes administraciones.

La participación social se concibe para la Ciudad como el elemento clave de la dinámica social, tanto en los sistemas macro-sociales como descendiendo a bases más micro. La práctica participativa tiene repercusiones en todos los estratos de la estructura social, siendo su incidencia especialmente interesante en la cima de la pirámide poblacional. En los últimos años se ha asistido a una promoción de la participación social entre las personas de más edad por parte de diferentes organismos e instituciones (Alcaldía de Medellín, 2017).

Actividades para potenciar la vida social pueden ser todo tipo de actividades que se realicen en grupo, como juegos de mesa u otras actividades de ocio y recreación, talleres prácticos de cocina, que pueden incluir la distribución de tareas para planificación de menús y hacer compras en los comercios cercanos, visitas grupales a tiendas, teatros, cines o exposiciones, y después terminar la actividad con charlas o tertulias donde se puede comentar la visita u otros temas de interés. Tener una vida social llena y activa, fomentar las relaciones con los demás, estimula nuestro cerebro y activa todos los procesos neurales, beneficiando también nuestra memoria.

Hay mil maneras de ejercitar nuestra memoria visual desde algo tan sencillo como abrir una revista o un catálogo, observar las fotografías que aparecen, cerrarla e intentar recordar lo que hemos visto y enumerarlo (siempre podemos volver a mirar la página y comprobar qué hemos recordado). Se puede utilizar, además, juegos tipo busca las diferencias entre una imagen y otra, parejas de cartas, entre otros.

Este tipo de ejercicios nos permite trabajar la memoria visual que es tan importante para poder retener la información verbal que percibimos a través de la vista (las palabras leídas) del inicio de una frase para comprenderla en su conjunto. Sin esta

habilidad cognitiva, nos sería casi imposible leer, recordar a las personas, si nos cruzamos con alguien, nuestra memoria visual retiene su cara. Y si es alguien conocido que ya su imagen está en nuestra memoria a largo plazo nos permite reconocerle.

Podemos ejercitar nuestra mente mientras resolvemos crucigramas, sudokus o bien simplemente haciendo un bonito *puzzle*. Se trata de que nuestro cerebro se esfuerce por resolver pequeños retos mentales a la vez que nos divertimos. El “entrenamiento mental” contribuyen a prevenir enfermedades mentales y la pérdida de la memoria en personas mayores de 60 años, por eso es tan importante hacer este tipo de ejercicios.

Es importante trabajar y estimular los sentidos, al comer se puede intentar identificar los ingredientes de la comida, incluidas las hierbas y especias sutiles. Que ayudará también a trabajar el recuerdo, la memoria bibliográfica y a largo plazo a través de los sentidos. Las actividades que involucran habilidades de psicomotricidad fina como tejer, dibujar, pintar, colorear o realizar rompecabezas también estimulan nuestro cerebro y por lo tanto a nuestra memoria. La praxis nos ayuda tanto a trabajar las funciones de motricidad fina, no sólo manipulas, como a no olvidar para que sirven y para que se utilizan. Los juegos de mesa también estimulan la memoria. La lectura ejercita el cerebro y ayuda a recordar palabras.

La actividad física tiene grandes beneficios para el cerebro, ya que lo protege de un deterioro cognitivo prematuro, además de reducir el riesgo de sufrir enfermedades neurodegenerativas. Además, dormir bien y descansar adecuadamente, favorece la concentración y atención.

Adoptar prácticas contrarias a las rutinas diarias, nos obliga a pensar y ejercitar la mente, motiva el cerebro y lo activa, así como a todas las demás funciones cognitivas, y favorece salir del pensamiento automático.

El bienestar subjetivo es la evaluación que hace una persona en términos cognitivos (evaluar su propia vida de acuerdo con sus estándares) y emociones

(evaluar su estado de ánimo). Se define un bienestar subjetivo alto o felicidad cuando la persona evalúa su vida de forma positiva y se siente satisfecha. Y un bienestar bajo si se siente insatisfecho y experimenta emociones negativas con frecuencia. Así pues, un alto bienestar subjetivo se relaciona con la satisfacción con la vida, el afecto positivo y bajos niveles de afecto negativo.

En La Década del Envejecimiento Saludable 2020-2030 la Organización Mundial de la Salud (OMS) manifiesta que esta década ofrece la oportunidad de aunar junto a los gobiernos, la sociedad civil, los organismos internacionales, los profesionales, las instituciones académicas, los medios de comunicación y el sector privado en torno a diez años de acción concertada, catalizadora y de colaboración para mejorar las vidas de las personas mayores, sus familias y las comunidades en las que viven (OMS, 2020).

La salud es un estado de equilibrio, con determinado grado de componente subjetivo, entre lo biológico y lo psíquico con el medio ambiente social, cultural y natural. La salud no significa simplemente ausencia de enfermedad, es un estado biocultural de equilibrio relativo dentro de contextos temporales, sociales, culturales y específicos (OMS, 2020).

El criterio utilizado por la OMS para definir la salud no se ajusta a los ancianos. Los cambios que acompañan el proceso de envejecimiento conllevan, en buena medida, determinadas deficiencias funcionales en órganos del cuerpo que conducen a la disminución de la función motora y cognitiva.

Respecto a la memoria, más que un mero proceso mental es un proceso de codificación, almacenamiento y recuperación de información, es decir, es el proceso que nos permite recordar. Se pueden distinguir varios tipos de memoria: 1) la sensorial, posibilita percibir y almacenar información; 2) a corto plazo, retención de información en un breve lapso; 3) operativa o de trabajo; 4) a largo plazo, almacenamiento de información a largo plazo; 4) implícita o procedimental, almacenamiento inconsciente; 5) explícita o declarativa, almacenamiento consciente y

reconocimiento de lugares, personas y cosas; 6) episódica, almacena información autobiográfica y de hechos concretos; y 7) semántica (La memoria. Definición, funcionamiento y tipos, 2018).

El reconocimiento de saberes y relaciones multigeneracionales es una de las más frecuentes acciones que se pueden desarrollar con las personas mayores. Se puede hablar de las relaciones multigeneracionales en todo momento, en encuentros sociales y culturales donde las personas mayores pueden resaltar sus talentos desde la lectura, el arte, el teatro o la música para, así, resaltar una vejez activa eliminando estereotipos. La convivencia de las personas mayores del Hogar de Larga Estancia Colonia de Belencito tanto entre pares como con personas externas posibilitan el compartir saberes con las nuevas generaciones.

Las relaciones multigeneracionales plantean una mirada y un espacio de derecho y de pertenencia para las próximas generaciones desde el saber, no visto solo desde la edad ni tampoco desde esa mirada de caducidad o de conocimiento obsoleto. Este espacio es todo un bagaje de sabiduría que ofrece experiencia a las generaciones jóvenes, lo que incide en la cohesión social y la convivencia en el marco de la comunidad.

Lo anterior plantea una interrogante sobre el lugar que tiene el lenguaje con respecto a la memoria y los saberes. Maturana (2015) concibe al ser humano desde la configuración práxico-expresiva, es decir, el lenguaje. La memoria no es una entidad única, pues esta se manifiesta de múltiples formas: según su contenido y semántica, memoria episódica, memoria instrumental, memoria fotográfica, memoria topográfica, memoria según su duración, memoria sensorial, memoria a corto plazo, memoria a largo plazo, memoria según el grado de conciencia, memoria implícita, memoria explícita, memoria según su dirección el tiempo, memoria retrospectiva y memoria prospectiva. Los factores que determinan la construcción de la identidad en el adulto mayor son: la memoria, que permite dar cuenta de la experiencia y el recuerdo, el orgullo, la dignidad, la valorización que pone en lo que ha realizado; y una autoevaluación constante, pues los humanos son perfectibles.

Es común que el envejecimiento implique cierto grado de problemas de memoria, así como un ligero deterioro de otras habilidades de razonamiento. Sin embargo, hay una diferencia entre los cambios normales en la memoria y la pérdida de memoria asociada con la enfermedad de Alzheimer y los trastornos relacionados.

En las demencias como el Alzheimer la pérdida se produce también en la memoria semántica, y en el caso de esta demencia las afecciones mnémicas son de mucha mayor magnitud que en el deterioro normal.

Algunas actividades que pueden ayudar a reducir el riesgo de pérdida de memoria en la tercera edad son leer libros; completar crucigramas, cuadernos de ejercicios o sudokus; escuchar música, aprender nuevos idiomas, adquirir nuevos conocimientos y utilizar las nuevas tecnologías.

Cuando hablamos de memoria nos referimos a una función de nuestro cerebro que nos permite codificar y almacenar todo tipo de información que adquirimos a través de la experiencia y aprendizaje y que vamos a poder recuperar en un momento dado cuando necesitemos. Basta con pensar en toda la información que hemos ido registrando y reteniendo a través de nuestros sentidos (tacto, audición, gusto, visión, olfato) a lo largo de nuestras vidas para hacernos una idea sobre la gran cantidad de datos que somos capaces de almacenar. La memoria permite a las personas tener una visión continua y coherente de sus vidas desde el pasado hasta el presente (La importancia de ejercitar la memoria en las Personas Mayores, s.f.).

Conforme cumplimos años nuestra memoria aumenta en el recuerdo. Cuando somos mayores nos acordamos mejor de cuando éramos más jóvenes, de cuando nuestros hijos eran pequeños y eso, si le sumamos la soledad y falta de interacción social, tiende a incrementarse. Si la memoria se instala en el recuerdo, entonces la persona “empieza a perderse en el tiempo” porque pierde la noción con la realidad presente. En la medida que el cerebro no se ejercita es posible perder nuestra memoria, si la estimulamos nuestras funciones cognitivas siempre estarán latentes

para una activación positiva como la memoria, atención, percepción, concentración y función motora (La importancia de ejercitar la memoria en las Personas Mayores, s.f.).

Ser consciente del tiempo activa el proceso de nuestra memoria, nos permite recordar el pasado, vincularlo al presente y ser consciente del espacio-temporal presente.

Las personas adultas mayores son aquellas que cuentan con sesenta (60) años de edad o más. Una persona podría 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. El término es usado para designar hombres y mujeres que tengan 60 años o más, además de aquellas que tengan 50 años y cumplen con el criterio de población en riesgo. Son sujetos de derecho, socialmente activos, con garantías y responsabilidades respecto de sí mismas, su familia y su sociedad, con su entorno inmediato y con las futuras generaciones. Las personas envejecen de múltiples maneras dependiendo de las experiencias, eventos cruciales y transiciones afrontadas durante sus cursos de vida, es decir, implica procesos de desarrollo y de deterioro.

Representa una construcción social, cultural y biográfica de la última etapa de la vida humana. La vejez constituye un proceso heterogéneo a lo largo de la vida lo cual se acumulan las oportunidades, los cambios, las necesidades, limitaciones, pérdida de capacidades y fortalezas humanas entre otros, La vejez puede entenderse como un estadio vital que responde a construcciones sociales, pero siempre tiene de fondo una realidad biológica que implica de cualquier manera una etapa de menos pérdida, en lo se refiere a una funcionalidad que se presenta de manera heterogénea en cada individuo y en sociedad.

Cuadros (2015) pone de manifiesto la importancia de entender en la persona mayor que el tiempo pasa y la vida cambia. El proceso de envejecimiento se constituye en una serie de cambios de carácter fisiológico, psicológico, afectivo, social, y de la funcionalidad del adulto mayor en comunidad. El envejecimiento es un fenómeno presente en el ciclo vital

de la vida desde el mismo proceso de la concepción hasta la muerte. Es difícil aceptarla como una realidad. Lo primero que se debe hacer es cambiar, transformar esa manera de pensar sobre la vejez, tener una cultura positiva frente a este tema y tomar todo de una manera más amable, activa y satisfactoria.

Por lo anterior, “los niños, niñas y jóvenes se van a transformar con nosotros, con los mayores, con los que conviven, según sea esa convivencia. El futuro de la humanidad no son los niños, somos los mayores con los que se transforma la convivencia” (Jara, 2017)

Tener un envejecimiento activo y saludable significa participar en la sociedad de acuerdo con nuestras necesidades, deseos y capacidades. Es aprovechar al máximo las oportunidades de tener buena salud física, sentirse bien emocionalmente y disponer de un entorno social favorable. Tampoco significa reducirlo a un aspecto netamente biológico, “un esquema evolutivo-involutivo que lleva a concebir el envejecer como un proceso que se sintetiza en el deterioro progresivo” (La identidad social en el envejecimiento y la vejez – IACUB, 2016).

El proceso creativo consiste en romper con los patrones preestablecidos y procesos tradicionales. Su utilidad radica en el desarrollo de nuevas ideas, dando mejores soluciones a las previamente conocidas que pueden, o no, ser innovadoras o disruptivas. Aprender, ejercitar la imaginación y dejarla volar, leer, aprender de los profesionales, buscar una motivación, rodearse de gente con inquietudes, entre otras prácticas, estimulan la creación (La identidad social en el envejecimiento y la vejez – IACUB, 2016).

## MARCO LEGAL

Es importante el mejoramiento de las condiciones de vida de las personas mayores y sus familias a través de planes, programas y estrategias de prevención, promoción, intervención, atención y asistencia; donde siempre se cumpla con los criterios establecidos, en que la calidad, la equidad, la eficiencia y permanencia siempre están enmarcadas por las normativas que el mismo estado le ofrece a esta población en la que el cumplimiento sea la prioridad; como así mismo se cumplan los acuerdos que se estipulan desde la Política Pública.

A continuación, se mencionan algunos artículos sobre los derechos y deberes que tienen las personas mayores consagrados en la Ley colombiana para un envejecimiento digno, desde el ámbito nacional como departamental, y otros artículos que contemplan normas generales desde reconocer, aplicar y apostar por una Política Pública, esto nos servirán como soporte para realizar algunos análisis con respecto a esta población.

El Art. 46 de la Constitución Política de Colombia manifiesta que “el Estado, la sociedad y la familia concurrirán para la protección y la asistencia de las personas de la tercera edad y promoverán su integración a la vida activa y comunitaria”.

El artículo 1 de la Ley 1251 de 2008 declara que se debe generar condiciones de protección, restablecimiento y defensa de los derechos de los adultos mayores, ya que estos tienden a ser vulnerados en los núcleos familiares y en otros espacios sociales que desconocen estas normas o no se velan por el cumplimiento de las mismas, es así como este tipo de leyes promueven un óptimo desarrollo en condiciones dignas de la persona mayor.

El artículo 2 de la misma declara que la finalidad es lograr que los adultos mayores participen en el desarrollo de la sociedad resaltando, así, sus experiencias de vida mediante sus derechos. El artículo 3 de la Ley 1251 de 2008 del Congreso de la República, habla sobre las aplicaciones de la ley y sus definiciones, como son, acciones sociales integrales,

vejez, adulto mayor, geriatría gerontología, envejecimiento, cartografía de pobreza, demografía, política nacional de envejecimiento y vejez, plan de atención institucional, centro de protección social para el adulto mayor, centro día para adulto mayor, instituciones de atención instituciones y en atención domiciliaria, este artículo define las acciones que por ley se deben realizar con la persona mayor.

La Política Nacional de Envejecimiento y Vejez 2015-2024 está dirigida a toda la población residente en Colombia, en especial a los mayores de 60 años con vulnerabilidad social, económica y de género. Esta Política Pública tiene el propósito de visibilizar la vejez e intervenir en situaciones que atenten contra está, concibiendo la misma bajo cuatro aspectos: el envejecimiento biológico, envejecimiento demográfico, Derechos Humanos y envejecimiento activo y la protección social integral. Se fundamenta, además, en:

- La heterogeneidad del país, las condiciones del desarrollo social, la pluralidad étnica y las diferencias de género, así como la diversidad cultural y territorial.
- A la familia como la unidad básica de la sociedad, que desempeña una función fundamental en el desarrollo social.
- Las necesidades de promover la garantía, realización, restitución y la protección de todos los derechos humanos y las libertades fundamentales para todos.
- La necesidad de crear entornos económico, político, social, cultural, espiritual y jurídico, para mejorar las condiciones de vida y el bienestar de la población para un envejecimiento activo.
- La necesidad de asumir la promoción del envejecimiento activo o exitoso como estrategia en una política renovadora y enriquecedora.

Se buscan tres objetivos específicos:

- Desarrollar acciones que permitan la generación de condiciones dignas de envejecimiento en la población de Medellín.

- Gestionar las condiciones necesarias para garantizar la autonomía y el libre desarrollo en el ámbito social, político, cultural, económico y ambiental de las personas mayores, envejecimiento y en condición de vejez.
- Promover la gestión de conocimiento a través de la investigación, la formación de talento humano y la puesta en común de la información, en temas relacionados con el envejecimiento y la vejez por parte de actores públicos y privados.

**Tabla 1.**

*Resumen de leyes colombianas para la persona mayor.*

<b>NORMA</b>		<b>DESCRIPCIÓN</b>
Ley 29	26/09/1975	Protección a la ancianidad “Por el cual se faculta al Gobierno Nacional para establecer la protección a la ancianidad y se crea el Fondo Nacional de la Ancianidad Desprotegida”
Ley	271 07/03/1996	Día Nacional - Por el cual se establece el Día Nacional de las Personas de la Tercera Edad y del Pensionado.
Ley	715 de 2001	Protección - Por medio de la cual establece competencias sector salud, el Departamento tiene competencia de inspección y vigilancia de los centros de protección de las personas mayores.
Ley	789 27/12/2002	Protección – Empleo - Por el cual se dictan normas para apoyar el empleo, para ampliar la protección social, y se modifican algunos artículos del Código Contencioso.
Ley	1171 07/12/2007	Beneficios 62 años y más. Educación, recreación, salud y transporte. Día de sol por medio del cual se establecen algunos beneficios a las personas adultas mayores. Descuentos en eventos culturales, educación, tarifa de transporte preferencial, turismo, ventanilla preferencial, asientos preferenciales, 48 horas atención en salud, medicamentos 72 horas domicilio, cobro pensión.
Ley	1251 de 27/11/2008	Derechos de los adultos mayores al servicio - Por el cual se dictan normas tendientes a procurar la protección, la promoción y defensa de los derechos de los adultos mayores.
Ley	1315 de	Centros de protección, centros día e instituciones de atención.

13/07/2009	Por medio de la cual se establecen condiciones mínimas que dignifiquen la estadía de los adultos mayores en los centros de protección, centros día e instituciones de atención.
Ley 1753 de 09/06/2015	Plan Nacional - Por medio del cual se expide el "Plan Nacional de Desarrollo 2014 - 2018 Todos por un nuevo país"
Decreto 377101/10/2007	Ministerio de la Protección Social - Fondo de Solidaridad - Por el cual se reglamenta la administración y el funcionamiento del Fondo de Solidaridad.

*Fuente: Alcaldía de Medellín (2017, p.15-17)*

En el Plan Gerontológico 2017 –2027 de la Alcaldía de Medellín se acogen a los planes estratégicos que la Política Públicas y el entorno social, al envejecimiento y la vejez aporten a un bienestar donde los actores de la ciudad de Medellín “Consolidar una Cultura del Envejecimiento y la Vejez” para así tener condiciones dignas, de vivienda, alimentación, autonomía, participación activa, seguridad económica y conocimiento por una vejes activa y digna.

El Plan Gerontológico es una guía que se sueña a la ciudad de Medellín como un espacio incluyente donde se reconozca la diversidad poblacional donde las oportunidades son la fortaleza para un espacio incluyente.

En la ciudad de Medellín para el año 2016 se contó con dos grandes proyectos de promoción y asistencia ejecutados por el Equipo de Personas Mayores adscrita a la Secretaria de Inclusión Social, Familia y Derechos Humanos.

El proyecto *Promoción del Envejecimiento* desarrolló estrategias orientadas a mejorar la calidad de vida, la integración social y el ejercicio de la ciudadanía de las personas mayores, promoviendo la adopción de estilos de vida que le prepare para vivir un envejecimiento activo, digno y saludable, en el marco de un ejercicio de corresponsabilidad. Contempló los programas y/o servicios de:

- Apoyo económico para personas mayores
- Acompañamiento a los Clubes de Vida.

- Día de Sol para personas mayores.
- Suministro de uniformes para Personas Mayores integrantes de los clubes de vida.
- Paquete Turístico Día de Sol.
- Capacitación en manualidades para personas mayores.

El otro proyecto, el de *Servicios Sociales Complementarios* buscó la afiliación al servicio de las exequias y promovió las Asambleas Gerontológicas. Ofreció asistencia social a las personas mayores en alto grado de vulnerabilidad social garantizando su protección y acceso a la Seguridad social y los cuidados adecuados para tener una vejez en condiciones dignas, lo más activo y saludable posible de acuerdo con sus capacidades. Contempló los programas y/o servicios de:

- Atención institucional en la Colonia de Belencito.
- Cupos Contratados en las instituciones prestadoras de este servicio en la ciudad.
- Atención en Dormitorio Social.
- Atención en Centro Vida.

## MARCO CONTEXTUAL

**Tabla 2.**

*Contexto MemorizArte*

<b>Lugar</b>	Hogar de Larga Estancia - Colonia De Belencito
<b>Población</b>	Persona Mayor
<b>Instituciones / quien apoya</b>	Amauta- Secretaria de inclusión social y derechos humanos. Alcaldía de Medellín
<b>Propósito del proyecto</b>	Generar Estrategias didácticas en artes para una vejez activa con la población, donde trabajaran diferentes temas que fortalezcan el bienestar y uno de los resultados es la generación de unas bitácoras de vida, en las cuales se narran las historias de algunos usuarios según los encuentros realizados con ellos, en la Colonia Belencito de la ciudad de Medellín.
<b>Resultados esperados de la proyección artística</b>	Narración, registros fotográficos, ilustración, videos,dg etc.
<b>Duración</b>	Seis meses

**Figura 3.**

*Ubicación geográfica Hogar Colonia Belencito.*



*Fuente: Google (s.f.)*

### **Historia de la Colonia belencito**

José Antonio Lema llegó desde Galicia en España al Virreinato de la Nueva Granada en el año de 1788, inicialmente estuvo en Santa Fe de Bogotá como comerciante y luego, en el año de 1790, fue trasladado a Medellín donde ejerció como administrador de correos entre 1790 y 1794. Se casó con Doña Lorenza Álvarez del Pino en 1792, tuvo nueve hijos, ocho mujeres y un hombre llamado Rafael Máximo, allí inició la descendencia de los Lema en esta ciudad. Con el tiempo los herederos resolvieron poner la finca en venta, pero para aceptar esta venta, la condición fue que la convirtieran en un hogar de caridad para mendigos y ancianos (Danubio, 2018).

Luego se convirtió en la Colonia de Belencito, donde se inició como hogar de caridad el cual empezó a funcionar desde el siglo pasado donde las Hermanas de la Caridad llegaron en 1901 para entregar lo mejor a los ancianos y ancianas que llegaban allí para vivir dignamente los últimos años de sus vidas (Danubio, 2018).

Finalmente, el municipio acepta la condición y el 9 de diciembre de 1938 expide el Acuerdo 159 que crea la casa de mendigos de Medellín. El 17 de enero de 1939 se registra el acuerdo en la notaría cuarta con el número 96. Ahora es un hogar de larga estancia situada en el barrio belencito de Medellín, en la carrera 92 # 34d-93 cerca al convento de la santa hermana Laura y es conocido como la Colonia Belencito, el cual ofrece actualmente protección y bienestar a más de 250 personas mayores. Está a cargo de la Alcaldía de Medellín e integrado por un equipo de profesionales direccionados desde AMAUTTA, adscrito a la secretaría de inclusión social, familia y derechos humanos.

AMAUTTA es el Equipo de Personas Mayores adscrito a la Secretaría de Inclusión Social, Familia y Derechos Humanos de la Alcaldía de Medellín, la cual fue creada por el Acuerdo N°04 de 2008, con el propósito de direccionar, formular, coordinar y gestionar las políticas públicas, planes, programas y proyectos estratégicos

de prevención, promoción, intervención y asistencia de las personas mayores, contribuyendo al mejoramiento de las condiciones de vida de esta población. Su objetivo es ofrecer atención integral a personas mayores en alto grado de vulnerabilidad social, garantizando la protección, seguridad y cuidados adecuados.

Es importante aclarar que en los servicios prestados por AMAUTTA se atienden a personas mayores sin redes de apoyo, con dificultades de salud y/o ingresos económicos insuficientes o inestables. El abandono es una de las causas por las cuales la persona mayor llega a estos espacios, sin embargo, también se consideran razones económicas, riesgo habitacional, inseguridad alimentaria o permanencia en calle.

## METODOLOGÍA

Este proyecto se enfocó en una propuesta de investigación social cualitativa, por medio de la cual se interpretan reflexiones que construyen nuevas realidades a partir del proceso de investigación, esto permite comprender cómo se configuran las historias de vida, analizar los contextos en relación con los participantes y su territorio. Es así como la IAP se presenta como un modelo que tiene unas metas propuestas, avanza y se reconstruye en la medida que va encontrando los resultados y, a partir de ellos, se tejen nuevas metas o puntos de acción para la transformación.

Esta metodología se basa en la crítica social con fundamentos autoreflexivos con base en la realidad, en que el conocimiento es una necesidad para transformar las estructuras sociales con soluciones a las situaciones y problemas. El conocimiento es una creación compartida a partir de la interacción entre el investigador y el investigado, en la que median los valores que influyen en la generación del conocimiento y el saber, necesarios para comprender y entender lo que se quiere conocer.

En este contexto es importante el trabajo de campo y la interacción activa con los participantes, tanto las opiniones, las intervenciones, las historias de vida y todo aquello que aporte a la configuración de una respuesta significativa y de luces para que queden planteadas las bases para el desarrollo de nuevas teorías de transformación y cambio.

Esta investigación está enmarcada en el análisis y pensamiento de las personas mayores, resaltando que algunos tienen déficit cognitivo, por lo cual estos usuarios no tienen una visión de la realidad, puesto que tienen una manera diferente de conciliar con la norma y el entendimiento desde la comunidad científica, educativa y sobre todo la relación con la población regular. La norma no se estructura por niveles o por relaciones conductuales de la población mayor con los pares o con el facilitador, pues “la norma remite los actos y las conductas de los individuos a un

dominio que es, a la vez, un campo de comparación, de diferenciación y de la regla a seguir (la media de las conductas y de los comportamientos)” (Castro 2011. P.282).

Según Fals-Borda (2012), el fin de la IAP es satisfacer las necesidades esenciales de la vida, con una sociedad en la que se tenga un goce de libertad y dignidad. La IAP es el logro de desarrollar actos de bienestar y, en cierto modo, el camino de la transformación, la cual tiene un proceso vivencial que vincula a las comunidades con lo universal en la producción del conocimiento. Además de ser una metodología de investigación también es una filosofía de vida al servicio de la transformación social.

La IAP busca el entendimiento de un problema social (Investigación), favorece y busca un cambio de las condiciones existentes (Acción) a través del proceso Participativo de los actores sociales (Participación). En cuanto a la investigación, busca descubrir algo que se desconoce (objeto) y es realizado por el hombre (sujeto). En cuanto a la investigación social, es un proceso en que se aplica el método y técnicas científicas al estudio o situaciones de la realidad social (Fals-Borda, 2012).

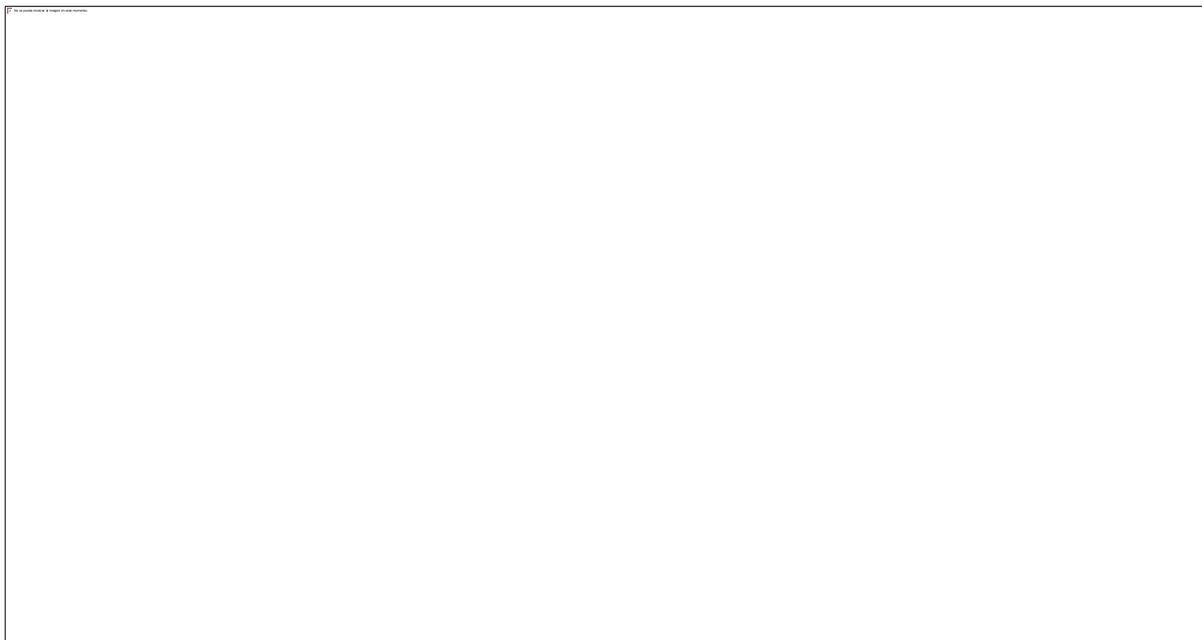
La IAP forma parte de una familia de metodologías como la investigación-acción y el aprendizaje-acción cuyo objetivo es perseguir, al mismo tiempo, la acción y los resultados de la investigación. Esto último se logra mediante la participación de los sujetos sociales en la investigación, es decir, pasan de ser los “objetos” de estudio a “sujetos” o protagonista de la investigación

El objetivo más importante de una investigación participativa es la transformación de las condiciones existentes de un estudio. Teniendo como eje la problemática de la población de personas mayores de la Colonia Belencito, los diálogos de saberes necesitaron de la participación de las personas mayores, cuyas diversas perspectivas promovieron cambios al enfoque de la investigación y al desarrollo del proyecto.

## MEMORIZARTE

### Figura 4.

#### *Fases de la Metodología IAP*



*Fuente: Elaboración propia.*

### **Primera etapa. Diagnóstico**

Es el conocimiento contextual del territorio y el acercamiento a la problemática a partir de la documentación existente y entrevistas a los usuarios del Hogar de Larga Estancia Colonia Belencito.

El grupo de investigación se conformó por las investigadoras María Paulina Herrera Pulgarín, Gelma Nazareth Higuera Alvarado y Adriana María Pérez Olarte. Se contó con el apoyo de la coordinadora general de AMAUTTA Mónica Regina, del supervisor AMAUTTA para la Colonia Belencito Sergio Ramírez, del coordinador técnico Jorge Iván Ortiz y la gerontóloga Yolanda Rendón.

El grupo focal se conformó por 30 usuarios del hogar de larga estancia Colonia de Belencito, entre los que se encuentran personas mayores entre los 57 y 99 años con varios tipos de discapacidad a nivel cognitivo-motriz, cognitivo-sensorial y

cognitivo-motriz-sensorial. Otras tienen dificultades comunicativas significativas, por lo que fue necesario desarrollar estrategias de tipo visual, sonoro y lúdico para lograr resultados.

**Tabla 3.**

*Lista de participantes del Hogar de Larga Estancia Colonia Belencito.*

<b>PABELLÓN DENTRO DE LA COLONIA BELENCITO</b>	<b>NOMBRE DE LOS PARTICIPANTES</b>
El Carmen	Gustavo Acevedo Ramírez
El Carmen	Santiago Moreno
El Carmen	Carlos Fernando Rivera Bedoya
El Carmen	John Jairo Acosta Arcila
El Carmen	Alirio De Jesús Oquendo López
El Carmen	Jesús Orlando Muñoz Betancur
El Carmen	José Gustavo Posada
El Carmen	Luis Bonel Valencia Castaño
El Carmen	Jorge Gutiérrez Monroy
El Carmen	Manuel Salvador Sánchez
El Carmen	Francisco Javier Roldan
El Carmen	Juan De Dios Jiménez David
El Carmen	Jaime Arroyave
El Carmen	Gustavo Acevedo
Santa Teresa	Nohemí Mejía
Santa Teresa	Omaira Agudelo
Santa Teresa	Alba Palacios
Santa Teresa	Fátima Valencia
Santa Teresa	Socorro García
Santa Teresa	Amparo Zuleta Vanegas
Santa Teresa	Gloria González Girón
Santa Teresa	Teresa Villegas
Sagrado Corazón	Margarita Fernández
Sagrado Corazón	Piedad Sierra
Sagrado Corazón	Maria Cossío
Sagrado Corazón	Nora Elena Toro
Sagrado Corazón	Luz Marina Valencia
Sagrado Corazón	Evangelina Grajales Serna
Sagrado Corazón	Luz Helena Rico
Sagrado Corazón	Olga Vergara

*Fuente: Elaboración propia.*

En esta primera parte se realizó un ejercicio de reconocimiento personal e histórico. Se recolectó información a través de la narración oral y escrita con un enfoque en las experiencias que marcaron a los participantes en algún momento de su vida o los hechos que fueron significativos en su historia personal. Se buscaron apoyos pedagógicos y literarios para el reconocimiento de las dinámicas del sector.

Los encuentros focales se realizaron en la plazoleta principal, el centro cultural, las zonas verdes y la tienda del abuelo de la Colonia Belencito.

### **Figura 5.**

*Personas mayores del Hogar de Larga Estancia Colonia Belencito*



*Fuente: Archivo personal.*

Se realizaron 30 encuestas escritas en las cuales el docente investigador se encargó de escribir las respuestas de los participantes, puesto que muchos de ellos no saben leer ni escribir. Las transcripciones partieron de un espacio de diálogo con cada persona mayor del hogar, lo que permitió un acercamiento entre el investigador y el participante.

La encuesta fue de carácter mixto, cuantitativo y cualitativo con respecto al nivel de satisfacción con las actividades de bienestar que brinda la Colonia Belencito.

En la encuesta se utiliza una escala *Likert* de cuatro niveles que permiten medir la percepción de satisfacción con las actividades de bienestar que se realizan con los residentes de la colonia Belencito.

La escala se conformó por cinco preguntas cuantitativas y cinco preguntas cualitativas. Para las preguntas cuantitativas se utilizaron cuatro niveles de calificación que evaluaron los niveles de percepción de bienestar con las actividades que se vienen realizando en la Colonia Belencito: 1) muy insatisfecho, la persona que realiza la evaluación percibe un nivel muy bajo de satisfacción con la pregunta realizada; 2) insatisfecho, la persona que realiza la evaluación percibe un grado bajo de satisfacción con la pregunta realizada; 3) algo de satisfacción, la persona evaluada percibe un grado de satisfacción medio con la pregunta realizada; y 4) satisfecho, la persona evaluada muestra satisfacción con la pregunta realizada. Se realizaron tres preguntas abiertas dentro de lo cualitativo.

**Tabla 4.***Encuesta de percepción de bienestar Colonia Belencito*

<p><b>ENCUESTA DE PERCEPCIÓN DE BIENESTAR</b></p> <p>Las preguntas cualitativas se realizarán tres preguntas abiertas que permitan conocer las inquietudes y necesidades frente a acciones de bienestar.</p>
<p>Nombre del participante: _____ Edad: _____</p>
<p>Tiempo de estancia en la Colonia Belencito: _____</p>
<p><b>1. Las preguntas cualitativas se realizarán tres preguntas abiertas que permitan conocer las inquietudes y necesidades frente a acciones de bienestar.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Muy insatisfecho: _____</li> <li>• Insatisfecho: _____</li> <li>• Medianamente satisfecho: _____</li> <li>• Satisfecho: _____</li> </ul> <p>¿Qué otras actividades de Bienestar le gustaría que se implementaran?</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
<p><b>2) ¿percibe usted que las actividades artísticas que se realizan en la Colonia permite mejorar su bienestar?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Muy insatisfecho: _____</li> <li>• Insatisfecho: _____</li> <li>• Medianamente satisfecho: _____</li> <li>• Satisfecho: _____</li> </ul> <p>¿Por qué lo considera así?</p> <p>_____</p> <p>_____</p>

3) ¿Cómo se ha sentido usted realizando las actividades artísticas que se programan en la colonia?

- Muy insatisfecho: \_\_\_\_\_
- Insatisfecho: \_\_\_\_\_
- Medianamente satisfecho: \_\_\_\_\_
- Satisfecho: \_\_\_\_\_

¿Qué propone para mejorar las actividades artísticas de bienestar?

---

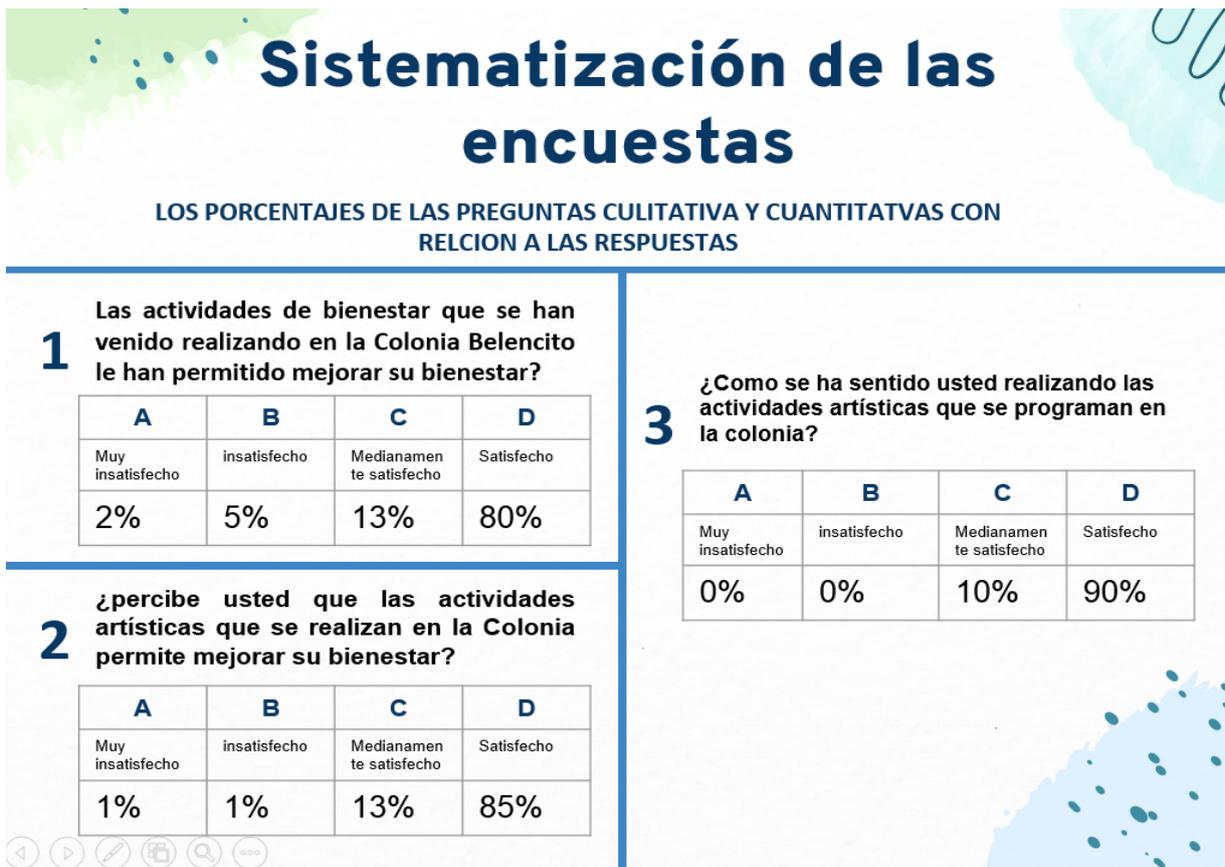


---

Fuente: Elaboración propia.

Figura 6.

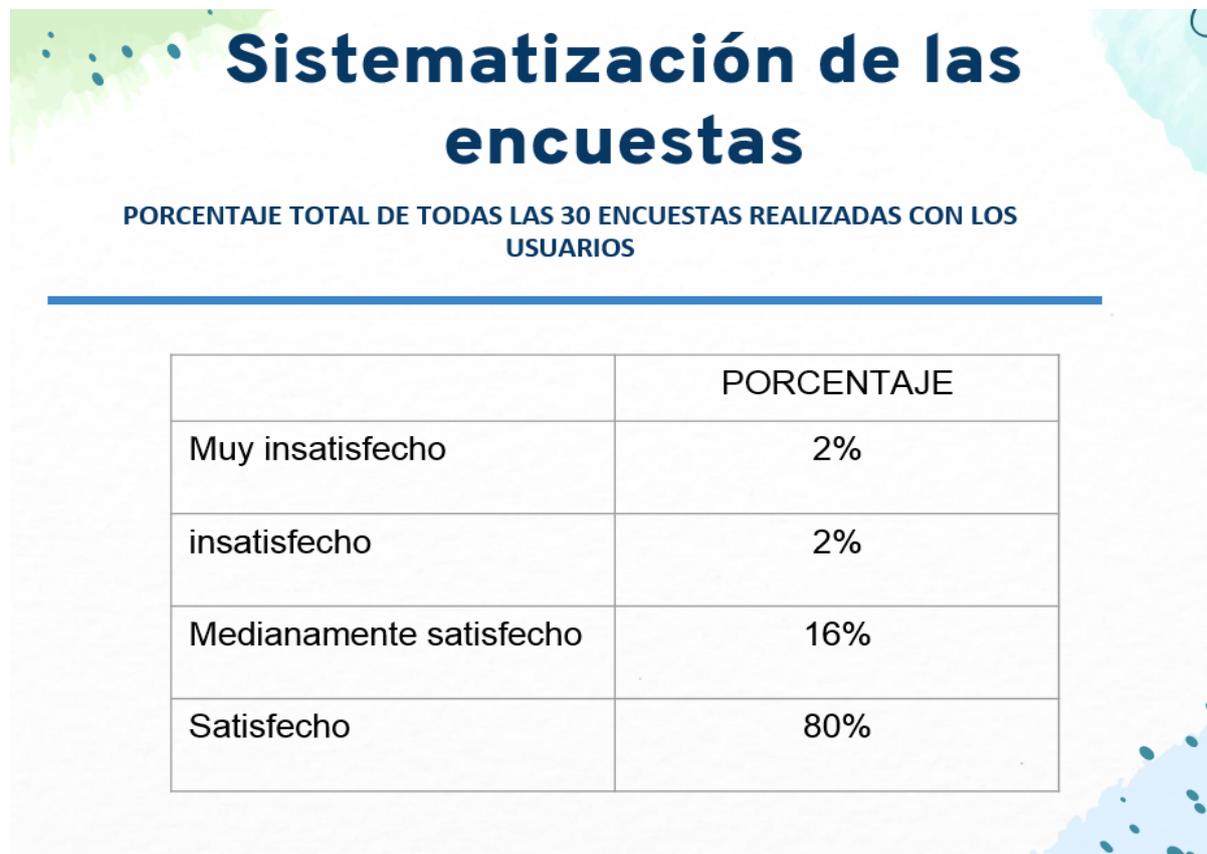
Tabulación de los resultados de las encuestas (I).



Fuente: Elaboración propia.

**Figura 7.**

*Tabulación de los resultados de las encuestas (II).*



*Fuente: Elaboración propia*

**Tabla 5.**

*Opiniones frente a la percepción del resultado de las encuestas.*

<b>Persona mayor</b>	<b>Pregunta</b>	<b>Respuesta</b>
Margarita Fernández	¿Qué te parecen estos encuentros artísticos?	Son muy chéveres ya que estos talleres nos enseñan cosas muy buenas, acá podemos demostrar que nunca estamos viejos para mostrar lo que sabemos hacer o más bien que todavía podemos hacer muchas cosas.
Piedad Cierra	¿Qué fue lo que más te gusto de estos encuentros?	Los diferentes temas que trabajamos con ellas, tuvimos talleres desde el dibujo, las historias, los recuerdos, el movimiento, muchas cosas buenas hicimos en estos talleres.
Luis Bonel Valencia	¿Cuál fue uno de esos temas que más te gustaron?	Fue una experiencia muy interesante, para mí fue primera vez que realizo un taller con los ojos cerrados, el usar la imaginación y la creatividad siempre es una sorpresa cada encuentro.
Martha Rodríguez	¿Qué valor queda para ti estas actividades	Me enseñó a tener más paz en mi ser y disfrutar de la vida de una forma activa y positiva.

*Fuente: Elaboración propia.*

**Tabla 6.**

*Transcripción de la entrevista a los profesionales del Hogar Colonia Belencito.*

<b>Profesional</b>	<b>Pregunta</b>	<b>Respuesta</b>
Gloria Maria Rodríguez M	¿Cómo desde tu profesión les trasmites una enseñanza para generar un espacio de estar bien con ellos?	Bueno más que un aprendizaje es la posibilidad de poder ser y hacer aquello que en algún momento lo hubiesen deseado y no pudieron hacerlo por circunstancias de la vida por condiciones sociales económicas verdad entonces esa experiencia artística con los adultos mayores se ha basado en reconocer en descubrir sus habilidades y potencializar las y permitirles a ellos navegar en esa imaginación ellos en su cabecita tienen una enciclopedia de imágenes entonces es la posibilidad de poder esculcar es enciclopedia de imágenes de experiencias de sueños de anhelos de poder ser incluso otro tipo de persona otro tipo de rol diferente a lo que fueron en su vida y ponerlo al servicio del arte y experimentar lo creo que ese es el mayor aprendizaje es poder ser y hacer aquello que quizás en algún momento no pudieron ser. De esa manera el aporte que se hace a su bienestar es significativo porque la persona se permitirse explorar, se permitirse encontrar, en otras posibilidades creativas se permite encontrarse a sí mismo reconocerse cómo ser creativo como ser humano como ser sensible porque finalmente el arte funciona gracias al servicio de las emociones Y creo que eso les ha permitido a ellos en cierta medida poderse desvincular de momentos de su vida dolorosos caótico de circunstancias que quizás no pudieron soltar con el tiempo y que llevándolas al escenario los reconocen y las puede insultar y así lograr un bienestar para su alma para suceder porque

---

		trascienden esas emociones
Andrea Rodríguez	¿De qué manera se logra una convivencia con los usuarios?	Es muy importante el diálogo con los usuarios ya que nos facilita una mejor atención para cada uno de ellos como así mismo el reconocer sus capacidades.
Maria Paulina Herrera P.	¿Cómo desde las artes plásticas se puede generar un mejoramiento cognitivo con los usuarios?	Las artes plásticas son fundamentales para las personas mayores ya que ayudan para un buen estado mental, que les permite afianzar y reforzar sus conocimientos, desde sus capacidades cognitivas, motoras, emocionales y como también Psicosociales. Las artes plásticas pueden concretar diferentes capacidades cognitivas que tiene cada uno de los usuarios desde el recordar, el construir, analizar y razonar, para mí las artes plásticas, es la brújula que marca el camino de cada uno de los usuarios apostando así por una vejez activa.

---

*Fuente: Elaboración propia.*

### **Segunda etapa. Diseño del plan de acción: talleres**

Proceso de apertura a todos los conocimientos y puntos de vista existentes, utilizando métodos cualitativos y participativos: trabajo de campo (entrevistas grupales a la base social), análisis de textos y discursos, entrega y discusión y realización de talleres.

El diseño de la propuesta de investigación tuvo tres ejes fundamentales: la sensibilización y formación, el desarrollo y la proyección de resultados. Se comenzó con una etapa de sensibilización desde la palabra y la teoría enfocada en las propuestas a trabajar desde el arte, centradas en el ser y lo que puede expresar a través de él. Se dictaron talleres de formación artísticos que permitieron la recolección de información para que los participantes construyeran una bitácora como parte de la

recuperación de su memoria. La idea fue que estas memorias perduren en el tiempo y puedan ser consultadas por visitantes.

Los talleres de técnicas artísticas se dirigieron al mejoramiento emocional y cognitivo por medio de la pedagogía experiencial. Las técnicas utilizadas fueron la biodanza; la meditación y la visualización artística; mixtas, modelado, pintura en acrílico, reciclaje; de escritura y redacción, refranes y dichos; de arte-terapia, cuento sonoro y garabateo; y escritura automática, hálame de ti/hablemos de nosotros.

### **Figura 8.**

*Talleres artísticos.*



*Fuente: Archivo personal.*

Se finalizó con una exposición de la cual se espera que sea itinerante, que pueda mostrarse en diferentes escenarios expositivos de la ciudad de Medellín. Constó de registros fotográficos, audios de las historias narradas, videos, las bitácoras con sus historias escritas e ilustraciones elaboradas por los participantes.

En las bitácoras de la memoria se consignaron metódicamente las experiencias de la apropiación tanto de sus entornos diarios como de ciudad. Se registraron respuestas en torno a ¿quién soy?, ¿cómo observó? y ¿siento mi entorno?, y la representación de los hechos del diario vivir en el año que se ejecutaron los talleres vivenciales, con una frecuencia de dos horas por semana.

También se realizó un mural como propuesta de acercamiento entre el investigador y la persona mayor. Primero se realizó un análisis desde el diálogo y la

escucha en forma de conversatorio, donde las personas mayores hablaron de sus vidas y de su entorno. Seguidamente se realizó un boceto que resumió todos los sentimientos que albergaban tanto en sus corazones como en su memoria. Por último, se socializó la ilustración y se le dio un título: “El camino de la vida”.

Los árboles en el mural evocan la fuerza de la sabiduría en los años, el camino como un proceso de avanzar; los árboles florecidos son la esperanza que motiva, el cielo las emociones del ser humano, el agua el elemento fundamental de la vida. Cada símbolo en este mural es la representación de lo que motivan al ser humano a vivir cada momento desde sus emociones, desde lo consciente e inconsciente, donde el principio, los estados mentales y estado físico son el reflejo de los años y el fin de esta historia.

Este mural permitió ser un espacio de recuerdos, de diálogo y reflexiones donde cada uno de los 290 usuarios de la Colonia Belencito y las tres investigadoras crearan colectivamente, donde se apropiaron del espacio que habitan, donde se exaltaron las capacidades de cada uno de los participantes, de la exaltación por una vejez activa y viva desde la memoria reconociendo, así, todas estas acciones como MemorizArte.

### **Figura 9.**



*Mural de sensibilización.*

*Fuente: Archivo Personal.*

### Tercera etapa. Ejecución e implementación del plan de acción

Son las conclusiones de las negociaciones para la elaboración de propuestas concretas. Se construyó el PAI, se elabora el informe final y se entrega.

**Figura 10.**

*Taller de biodanza.*



*Fuente: Archivo personal.*

**Tabla 7.**

*Taller de expresión corporal y artística biodanza.*

NOMBRE DE LA DOCENTE		GELMA NAZARETH HIGUERA ALVARADO
NOMBRE DEL ENCUENTRO		BIODANZA
OBJETIVO:	ACCIONES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Metodología: Taller de expresión corporal y artística.</li> <li>• Duración: 2 horas.</li> <li>• Participantes: dirigido a los residentes de la Colonia Belencito.</li> <li>• Resultados: Expresión de emociones y creatividad en un espacio neutro.</li> </ul>
	CONTENIDO	1. La danza y el arte como

## DEL TALLER

actividad generadora de bienestar: Se brinda un panorama general del trabajo corporal y artístico, haciendo énfasis en la importancia de crear colectivamente un ambiente seguro, contenedor y empático que permita generar cohesión, comunicación asertiva y cuidado de sí y del otro.

2. Taller de expresión artística: individual “mi relación con mi yo artístico” un recorrido de mi relación conmigo mismo en relación con la creatividad y la capacidad de creación.
3. Expresión de emociones a través del arte: identificar a través del taller las emociones que van surgiendo dentro del participante.
4. Taller de trabajo grupal de expresión corporal: Mediante ejercicios de danza espontáneos individuales y colectivos se crea un ambiente de empatía y asertividad en la comunicación no verbal.
5. Taller de presentación del trabajo emocional a través del arte: mediante la interpretación personal de su vivencia en el

	taller se verbaliza la emoción y se presenta un efecto sanador.
METODOLOGÍA	Para el desarrollo de este taller se utilizará una metodología basada en diferentes acciones para un mejor aprendizaje en adultos, en donde los participantes podrán conocer y aplicar conceptos, métodos y técnicas que les permitan a través del arte movilizar y procesar emociones ancladas al subconsciente que requieran procesar para encontrar mayor equilibrio y tranquilidad emocional.
MATERIALES	Sonido amplificado Ropa cómoda Marcadores Hojas de papel bond tamaño carta Témperas Caja de colores Pinceles N. 1,3,6,8,8,10,12
DIAGNÓSTICO DEL ENCUENTRO	El propósito del mural es generar una acción colectiva desde la memoria y sensibilizar con una propuesta pictórica, lo primero que se generó fue su nombre el cual fue “El camino de la vida” donde ellos luego propusieron este nombre: memoria y olvido por lo cual se logramos un acercamiento con la persona mayor, se realizaron estrategias didácticas con unos corazones los cuales se les colocó el nombre de cada participante, con este recurso se logró tener mayor

contacto y escuchar sus historias de vida de forma fluida.

Se generó bienestar en la realización del mural y contribuyendo a la identidad con el proyecto, generando sentido de pertenencia y reconocimiento de las personas mayores.

## RESULTADOS

Se logró un sentido de pertenencia con el proceso ya que arrojó unos resultados positivos como recuerdo del proyecto de investigación, en el cual ellos fueron protagonistas y a su vez transformó y armonizó este lugar.

## EVALUACIÓN

La actividad se planeó teniendo en cuenta las capacidades motrices, cognitivas, socio afectivas, dificultades de relacionamiento de los participantes que se habían analizado en el diagnóstico, uno de los ejercicios que se propuso fue Hacer una meditación en la luz guiada, con un vela, respirando profundo con los ojos cerrados llevando luz y oxígeno a cada parte del cuerpo, en la segunda parte del ejercicio se elige una pareja, mirarse a los ojos durante cinco minutos, con música de fondo de Enya, aroma de rosas; se presentó cierta dificultad de mantener la mirada constante, luego surgieron momentos de alegría, nostalgia , temor , muchas emociones que van llegando en la

---

cercanía y la otredad.

En la segunda parte del ejercicio se propuso hacer una carta de amor para la persona que nos contuvo en la mirada; surgieron cartas muy emotivas cargadas de sinceridad y afecto hacia el compañero, los participantes que no sabían escribir realizaron un dibujo. El taller se realiza en completo silencio.

El objetivo del taller era generar un espacio seguro, que logró acompañar las emociones que iban surgiendo y se logró expresar los sentimientos. Se logró el objetivo propuesto.

Las evaluaciones que realizaron los participantes en un vídeo están escritas a continuación, con sus palabras:

La evaluación del taller según Piedad S.

¿Cómo fue tu experiencia en el taller de biodanza?

fue una experiencia muy significativa, muy bonita, aprendí mucho, muy productivas las actividades, pasamos muy bueno, nunca había realizado un ejercicio de meditación ni sostener la mirada con un compañero, fue una cosa muy espectacular.

¿Te gustaría hacer algunos otros talleres de biodanza?

Para mañana es tarde, porque en realidad pasamos muy delicioso con

---

ellas, muy elegante todo

¿Qué fue lo que más te gustó de las actividades?

Todas, no hubo actividad maluca, aprendimos mucho, trabajamos mucho la mentalidad, las manualidades, esperamos pronto regreso de ellas.

Según un participante llamado Luis Bonet V.

¿Cómo fue tu experiencia en el taller de biodanza?

Muy interesante, por ejemplo, en mi vida primera vez que me hacen un ejercicio de esos sosteniendo la mirada por tanto tiempo, usando solo la imaginación, la creatividad, la sorpresa, aprendí mucho, me pareció muy positivo

¿Quisiera tener otros talleres con las investigadoras?

Desde luego que sí, claro

¿Qué fue lo que más te gustó de esta experiencia desde las artes plásticas con las investigadoras?

Esa sorpresa, de verse a los ojos, estimular la creatividad, la memoria

**Tabla 8.***Taller de expresión artística.*

NOMBRE DE LADOCENTE	ADRIANA MARÍA PÉREZ OLARTE	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	MURAL- MURAL DE SENSIBILIZACIÓN	
<b>OBJETIVO:</b> Identificar los valores, las capacidades artísticas y la creatividad en una vejez activa. La intención de este mural es la representación de las emociones, los estados mentales y corporales de una persona mayor en el paso de sus años.	<b>ACCIONES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Metodología: Taller de expresión artística</li> <li>• Duración: 3 horas</li> <li>• Participantes: Dirigido a los usuarios de la Colonia Belencito – Hogar de larga estancia.</li> </ul>
	<b>CONTENIDO DEL TALLER</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. QUE ES UN MURAL: se realiza una socialización en la cual se le brinda a los usuarios una información sobre la historia de algunos maestros muralistas, así como sobre las características y técnicas para la elaboración de un mural.</li> <li>2. LÍNEAS, FORMAS Y COLOR: desde la gerogológicas se les enseña sobre teoría de color, formas y líneas con algunos ejercicios que integren procesos cognitivos.</li> <li>3. EXPRESIÓN E INFORMACIÓN DEL</li> </ol>

BOCETO: para este paso se les promueve una práctica educativa e interactiva con los usuarios, ambientando el espacio con sonido y objetos que.

4. MANEJO Y

MANIPULACIÓN: se hace una introducción del manejo de las herramientas como a su vez sobre las técnicas, como sombras, luces, detalles, texturas y objetos en 3d que pueden enriquecer este mural.

5. BOCETO: despertar un interés por el contenido que se va a ilustrar en el mural por medio de un boceto en escala.

6. INTEGRACIÓN:  
promover la sensibilización e implicación de cada uno de los usuarios con las facilitadoras, contribuyendo al buen desarrollo de unas buenas actitudes para el proceso y con la autoestima siempre presente para un buen trabajo en equipo.

METODOLOGIA	Es de gran importancia y preferentemente que este encuentro sea desde una participación activa, vivencial y constructivista, ya que los actores o más bien los artistas de esta obra son los mismos usuarios que harán parte de todo este proceso o más bien de este recorrido por la memoria y el arte, para este proceso generamos un estado de motivación y participación.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pintura coraza para interiores (para la base)</li><li>• Pinturas acrílicas de todos los colores</li><li>• Pinceles de punta plana y redonda N. 1,3,6, 8,10,12</li><li>• Cinta aislante</li><li>• Papel craft (para empapelar y proteger el piso)</li></ul>
DIAGNÓSTICO DEL ENCUENTRO	De acuerdo con las entrevistas que se realizaron a los profesionales en danza, teatro, terapia ocupacional, de la colonia Belencito mencionaron las dificultades en las relaciones interpersonales y de convivencia de los habitantes; Se propone el taller de biodanza como una forma de

acercamiento y reconocimiento del otro, para fortalecer el bienestar, estimular la creatividad y la participación.

#### RESULTADO

Se logró reflexionar sobre los obstáculos que había de comunicación y de expresión del afecto, mediante un texto escrito los participantes expresaron sus sentimientos hacia los compañeros, manifestaron que el taller les permitió tener una comunicación más asertiva y les generó mayor acercamiento y bienestar en la convivencia con sus compañeros.

#### EVALUACION

La actividad se proyectó para tener un acercamiento con la población de la Colonia, motivar, se realizó un boceto del mural que de forma inconsciente y consciente les activo la memoria, llamado "El camino de la Vida" y se embelleció el lugar, dando paso a intercambio de información ,escuchar sus narrativas, historias de vida, aportaron comentarios en su elaboración, participaron con algunos pincelazos ,acercándolos al tema con canciones y reminiscencias y apropiamiento del lugar, el mural fue dedicado

---

para ellos, se tocó emociones y sentimientos.

La primera parte antes del mural se realizaron unos corazones los cuales las investigadoras, les colocábamos en su pecho con sus nombres, fortaleciendo sus identidades, ética y comunicación.

Los comentarios de los participantes fueron muy positivos, pidiendo continuidad y más expresiones artísticas en las paredes de la colonia.

Palabras dadas por los adultos mayores respaldada por videos.

Margarita: "Agradecida con todo lo que les enseñamos y resalto el buen trato que recibieron.

Blanca Henao: *"A veces uno sentado como una boba, perdiendo el tiempo y con estos talleres he aprendido hacer muchas cosas"*.

John Jairo: "Me dicen J.J, el arte me abre la mente y enriquece el espíritu, me produce tantas emociones, se me va el tiempo rápido, me saca de tristezas".

Gustavo Ramírez: "El arte mío es pintar, pinto y yo me relajo pintando y no pienso en más nada".

Me gusto el mural porque me recordó caminos que transite y lugares de mi infancia.

---

Con el arte generamos  
bienestar, alegría, podemos  
interactuar con los semejantes,  
olvidarnos de los momentos  
difíciles y se quitan los  
prejuicios cuando compartimos.

---

Taller de memoria.

NOMBRE DE LADOCENTE	MARIA PAULINA HERRERA PULGARIN	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	REMEMBRANZA	
<p><b>OBJETIVO:</b></p> <p>La implementación de esta actividad es rescatar información sobre los cambios que se han efectuado durante el tiempo de la existencia de las personas mayores en el trayecto de sus vidas y todo lo intereses que ha suscitado en la historia como la remembranza del tiempo donde a los participantes se les generar un espacio agradable, atractivo. Teniendo en cuenta que algunos aspectos de la remembranza ayudan a dar valor, sentido y hacer nuevas lecturas de realidades que quizás han sido distorsionadas con el pasar del tiempo.</p>	<p><b>ACCIONES</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Duración: 3 horas</li> <li>• Participantes: Dirigido a los usuarios de la Colonia Belencito – Hogar de larga estancia</li> <li>• Resultados: Estimular la creatividad y la motricidad fina, desde otras acciones del inconsciente y él consciente teniendo como resultado, estimular su estado cognitivo.</li> </ul>
<p><b>CONTENIDO DEL TALLER</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pensar en unas actividades que tengan sentido para los participantes, adaptadas a sus capacidades y hacer referencia al entorno que han vivido.</li> </ol>	

2. Facilitar las relaciones interpersonales, crear vínculos, escuchar y dar tiempo suficiente para observar.
3. Un encuentro en el que las personas mayores se adapten en el momento de crear y enseñar un ritmo y un tiempo.
4. Utilizamos eventos del pasado como punto focal para contar historias de la ciudad y sus transformaciones desde lo arquitectónico como lo cultural.
5. · Fotografías, archivos de ciudad, vídeos, diarios, imágenes de internet con fotografías, suplementos con historia de otras épocas, álbum de familia, que actuarán como estímulos para cada encuentro de taller.

## METODOLOGÍA

Para el desarrollo de este taller se utilizará una metodología basada en las técnicas de andragogía o aprendizaje como así mismo de la memoria a largo plazo, corto plazo, episódica, semántica hace referencia a un tipo de memoria de hechos pasados del sujeto que están fechados en el tiempo de la persona mayor, allí los participantes podrán conocer y aplicar conceptos, métodos y técnicas que les permitan explorar a través del arte trayendo el pasado al presente como grandes recuerdos que se acontecieron en sus vidas, lo cual

estas acciones procesan emociones ancladas al subconsciente que requieran procesar para encontrar mayor equilibrio y tranquilidad emocional.

#### MATERIALES

- Marcadores, Colores, vinilos, lápices, plastilina, crayolas y lapiceros de colores.
- Imágenes de la ciudad de Medellín impresas
- Hojas de papel bond tamaño carta
- Video y audios para proyectar

#### DIAGNÓSTICO DEL ENCUENTRO

Se puede definir que el diagnóstico de este encuentro fue positivo ya que hablamos sobre la remembranza, donde indagación sobre la historia del centro de la ciudad de Medellín y esos lugares significativos para cada uno de ellos, como así mismo de aquellos espacios que ya no existen, pero siguen latentes en sus memorias, como una añoranza de aquellos buenos y lindos momentos en sus vidas, esta actividad es una etapa donde la persona mayor tiene la capacidad de reflexionar sobre lo que ha cambiado en su vida y así mismo los logrado en su trayectoria de vida, ligado a las ventajas adquiridas con los años, como la experiencia, las habilidades sociales, mejor perspectiva y conocimiento de sí mismo.

#### RESULTADO

Los resultados en este taller, es sobre ese reconocimiento que los

participantes le dan a lo que era antes la ciudad de Medellín en los años 40, 50 o 60, allí ellos compartieron sus experiencias, donde cada uno narró sus conocimientos con relación al cambio y la transformación arquitectónica que ha tenido la ciudad, también se habló de esos lugares donde trabajaban y los cuales ya no existen por esos cambios culturales que han movido a la ciudad para así transformarla en una arquitectura más moderna dejando en cenizas todo la pujanza de esta ciudad por construcciones de mucho concreto y pocas son verdes, allí ellos hablaban de los medios de transporte de la época como era el tranvía y el ferrocarril de Antioquia, otros lugares que para ellos los llena de nostalgia es el teatro Junín donde se realizaron presentaciones muy famosas y de alta calidad.

## EVALUACIÓN

El compartir experiencias y el aprendizaje motivaron a los participantes a regocijarse en el recuerdo de momentos maravillosos vividos en su infancia y en su juventud, esta actividad de lo que es la remembranza, la memoria histórica son un momento de esparcimiento mental, de diversión y de sorprenderse de que en tiempos atrás pudieron haber trabajado juntos o eran vecino en esta ciudad que se ha transformado arquitectónicamente y cultural con

---

diferentes poblaciones interculturales.

Este encuentro permitió evocar una época llena de tradiciones donde las cosas, los lugares, las texturas, los olores y los sabores tenían una particularidad histórica única guardada en la memoria de cada uno de ellos, acá nos podemos dar cuenta que la vida es un libro abierto lleno de experiencias e historias vividas y contadas de distintas maneras, cobrando vida en el presente como en el futuro dándonos una y otra vez, los arraigos y sentido de pertenencia e identidad de lo que se vivía en la ciudad de Medellín en los años 50, 60, 70 y 80, acá resaltó que; "Ellos son el legado oral, vivencial, familiar que se puede tener como referencia de un futuro, reafirmando así lo que Humberto Maturana manifiesta en su libro *el Árbol del conocimiento*"; Uno tiene una máquina del tiempo, un legado, un tesoro y un privilegio para cuidar amorosamente

---

### Figura 11.

*Remembranza.*



*Fuente: Archivo personal.*

### **Cuarta Etapa post-investigación: Puesta en práctica del IAP y I Evaluación del plan de acción.**

Una necesidad básica para las personas mayores es mejorar su calidad de vida. El haber sido partícipes de los talleres artísticos contribuyó a estimular y desarrollar la motricidad fina, las formas, texturas, mezclas y diseños.

Se dio un rescate de las memorias personales y colectivas registradas en videos, audios y fotografías que motivaron reflexiones críticas sobre las transformaciones de la ciudad de Medellín y cómo las vivieron. Las personas mayores consideraron que el progreso ha sepultado gran parte de la memoria de nuestra ciudad con las nuevas reformas arquitectónicas que no tienen en cuenta el sentido de pertenencia de las personas que allí habitan.

Las charlas sobre relaciones interpersonales *Hablemos de Género, Equidad e Igualdad* permitieron abrir un espacio de debate, opinión y construcción colectiva de un collage con varios rostros, a partir del cual se formó un rostro gigante dividido en dos: un lado fue el rostro una mujer y el otro de un hombre. Manifestaron emociones de asombro y sorpresa al descubrir que en el lugar donde se encuentran siempre van a existir las diferencias interculturales y de género, las cuales deben ser respetadas y valoradas.

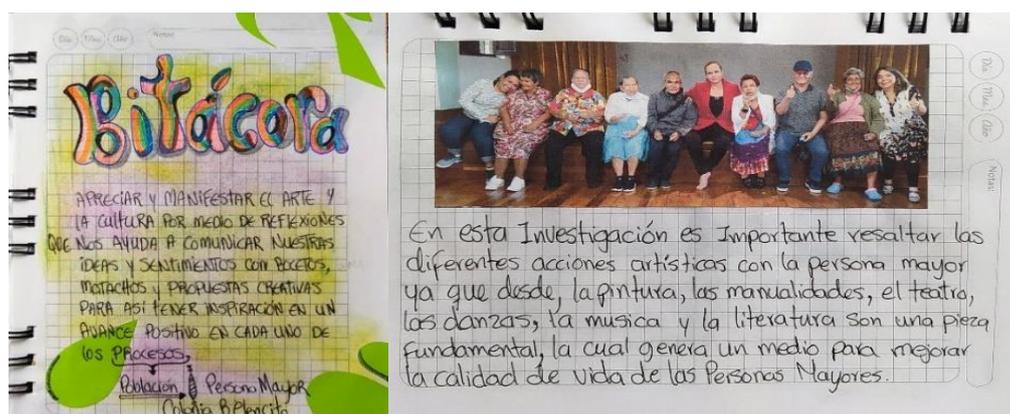
La investigación arrojó siete pilares que destacan la importancia de una vejez activa: Vida digna, salud, auto-reconocimiento, confianza, interacción social, disfrute de los diferentes lenguajes artísticos y culturales. Es deber del Estado en todos sus niveles seguir elaborando Políticas Públicas para asegurar una vida digna a las personas mayores y sobre todo, garantizarles que sus últimos años de vida transcurran con dignidad en concordancia con sus Derechos Humanos.

Con relación a la memoria autobiográfica *Háblame de ti – Historias de Vida* se permitió la evocación de los recuerdos más precisos y preciados por cada uno de los participantes, quienes actuaron como un guion para la ejecución de los procesos pedagógicos artísticos, quienes posibilitaron que fluyeran los encuentros y llegar a una acción clara sin generar un desbordamiento emocional con sus historias de vida y sus acontecimientos personales. Todas estas acciones fueron efectivos para movilizar y activar su memoria.

En esta etapa las investigadoras escribieron todas las bitácoras.

### Figura 12.

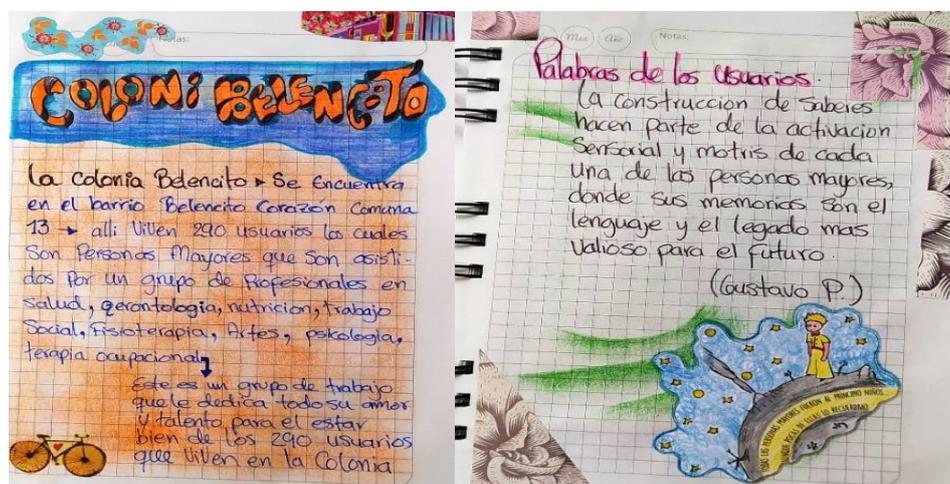
*Bitácora personal de la investigadora María Paulina Herrera Pulgarín (I)*



Fuente: Archivo personal.

**Figura 13.**

*Bitácora personal de la investigadora. María Paulina Herrera Pulgarín (II).*



*Fuente: Archivo personal.*

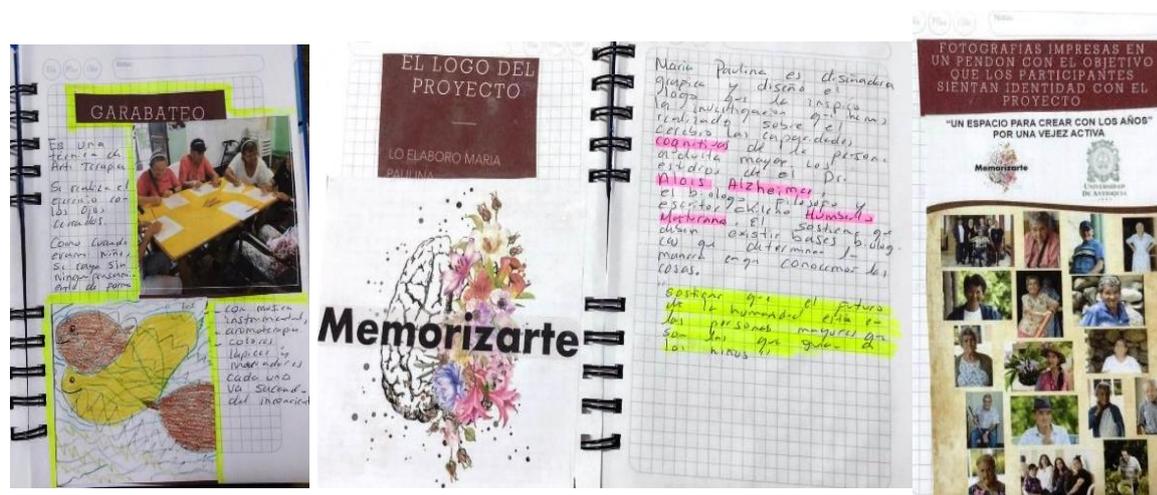
Para la investigadora María Paulina Herrera Pulgarín este diario de campo le permitió conocer más a fondo aquellas necesidades que esta población tiene con relación a lo afectivo, emocional, social, cultural y familiar, digamos que estos estados hacen que uno se apasione más por lo que hace y más cuando estas acciones son tomadas desde las artes plásticas, que es una manera tan maravillosa de expresar todos nuestros sentimientos como de igual manera he aprendido que las capacidades que tienen cada uno de estos seres son muy especiales, ya que me ayudan a crear, a crecer como persona y como artista plástica en el campo social.

Desde el primer día en que empezó a desarrollar este diario de campo pensó en lo importante que sería en su vida, conocer más sobre las múltiples capacidades que tienen las personas mayores, porque ellos vienen con una gran trayectoria de vida y donde sus experiencias son ese espejo de acciones y palabras que expresan el ayer y el hoy. Se sintió muy agradecida de poder ejecutar esta investigación con este campo poblacional, ya que en cierta parte se encuentra en deuda consigo misma y con ellos porque quiere seguir avanzando más en lo que vivió allí con ellos, pues sabe que por medio de las artes se puede construir un cambio positivo y, así, esta sociedad

conozca esta población que son patrimonio histórico y cultural donde la apuesta siempre va a ser por una vejez activa.

**Figura 14.**

*Bitácora personal de la investigadora Gelma Nazareth Higuera Alvarado.*



Fuente: Archivo personal.

Para la investigadora *Gelma Nazareth Higuera Alvarado* la experiencia fue muy constructiva en su formación profesional y personal. Inició con su equipo en el año 2020 sus primeros acercamientos a la población persona mayor y cada día que iban a realizar el estudio sucedían experiencias que la marcaban como docente y como ser humano. El amor, disposición y entrega con el que las acogieron los participantes de la investigación fue lo más significativo. Realizó su diario de campo en unas bitácoras que diseñó la investigadora *María Paulina Herrera Pulgarin* para la Colonia y al ver plasmados los trabajos de los usuarios en la portada de la bitácora se motivó a dar lo mejor en cada taller. Desde un principio, con la realización del mural junto a los usuarios empezó una aventura creativa que gozaron en equipo, luego se fueron desarrollando los talleres cada vez con más participantes, acudían con alegría siempre a la expectativa de nuestro siguiente encuentro.

Observó cómo con el paso del tiempo se conocían más y las personas mayores les contaban con lujo de detalles su vida, desde que eran niños hasta los momentos más dolorosos que les brindaron los aprendizajes más significativos.

*Gelma Nazareth Higuera Alvarado* tiene una carta que le escribió don Luis Bonet en un ejercicio de Biodanza, en el cual se miraron a los ojos durante cinco minutos y luego escribieron una carta de amor para quien lo recibió en la mirada. Sus palabras le llegaron al alma. Aprendió que con los años se valora más la vida y la oportunidad de adquirir nuevos aprendizajes.

### Figura 15.

*Bitácora personal de la investigadora Adriana María Pérez Olarte.*



*Fuente: Archivo personal.*

Para la investigadora *Adriana María Pérez Olarte* se generó un acercamiento entre el investigador y el participante, donde se encontró en la mirada de cada uno sus ancestros, una mirada al futuro, la realidad, la mejor lección de su vida, saber vivir, saber envejecer, saber morir, la sabiduría disfrazada de canas, arrugas y una sonrisa libre de prejuicios. Un aprender a valorar cada paso, cada gesto, cada experiencia cotidiana. El aquí y ahora se convirtieron en la llenura de todos los vacíos, se aliviaron sus cargas y escuchando las historias, algunas quedaron grabadas como cicatrices y otras como un jardín con espinas

en ella. Bello, pero doloroso. Cada historia fue única y tuvo lecciones de vida dignas de ser expresadas.

## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

MemorizArte logra desarrollar una propuesta pedagógica centrada en la persona mayor a través de las artes, teniendo en cuenta la capacidad de apropiación de la persona mayor con respecto a su conocimiento, el acontecer del entorno y su relación con la sociedad. También se avanzó en la promoción y descubrimiento de talentos con las personas mayores, pues cada una desempeñó un papel protagónico en el trabajo individual y colectivo, aportando así al mejoramiento de su calidad de vida.

Con la participación organizada y activa de las personas mayores se da lugar al desarrollo de procesos socio – emocionales, pedagógicos, artísticos y culturales que implican otras formas de lenguaje, relacionamiento y creación de significados.

También se valorizaron sus experiencias de vida al realizar ejercicios de memoria mediante las biografías, escritos, pinturas, tejidos, entre otros. Así mismo, los talleres generaron impacto y asombro en los participantes, esto los motivó a desarrollar y potenciar sus destrezas motoras y a compartir con sus pares generando un diálogo de saberes.

Es importante destacar la forma como los participantes se sorprendieron al mirar su figura en un espejo generando asombro, hecho que posibilitó el trabajo individual de su propia figura.

La edificación de este proyecto fue un ejercicio de conocer y aprender sobre la población persona mayor donde se tomaron decisiones frente a diferentes búsquedas del entorno de cada una de ellos, se identificaron sus necesidades desde lo afectivo, lo cognitivo, lo corporal y lo comunicativo. Fue un proceso vital para la investigación, aplicar diversos elementos artísticos que fueran efectivos para el desarrollo de cada encuentro, estos se estructuraron y trascendieron en cada una de las estrategias didácticas aplicadas, pasando de ser un ejercicio de práctica pedagógica a un proceso activo, sensible y experiencial. Es así, como se evidencia las necesidades y posibilidades de la persona mayor participante y como se tejen estas alternativas en el encuentro con el artista – mediador.

Las personas mayores son una de las poblaciones con mayores victorias de la humanidad, así como las poblaciones con los mayores retos. Vale reconocer todas sus capacidades, pues ellos son co - autores del futuro, ya que el envejecimiento es una experiencia positiva, una vida más larga que debe estar acompañada de oportunidades afectivas, crecimiento personal, reconocimiento, autonomía y una mejor calidad en el vivir.

El acercamiento con las personas mayores comienza desde el diálogo y la escucha, ya que para ellos es muy importante contar sus vidas, describir los entornos en los que habitaron y crecieron. El diálogo fue crucial para que las actividades de cada encuentro fluyeran de la mejor manera, sobre todo cuando se desarrollan procesos artísticos que brindan infinitas posibilidades de crear, de explorar nuevas técnicas y alternativas para expresarse y comunicarse.

La didáctica de las artes es una gran herramienta que genera acontecimientos transformadores desde las emociones, que se convierten en acciones creativas, visibles y tangibles, donde las personas mayores se reconocen como agentes de creación, que manifiestan su sentir a través de una obra artística. Cabe anotar, que las acciones artísticas siempre surgen de lo social, transformándose en un significado cultural.

Las artes plásticas posibilitan la realización de proyectos creativos, que permiten adquirir nuevos conocimientos, así como, nuevas experiencias estéticas y otras formas de experimentación que fortalecen la capacidad de asombro.

La experiencia de realizar esta investigación en el Hogar de Larga Estancia Colonia Belencito permitió tener más conocimiento sobre la atención a las personas mayores (geragogía), como una pedagogía de la vejez, cómo debe ser su trato, que tipo de lenguaje y acciones se deben implementar acordes a este ciclo vital.

Por medio, de diferentes estrategias didácticas en artes se generan acciones de bienestar, donde los participantes expresan que cada “encuentro es novedoso y que les sorprende todo lo que se puede hacer desde las artes plásticas” y como desde diferentes técnicas se pueden expresar teniendo así resultados tan gratificantes

en cada uno de los encuentros vivenciados, donde se motiva a que las personas mayores disfruten del espacio de manera positiva, creativa y activa.

La participación de la población persona mayor del Hogar de Larga Estancia Colonia Belencito permitió un desarrollo activo en cada uno los encuentros, donde los diferentes temas que se realizaron arrojaron información positiva, ya que se pudo observar que las capacidades que tiene cada uno de los participantes son cien por ciento experiencias vividas propias del trajinar de la vida y donde se les puede reconocer como una población activa en un ciclo vital de vejez activa.

De acuerdo, con lo que el plan de acción ejecutado en los encuentros se podría decir, que cada estrategia tuvo como objeto propender por el bienestar de la persona mayor o más bien, el estar bien por medio del arte.

Las artes plásticas fueron el eje central de cada encuentro, experiencias como el garabateo mostro que los participantes disfrutaron de la realización de este taller, dibujar con los ojos cerrados fue un reto sensorial y espacial, todo fue por medio de lo sonoro, se puede decir que la fusión de lo gráfico y lo sonoro permitió una exploración de nuevos saberes o más bien de las capacidades cognitivas y motrices que cada una, de las personas mayores realizaron en ese momento.

A través del uso de estrategias didácticas alternativas se logró subir la percepción de bienestar en los participantes de la investigación en un diez por ciento, según la información que arrojaron las encuestas que se realizaron al inicio y al final de la investigación.

Fue un aporte muy importante los estudios realizados de cognición para llegar de una forma más precisa con las técnicas adecuadas a la población persona mayor. Los talleres de remembranza, las entrevistas de satisfacción que se realizaron de forma oral con registros de video dan cuenta de la forma como se estimuló la memoria de corto, mediano y largo plazo.

Fue un acierto utilizar la técnica de la biodanza con los usuarios de la Colonia Belencito debido a que los participantes expresaron su sorpresa y emoción al

encontrarse con la mirada del compañero, el contacto físico y poder expresar sus emociones y afectos utilizando el lenguaje no verbal.

Para los participantes hombres y mujeres expresaron en las entrevistas de cierre del proceso la alegría que les ocasionaron los ejercicios propuestos y la mejor relación que tienen con sus compañeros.

En las encuestas de medición de bienestar que se realizaron al final de la investigación destacaron la biodanza como un gran aporte para su vida socio afectivo.

De otro lado se menciona que la investigación realizada ha tenido varios espacios de proyección a nivel de la Ciudad de Medellín, se realizaron dos exposiciones, la primera en el Parque Biblioteca La Floresta con el apoyo de la Sistema de Bibliotecas de Medellín y su sede la Biblioteca Pública Piloto y la segunda en el Edificio Vásquez, en ambas exposiciones se expusieron las obras de las personas mayores, productos realizados durante los talleres de artes plásticas, así como las bitácoras personales de cada una de las investigadoras y los registros fotográficos de los participantes.

La segunda exposición se realizó en la Universidad de Antioquia, esta fue una instalación con elementos de la Colonia Belencito, armarios y pupitres que dan cuenta del paso de los años, la connotación social de la vejez y la situación por la que pasan las personas mayores en condiciones de vulnerabilidad, el abandono, el olvido y en ocasiones el desprecio de la sociedad y sus familias, como una metáfora representada en los muebles viejos, sucios y abandonados.

La situación social de las personas mayores en Colombia en condición de vulnerabilidad es muy precaria en muchos aspectos socio afectivo, cultural, económico, de salud física y mental; el desplazamiento forzado es uno de los factores constantes en las personas mayores ya que muchos se vieron obligados a salir de sus territorios para llegar a la ciudad sin un lugar estable, o sufren por desplazamiento intraurbano lo cual es algo que es muy habitual, de esta manera también se vulneran sus derechos.

Para finalizar queremos compartir que el material presentado fue el fruto de nuestro interés, pasión y compromiso por esta hermosa investigación, el cual es un documento que no termina, este es un documento inacabado, ya que esperamos y deseamos que sea una invitación o un llamado que anime a otras profesionales en el campo social a aunar esfuerzos y afectos por estos procesos y que tomen esta investigación como un referente.

En esta investigación llegamos a la conclusión de que una de las maneras de evitar la indiferencia hacia las Personas Mayores es el de reconocerlos como personas activas ante la sociedad y por esta razón se debe continuar con procesos de formación orientados a la persona mayor, así como la continua creación de acciones didácticas y artísticas que generen espacios de escucha, afecto, estimulación y reconocimiento, ya que es uno de los medios que favorece su bienestar y su integración a nivel social y cultural.

Esta investigación fue elaborada con la intención de destacar y reconocer las capacidades cognitivas de las personas mayores participantes, las cuales nos demostraron que cada día quieren aprender más, y también, desean compartir y enseñar toda la sabiduría y experiencia que llevan en su mente, allí, ellos reconocen que los años no disminuyen sus ganas de vivir y de gozar lo que cada día llega a sus vidas, cada día es una oportunidad para vivir con plenitud; este es un grupo muy heterogéneo el cual nos motivó a seguir construyendo historias de vida y a resaltar su presencia, capacidades y experiencias como personas activas para la sociedad, así mismo, se da una valoración de sus narrativas, las cuáles podrían llegar a ser una fuente oral viva, que podrían considerarse como un patrimonio cultural inmaterial por sus aportes tan enriquecedores en el proceso.

Se considera que en el aprendizaje con la persona mayor hay aspectos importantes como es la aptitud, la actitud, la motivación, el amor, la creatividad, la sensibilidad, la capacidad expresiva, simbólica, espacial, interpersonal, entre otros, esta experiencia investigativa permite reconocer y afianzar el desarrollo de sus

conocimientos y habilidades ante un universo de saberes, así mismo, pone de manifiesto su legado y el valor de su ser en la sociedad, es así, como el lugar de la persona mayor se resignifica para invitar a la sociedad a asumir de manera corresponsable y afectuosa el cuidado, aprecio, reconocimiento y valoración de esta generación dorada que ha iluminado las sendas de la vida y el tiempo.

## REFERENCIAS

- Administrador. (2018). *La memoria. Definición, funcionamiento y tipos*. STIMULUS.  
<https://stimuluspro.com/blog/la-memoria/#:~:text=La%20memoria%20es%20algo%20m%C3%A1s,y%20recuperaci%C3%B3n%20de%20la%20informaci%C3%B3n>
- Cacua-Villamizar, A. M., Sepúlveda-Corzo, A. L. & Marín-Jaramillo, V. (s. f.). *El Uso de la Fotografía como Reflejo de la Identidad Cultural de los Estudiantes de Octavo Grado* [Tesis de maestría]. Fundación Universitaria Los Libertadores. <https://n9.cl/8csao>
- Calderón, J. & López-Cardona, D. (s. f.). Orlando Fals-Borda y la investigación acción participativa: Aportes en el proceso de formación para la transformación. En *Encuentro hacia una Pedagogía Emancipatoria en Nuestra América*. Centro Cultural de la Cooperación Floreal Gorini. <https://onx.la/f8195>
- Calzado-Almodovar, Z., Ruíz-Fernández, M. A., Espada-Belmonte, R. & Gordillo-Gordillo, M. (2013). Arte y mayores: Propuesta para un envejecimiento activo. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 247-258.  
<https://n9.cl/ds7iq>
- Castellarin, M. & 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), pp. 7–20.  
<https://dx.doi.org/10.17561/rtc.n17.1>
- Castro, E. (2011). Diccionario Foucault. *Temas, conceptos y autores*. -1ra ed. - Siglo Veintiuno Editores. Buenos Aires.
- Danubio. (2018). *Finca La María. Una hacienda llena de historia*. Retazos de la Vida.  
<https://n9.cl/bczal>
- De La Fuente-Aguilar, G. P. E. (s. f.). *Las competencias y el aprendizaje*. Monografías.  
<https://www.monografias.com/trabajos107/competencias-aprendizaje/competencias-aprendizaje>

- Duque, J. M. & Echanogorria, A. M. (Eds.). (2008). *La participación social de las personas mayores*. Instituto de Mayores y Servicios Sociales. <https://n9.cl/scqpr>
- EMERA. (s. f.). *La importancia de ejercitar la memoria en las Personas Mayores*. EMERA España. <https://emera-group.es/noticias/la-importancia-de-ejercitar-la-memoria-en-las-personas-mayores/#:~:text=La%20memoria%20permite%20a%20las,inciden%20directamente%20sobre%20nuestra%20memoria>
- Envejecimiento y Vejez*. (s. f.). Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia. <https://n9.cl/y5q6>
- Ganoza-Martínez, L. X. (s. f.). *El arte como medio de comunicación en el adulto mayor* [Tesis de pregrado]. Universidad Distrital Francisco José de Caldas. <https://n9.cl/75x20>
- García, J. M. (2016, 30 de julio). La vejez, una época a la que no se le debe temer. *La Opinión*. <https://n9.cl/zmc0f>
- García-Araneda, N. R. (2007). La educación con personas mayores en una sociedad que envejece. *Horizontes Educativos*, 12(2), 51-62. <https://n9.cl/c3ycf>
- González, D. A., Castro, J. L. & Medina, P. M. (2007). *[Mayores Activos] teorías, experiencias y reflexiones en torno a la participación social de las personas mayores*. ARJE. <https://onx.la/e9495>
- Guzmán, L. (s. f.). *Marco teórico*. El Aprendizaje Significativo. <https://n9.cl/taf0i>
- Halbwachs, M. (2002). Fragmentos de La Memoria Colectiva. *Athenea Digital*, 2, 1-11. <https://n9.cl/sdwiv>
- Illesca-Pretty, M. E., González-Zuñiga, M. I., Soto-Urrutia, S. H., Guala-Solis, V. D., González-Osorio, L. A. & Cabezas-González, M. E. (2019). Biodanza en adultos mayores con enfermedades crónicas para la promoción de la salud. *Archivos de Medicina*, 19(1), 66-73. <https://onx.la/cc031>

- Jara, A. (2017, 24 de marzo). Maturana: "El futuro de la humanidad no son los niños, son los mayores". *La Tercera*. <https://www.cepchileag.cl/2017/03/maturana-futuro-la-humanidad-no-los-ninos-los-mayores/>
- Kummetz, P. (2006, 23 de enero). Joseph Beuys: «todo ser humano es un artista». *Deutsche Welle*. <https://onx.la/98b9a>
- La identidad social en el envejecimiento y la vejez - Iacub*. (2016). Altillo. [https://www.altillo.com/examenes/uba/psicologia/psicovejez/psicovejez\\_residyenvca1\\_iac\\_2016.asp#:~:text=Ribera%20Casado%20considera%20al%20envejecimiento,las%20formas%20de%20la%20vejez%E2%80%9D](https://www.altillo.com/examenes/uba/psicologia/psicovejez/psicovejez_residyenvca1_iac_2016.asp#:~:text=Ribera%20Casado%20considera%20al%20envejecimiento,las%20formas%20de%20la%20vejez%E2%80%9D)
- Londoño, C. (2019, 9 de agosto). Según Jean Piaget, estas son las 4 etapas del desarrollo cognitivo. *Elige Educar*. <https://n9.cl/1oy2>
- López-Martínez, M. D. (2012). Técnicas, materiales y recursos utilizados en los procesos arteterapéuticos. *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, (6), 183-191. [https://doi.org/10.5209/rev\\_ARTE.2011.v6.37092](https://doi.org/10.5209/rev_ARTE.2011.v6.37092)
- Lorenzo-Cabrera, H. (2012, 9 enero). Proyecto "la Biodanza como herramienta para el desarrollo de la inteligencia emocional". TAMADABA. <https://n9.cl/wmaky>
- Martínez-Salanova, E. (s. f.). *La didáctica para el adulto*. Portal de la Educomunicación. <https://n9.cl/ko4zz>
- Organización de los Estados Americanos. (2015). *Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores*. <https://onx.la/6f427>
- Organización Panamericana de la Salud. (2022). Década del Envejecimiento Saludable 2020-2030. En *Organización Panamericana de la Salud*. <https://n9.cl/hnt4g>
- Ortiz-Ocaña, A. (2015). La concepción de Maturana acerca de la conducta y el lenguaje humano. *CES Psicología*, 8(2), 182-199. <https://onx.la/066f0>
- Peralbo-Cano, R., Durán-Suárez, J. A., Sorroche-Cruz, A., Bellido-Márquez, C., Moleón-Viana, M. A. & Lozano-Rodríguez, I. (2011). De artista a andragogo. Experiencias educativas de docencia no reglada en cursos dirigidos por artistas contemporáneos. *Arte, Individuo y Sociedad*, 23(1), 29-43. <https://onx.la/6075a>

Presidencia de la República de Colombia. (2021, 6 de febrero). Decreto 163 de 2021. *Por el cual se crea el Consejo Nacional de Personas Mayores y se dictan otras disposiciones*. Diario Oficial.

<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=158706>

¿Qué es la biodanza? (s. f.). biodanza Rolando Toro. <https://n9.cl/ee4lc>

¿Qué es la investigación de acción participativa? (s. f.). <https://onx.la/2e0d0>

Qué es la Memoria de Trabajo o Memoria Operativa. (s. f.). Aiteco Consultores.

<https://n9.cl/y6dqr>

Secretaría de Inclusión Social, Familia y Derechos Humanos. (2017). *Política Pública de Envejecimiento y Vejez. Plan Gerontológico 2017-2027*. Alcaldía de Medellín.

<https://n9.cl/8zc0>

Vásquez-Ochoa, S. (2020). La pintura como evocadora de recuerdos en la vejez. El caso de Carmen Luz [Tesis de pregrado]. Universidad Pedagógica Nacional.

<https://n9.cl/k3z6a>

Zapata-Giraldo, A. M. (s. f.). *Arte terapia para una comprensión del sentido de vida en dos adultos mayores*. [Tesis de pregrado]. Universidad de Antioquia. <https://n9.cl/0v04g>

## ANEXO

### Anexo 1. Glosario

**Adulto mayor.** Una persona de 60 años o más, de acuerdo con la ley 1251 del 2008, los Derechos de las Personas Adultas Mayores. En los países desarrollados, se denomina así a alguien de 65 años o más. Existe un debate sobre si esta definición debe ser solo cronológica o debe incluir aspectos biológicos y psicosociales.

Nace con la intención de ser la síntesis del paradigma social actual que asocia al compromiso con el descanso y reposo. Esto se refiere a la posibilidad de conjugar el ocio con la capacidad de decidir crear producir y elegir que determina la autonomía de una persona.

**Adivinanzas.** Frase, conjunto de versos, entre otros, en los que se describe una cosa de manera indirecta o enigmática para que alguien adivine de qué se trata, a modo de pasatiempo o entretenimiento.

**AMMAUTA.** Equipo de Personas Mayores, adscrito a la Secretaría de Inclusión Social, Familia y Derechos Humanos, fue creada mediante Acuerdo N°04 de 2008, con el propósito de direccionar, formular, coordinar y gestionar las políticas, planes, programas y proyectos estratégicos de prevención, promoción, intervención y asistencia de las personas mayores, contribuyendo al mejoramiento de las condiciones de vida de esta población.

**Andragogía.** Es el conjunto de técnicas de enseñanza orientadas a educar personas adultas. La andragogía también es considerada la ciencia que ayuda a organizar los conocimientos de los adultos.

**Anciano.** Anciano es un vocablo traducido de la Biblia que denota todos los atributos relacionados con la sabiduría que los hebreos le asignaron a las personas mayores.

**Biodanza.** Es un sistema de autodesarrollo que utiliza música, movimiento y situaciones de encuentro en grupo para profundizar el autoconocimiento.

**Bitácora.** La palabra bitácora puede tener diferentes significados. Uno de ellos es para referirse a una parte de un navío. La bitácora se puede encontrar en la parte superior, cerca del timón del navío. Es una especie de armario donde se guarda la brújula, para indicar el camino, también llamada aguja náutica. La palabra bitácora deriva del francés *bitacle*.

**Bitácora artística.** La bitácora acompaña a los artistas en su quehacer diario; en ella registran sus apuntes, ideas, bocetos, diagramas, dibujos, observaciones, inquietudes, recuerdos y otras experiencias.

**Dependencia.** Situación funcional o de necesidad de ayuda en la realización de las actividades básicas de la vida diaria (por ejemplo, alimentarse, asearse, movilizarse).

**Dichos.** Son expresiones populares que denotan con ingenio una idea, dando una analogía de la misma, son ingeniosos metafóricos, manifiestan la cultura local usan lenguaje coloquial, no tienen sentido literal, fáciles de memorizar, de origen desconocidos ejemplo: “El ternero se conoce por la vaca”.

**Discapacidad.** Reducción parcial o total de la capacidad de realizar una actividad o función dentro de los límites que se consideran normales, como resultado de una deficiencia o enfermedad.

**Envejecimiento activo.** Proceso por el cual se optimizan las oportunidades de bienestar físico, mental y social de participar en actividades sociales, económicas, culturales, espirituales y cívicas, y de contar con protección, seguridad y atención con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable y la calidad de vida de todos los individuos en la vejez.

**Geriatría.** Rama de la medicina que se ocupa de una manera global de los aspectos clínicos, terapéuticos, preventivos y sociales de la salud y la enfermedad de los ancianos.

**Gerontología.** Estudio de la salud, la psicología y la integración social y económica de las personas que se encuentran en la vejez.

**Multigeneracionales.** Se define cuando tres o más generaciones conviven bajo el mismo techo, es decir, que grupos de diferentes edades se encuentran en la misma casa.

**Refranes.** Frase de origen popular repetida tradicionalmente de forma invariable, en la cual se expresa un pensamiento moral, un consejo o una enseñanza; particularmente la que está estructurada en verso y rima en asonancia o consonancia.

**Remembranza.** Es la acción y el resultado del verbo recordar, que se originó en el latín “rememorare” que se integra con el prefijo regresivo “re” y “memorare”, en el sentido de tener en la memoria, o recordar. Una remembranza es un recuerdo que se nos aparece en la memoria, una evocación.

**Tercera Edad.** El concepto en Francia en 1961 con el fin de mostrar la posibilidad de una nueva etapa por vivir desarrollando una imagen de vejez activa autónoma e insertada socialmente, este concepto está relacionado con la incorporación de los adultos mayores a nuevas políticas sociales en el período de desarrollo del estado de bienestar.