



**La tercera escena**

Andrés Kortman Zea

Trabajo de grado presentado para optar al título de Maestro en Arte Dramático

Asesor

Diego Ignacio Casas Jaramillo, Magíster (MSc) en artes.

Universidad de Antioquia

Facultad de Artes

Arte Dramático

Medellín, Antioquia, Colombia

2024

---

<b>Cita</b>	(Kortman Zea, 2024)
<b>Referencia</b>	Kortman Zea, A. (2024). <i>La tercera escena</i> [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.
<b>Estilo APA 7 (2020)</b>	

---



Centro de Documentación Artes

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

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

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**

A Dios, por iluminar mi camino y darme la fortaleza y la inspiración necesarias para alcanzar este logro. A mis padres, por su amor incondicional, su sabiduría y su apoyo constante, que han sido mi mayor fuente de motivación. A mis hermanos, por su compañía y por ser siempre una fuente de aliento y alegría. A mi pareja, por su paciencia, comprensión y apoyo inquebrantable durante este proceso. Y a mi Gatico Tomate, por su leal compañía y por recordarme la importancia de la simplicidad y el amor verdadero en cada día.

### **Agradecimientos**

Quiero expresar mi sincero agradecimiento a mi Asesor, Diego Ignacio Casas, por su valiosa orientación y por creer en mi proyecto, a los participantes del grupo “El Dorado” y a los que han contribuido a mi formación académica, brindándome los conocimientos y herramientas necesarias para alcanzar este logro.

## Tabla de contenido

<b>Resumen</b>		8
<b>Abstract</b>		9
<b>1. Introducción</b>		10
<b>2. Justificación</b>		11
<b>3. Estado del arte</b>		12
<b>4. Objetivos</b>		19
<b>4.1. Objetivo General</b>		19
<b>4.2. Objetivos Específicos</b>		19
<b>6. Referentes Teóricos</b>		21
<b>6.1. Vejez</b>		21
<b>6.2. Envejecimiento activo</b>		25
<b>6.3. Topografía espacial – View Points</b>		26
<b>6.4. Motor de movimiento – Jerzy Grotowski</b>		27
<b>6.5. Voz – Cicely Berry</b>		29
<b>7.1. Técnicas utilizadas</b>		31
<b>7.2. Fases y actividades a desarrollar en el cronograman</b>		33
<b>8. Conclusiones</b>		36
<b>9. Bitácora</b>		39
<b>9.1. Temas teatrales</b>		39
<b>9.1.1. Fortalezas</b>		39
<b>9.1.2. Oportunidades</b>		40
<b>9.2. Relatos de vida</b>		41
<b>10. Referencias</b>		46

<b>11.</b>	<b>Anexos .....</b>	<b>47</b>
<b>11.1.</b>	<b>Ensayos teatrales .....</b>	<b>47</b>
<b>11.2.</b>	<b>Funciones .....</b>	<b>48</b>

**Lista de tablas**

<b>Tabla 1</b> Cronograma.....	34
--------------------------------	----

### **Siglas, acrónimos y abreviaturas**

<b>APA</b>	American Psychological Association
<b>OMS</b>	Organización Mundial de Salud
<b>UdeA</b>	Universidad de Antioquia
<b>ONU</b>	Organización de Naciones Unidas

## Resumen

Este proyecto de grado se centra en potenciar las habilidades comunicativas y expresivas de los participantes del grupo teatral El Dorado mediante la puesta en escena de la obra "Gold Gym". El objetivo general fue desarrollar estas habilidades en el semestre 2023-1, utilizando una metodología cualitativa que incluye grupos focales y observación participante. La intervención permitió a los actores, adultos mayores del municipio Bello, explorar y expresar sus experiencias personales a través de técnicas teatrales, mejorando su capacidad para crear y representar personajes. El análisis muestra que la metodología no solo fortaleció las habilidades escénicas, sino que también proporcionó un espacio de socialización y autodescubrimiento. Las funciones de la obra, realizadas con un aforo completo, evidenciaron un crecimiento significativo en la expresión y narrativa de los participantes. El proyecto subraya la importancia del teatro en el empoderamiento y la conexión social de los adultos mayores, destacando cómo el arte puede transformar vidas y comunidades.

*Palabras clave:* Habilidades, metodología, conexión social, técnicas teatrales, potenciar, explorar, expresar.

## **Abstract**

This thesis focuses on enhancing the communicative and expressive skills of the El Dorado theater group through the production of the play "Gold Gym" during the 2023-1 semester. The primary objective was to develop these skills using a qualitative methodology that incorporated focus groups and participant observation. This approach allowed senior actors from Bello to delve into and articulate their personal experiences through theatrical techniques, leading to significant improvements in their ability to create and portray characters. The findings indicate that the methodology not only strengthened the participants' theatrical skills but also provided a meaningful space for social interaction and self-discovery. The successful performances of the play, which enjoyed full attendance, showcased notable advancements in the participants' expressive and narrative capabilities. The project underscores the role of theater in empowering and connecting older adults, illustrating how art can profoundly transform lives and foster community engagement among the elderly.

*Keywords:* Skills, Methodology, Social Connection, Theatrical Techniques, Enhance, Explore, Communicate.

## 1. Introducción

En un mundo donde la comunicación efectiva y la expresión personal juegan roles cruciales en el desarrollo integral de los individuos, la mejora de estas habilidades se convierte en un objetivo fundamental en diversos contextos profesionales y educativos. Este proyecto de grado se centra en la investigación y potenciación de habilidades comunicativas y expresivas a través de la puesta en escena de producciones teatrales, con un enfoque particular en el grupo El Dorado y su obra “Gold Gym”.

El teatro, como herramienta educativa y formativa, ofrece una plataforma única para explorar y desarrollar capacidades que van más allá de la mera representación escénica. Al integrar técnicas teatrales, los participantes tienen la oportunidad de mejorar no solo su habilidad para expresar ideas y emociones, sino también para conectar socialmente con otros. La metodología cualitativa empleada en este estudio, que incluye grupos focales y observación participante, proporciona una visión profunda de cómo estos métodos pueden contribuir al fortalecimiento de estas habilidades en adultos mayores.

La relevancia de este proyecto radica en su capacidad para ofrecer un espacio de exploración y autodescubrimiento a través del arte, un aspecto esencial para el bienestar personal y la integración social de los participantes. Al enfocar la intervención en adultos mayores del municipio Bello, se busca no solo potenciar sus capacidades expresivas, sino también fomentar una mayor inclusión y reconocimiento dentro de su comunidad.

A través de este estudio, se pretende demostrar que el teatro puede ser una herramienta poderosa para el empoderamiento personal y social, subrayando cómo la combinación de habilidades comunicativas y técnicas teatrales puede transformar vidas y enriquecer el tejido social de una comunidad.

## 2. Justificación

En la ciudad de Bello, Antioquia, aunque existen diversos grupos que desarrollan procesos culturales y deportivos con adultos mayores, solo hay una agrupación que aborde la creación teatral con esta población: La corporación Gestos Mnemes, esta conformó hace cinco años, un grupo de adultos mayores llamado: El dorado, esta agrupación desarrolla una propuesta desde el arte dramático, realizando montajes teatrales y explorando técnicas escénicas, haciendo una apuesta por resignificar el tránsito de este ciclo de vida a partir del arte.

Cabe recalcar que la experiencia teatral de la mayoría de los integrantes, es únicamente la que han recibido a través de la conformación de este grupo, teniendo en cuenta que cada proceso ha sido particular, ya que no todos ingresaron al momento de la creación de El dorado o han estado de manera intermitente, es por ello que la práctica buscará explorar y potenciar en los participantes habilidades expresivas y narrativas, equilibrando las energías y conocimiento grupal, aportando herramientas para el abordaje de procesos creativos y contribuyendo a la cualificación de los productos teatrales.

La tarea actoral y el proceso de montaje es un oficio complejo que, sin las herramientas necesarias, puede convertirse en un acertijo difícil de solucionar, es por ello, que el interés de este proceso va enfocado en la exploración de técnicas para potenciar habilidades necesarias en la creación teatral y el trabajo actoral, aportando a los adultos mayores un camino de abordaje de la tarea escénica, de una manera más consciente y eficaz; en busca de la senda hacia el acto creador y la organicidad.

Esta apuesta por la formación de adultos mayores en el teatro, tiene un objetivo claro: La exploración y desarrollo de las habilidades comunicativas y expresivas de los participantes del grupo, a través de la exploración de técnicas escénicas en el montaje de la obra Gold Gym, pero

adicionalmente, posee un valor agregado a este proceso, ya que es un espacio que aporta herramientas importantes para el desarrollo de cada adulto mayor como un ser funcional en esta sociedad, dignificando su forma de estar en comunidad, permitiéndoles plasmar sus mundos utópicos y deseos a través de un acto creador; es por ello que este grupo es una apuesta artístico-social importante de apoyar y replicar.

### 3. Estado del arte

El siguiente análisis se realizará sobre investigaciones que abordaron poblaciones de adultos mayores desde procesos artísticos o culturales, analizando las diferentes implicaciones y efectos de estos procesos en este ciclo de vida, para esto se desarrollarán en un orden geográfico desde el más lejano al más cercano.

Hernández, F. (2019). *Propuesta de intervención socioeducativa en personas mayores a través del teatro*. Universidad Valladolid. En:

<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/35915/TFG-G3524.pdf?sequence=1>

**Objetivo:** Proponer una intervención socioeducativa en un colectivo en riesgo, como es el de personas mayores, a través de una actividad cultural como es el teatro.

**Tercera edad y envejecimiento:** El estudio aborda la compleja noción de vejez y envejecimiento desde una perspectiva multidimensional que va más allá del mero proceso biológico, considerando también aspectos psicológicos y sociales. Se destaca el aumento demográfico de personas mayores como resultado de avances históricos en áreas como la salud, la economía y la tecnología. Además, se enfatiza la importancia de entender el envejecimiento como un proceso continuo a lo largo del ciclo vital, y se cuestiona la relación entre los declives biológicos y psicosociales en las personas mayores. Este enfoque bio-psico-social es

fundamental para comprender y abordar adecuadamente las necesidades y desafíos de la población adulta mayor en la sociedad contemporánea.

**Envejecimiento activo y aprendizaje a lo largo de la vida:** El enfoque del envejecimiento activo emerge como una respuesta crucial a los estereotipos negativos asociados a la vejez, promoviendo un cambio de paradigma hacia una etapa vital dinámica y participativa. Fundamentado en los derechos humanos y los principios de las Naciones Unidas, este enfoque reconoce a las personas mayores como agentes activos y enfatiza la importancia de su participación en diversas esferas sociales, económicas y culturales. Este cambio de perspectiva no solo implica un cambio en la conceptualización de la vejez, sino que también demanda una acción coordinada de la sociedad y los responsables políticos para implementar políticas que promuevan el envejecimiento activo en áreas como la salud, la educación y el empleo. Dentro de este contexto, el aprendizaje a lo largo de la vida se presenta como un componente esencial para mejorar la calidad de vida de las personas mayores, fomentando el desarrollo personal y social, independientemente de la edad o nivel educativo. Este proceso de aprendizaje continuo involucra el desarrollo emocional y cognitivo, así como la adquisición de competencias y capacidades que permiten a los individuos enfrentar nuevas situaciones con confianza y autoeficacia.

**Conclusiones:** La necesidad de fusionar la educación social con prácticas artísticas, particularmente el teatro, para promover el envejecimiento activo y contrarrestar estigmas negativos asociados a la vejez. Se destaca una falta de integración integral en intervenciones dirigidas a adultos mayores, sugiriendo la expansión de programas que aborden aspectos físicos, cognitivos y emocionales de manera holística. El teatro emerge como una herramienta pedagógica poderosa para mejorar la autoestima, socialización y calidad de vida post-jubilación. En conclusión, se enfatiza la importancia de continuar investigando y desarrollando

intervenciones que aprovechen el potencial de las artes escénicas para promover un envejecimiento activo y significativo.

Cadamuro, I. (2018). *Historias de la tercera edad y el títere como motor interactivo*.

Universidad nacional de Córdoba. En: <https://tinyurl.com/2s4kzh9w>

**Tercera edad:** El capítulo sobre la tercera edad aborda el desarrollo del concepto de vejez desde diversas perspectivas lingüísticas, sociales y biológicas. Se discute cómo la definición de vejez ha evolucionado a lo largo del tiempo, reflejando cambios en las políticas sociales y las condiciones de vida de las personas mayores. Se destacan términos como "tercera edad" y "adultos mayores", que surgen en el contexto de la jubilación universal y la creación de actividades socio-recreativas específicas para este grupo demográfico. Además, se examina el envejecimiento desde una perspectiva biológica, considerando los cambios físicos y mentales asociados con esta etapa de la vida. Se señala el aumento de la esperanza de vida como una oportunidad para aprovechar nuevos roles y actividades en la vejez. Por último, se explora el papel del teatro como una herramienta terapéutica y de desarrollo personal para adultos mayores, destacando sus beneficios en términos de expresión, relaciones sociales, creatividad y bienestar emocional y cognitivo. En resumen, ofrece una visión integral del proceso de envejecimiento y propone el teatro como una práctica artística enriquecedora para la tercera edad.

**Conclusiones:** La conclusión de la investigación se centra en el uso del títere como herramienta teatral para explorar las historias personales de adultos mayores, desafiando los estereotipos sociales y fomentando la participación activa de este grupo demográfico. Se destaca la importancia de adaptar las prácticas teatrales a las necesidades y experiencias específicas de la tercera edad, promoviendo la expresión individual y el análisis de temas relevantes en esta etapa

de la vida. La implementación del taller "historias de la tercera edad y el títere como motor interactivo" demostró ser efectiva en el involucramiento de los participantes y en la creación de un espacio de recreación, encuentro y actividad tanto física como intelectual. Además, se reconoce la escasez de investigaciones previas que aborden la intersección entre el trabajo con títeres y la tercera edad, subrayando la importancia de este estudio en la contribución al conocimiento y la práctica en ambos campos. Se resalta el impacto positivo del taller en la vida cotidiana de los participantes y se enfatiza el potencial del teatro como medio de revalorización artística y expresión personal para las personas mayores. En última instancia, se enfatiza el compromiso continuo de mejorar la calidad de vida y la inclusión social de la tercera edad a través de iniciativas creativas y participativas como esta.

Moreira, M. (2018). *“Entre tablas y bambalinas” Vejez, envejecimiento activo y expresiones artísticas-culturales*. Universidad de la Republica. En: <https://tinyurl.com/2s3tbrun>

**Objetivo:** contribuir al conocimiento sobre la vejez desde una perspectiva del envejecimiento activo y la conformación de comunidad emocional e identidad en el espacio teatral de Libertad.

**Envejecimiento activo:** El análisis del envejecimiento activo aborda la necesidad de promover actividades y espacios de socialización para las personas mayores, reconociendo que el retiro del mercado laboral puede llevar a la exclusión social si no se ofrecen oportunidades significativas de participación. Se discuten las implicaciones de la teoría de la actividad, que enfatiza la importancia de mantenerse ocupado como medida de un envejecimiento saludable, pero también se cuestiona su aplicabilidad universal y su limitación para considerar las preferencias individuales. Se destaca el envejecimiento activo como un enfoque que busca mejorar la calidad de vida de las personas mayores, ofreciendo oportunidades de participación,

salud y seguridad, y promoviendo una imagen positiva de la vejez integrada en la sociedad. En resumen, se resalta la importancia de fomentar la participación y la autonomía de las personas mayores en actividades significativas como parte de un enfoque de envejecimiento activo.

**Conformación de identidad:** El estudio sobre la identidad plantea que esta es una construcción social e histórica que surge de diversos elementos culturales, políticos, económicos y religiosos, generando un lenguaje propio y un sentido de pertenencia en los grupos. Se distinguen dos tipos de identidad: la individual y la colectiva, siendo la primera relativa a procesos personales y la segunda vinculada a la percepción compartida por una comunidad. Se destaca la importancia de compartir metas, valores y una historia propia para desarrollar una identidad colectiva, que también se ve influenciada por la identidad individual de cada miembro. La teoría de la acción de Weber se emplea para comprender la identidad como un atributo racional y dinámico, que implica la continuidad en el tiempo, la distinción de otros actores y el reconocimiento mutuo. Se plantean interrogantes sobre los límites de la identidad colectiva en relación con la comunidad y las dificultades para lograr cohesión social. En resumen, se aborda la identidad como un fenómeno complejo que involucra aspectos individuales y grupales, influenciados por el contexto social e histórico.

**Metodología:** La investigación se desarrolla mediante una metodología cualitativa, utilizando entrevistas y observación participante. Se emplea la entrevista como una forma de comunicación interpersonal que busca obtener información del objeto de estudio desde la perspectiva del sujeto. Se destacan distintas visiones de autores como Alonso y Blanchet sobre la naturaleza y la subjetividad de la entrevista. Además, se utiliza la observación participante para sumergirse en el contexto y las actividades del grupo teatral objeto de estudio, permitiendo al investigador compartir momentos y espacios con los participantes. El trabajo de campo consistió en

entrevistas a todas las integrantes del grupo y al docente responsable, realizadas en diferentes lugares y fechas, así como observaciones durante ensayos y eventos teatrales. Este enfoque metodológico permite una comprensión profunda de las experiencias y perspectivas de los adultos mayores involucrados en la práctica artística, contribuyendo al análisis del desarrollo del concepto de vejez y su contraposición con el envejecimiento activo.

**Conclusiones:** Las reflexiones finales de la investigación destacan el papel crucial del Grupo de Teatro de Adultos Mayores como un espacio de encuentro que ha permitido a los participantes construir percepciones sobre la vejez y el envejecimiento activo. Se resalta la importancia del teatro en la vida cotidiana de los integrantes, proporcionando no solo una actividad creativa, sino también aprendizaje y lazos afectivos significativos. Se enfatiza la influencia positiva del envejecimiento activo, subrayando la importancia de mantenerse activo y participar en múltiples actividades para mejorar la calidad de vida. Se destaca la formación de una comunidad emocional dentro del grupo, caracterizada por la amistad, el compañerismo y el respeto mutuo. Además, se reconoce la influencia de las identidades individuales en la conformación de la identidad colectiva del grupo teatral, estableciendo su relevancia como un espacio inclusivo y enriquecedor para las personas mayores en la ciudad de Libertad.

Caliman, A. (2018). *La influencia del arte en la vida de la persona mayor en Colombia*. Universidad distrital Francisco José de Caldas. En: <https://tinyurl.com/2y9ffs5x>

**Objetivo:** Diseñar una propuesta pedagógica para el desarrollo de competencias artísticas y culturales a fin de dotarlos de herramientas que puedan ser útiles para fortalecimiento de capacidades, auto sostenibilidad, independencia y mejoramiento de calidad.

**Muestra:** El estudio se enfoca en un proceso de formación basado en actividades artísticas dirigidas a adultos mayores en la localidad de Ciudad Bolívar, Colombia. Se han involucrado 40 personas mayores, organizadas en grupos por la Red de Organizaciones Sociales Artísticas. El objetivo principal es proporcionar formación en áreas como alfabetización, primaria y bachillerato, con la posibilidad de iniciar una carrera profesional a través de convenios con entidades universitarias. Se emplearán guías para facilitadores y documentos arquitectónicos como herramientas pedagógicas, además de encuestas y diagnósticos que reflejen la línea base de la política pública de envejecimiento y vejez. Se dará énfasis al aprendizaje a través de situaciones problemáticas del entorno físico, familiar y social de los adultos mayores, así como en actividades artísticas, manualidades y huertas urbanas. El diseño pedagógico se basa en métodos que promueven la participación grupal, el respeto a la diversidad de opiniones y la identificación con el trabajo realizado, facilitando el acompañamiento del proceso de discusión.

**Conclusiones:** Las conclusiones del estudio destacan el crecimiento de la población de adultos mayores en Bogotá en los últimos 15 años, evidenciando un aumento del 5.7%, casi el doble de la tasa de crecimiento de la población total de la ciudad. Se señala también una disminución en las tasas de fecundidad y mortalidad, así como un incremento en la esperanza de vida, especialmente en las mujeres.

Además, se destaca la distribución de la población de personas mayores de 60 años por localidades, evidenciando concentraciones en ciertas áreas de la ciudad. La propuesta de intervención educativa y de formación se plantea como preventiva, con el objetivo de proporcionar medios y herramientas para que los adultos mayores puedan reforzar otros roles

distintos al profesional, manteniendo una vida social activa y generando mayores expectativas de vida a través del arte y logrando generar un espacio de encuentro y revitalización.

## **4. Objetivos**

### **4.1. Objetivo General**

Potenciar habilidades comunicativas y expresivas a partir de la puesta en escena de la obra Gold Gym representada por el grupo El dorado liderado por la Corporación Gestos Mnemes del municipio Bello en el semestre 2023-1.

### **4.2. Objetivos Específicos**

- Identificar las habilidades comunicativas y expresivas de los participantes.
- Reforzar sus habilidades expresivas y comunicativas a través de técnicas teatrales.
- Realizar la puesta en escena de la obra Gold Gym a partir de los elementos explorados.

## 5. Marco Contextual

Gestos Mnemes es una Corporación cultural y artística, fundada hace 20 años por cinco gestores y artistas de diversas áreas de la ciudad de Bello, en busca de aportar al fortalecimiento de la cultura y el arte en la ciudad. “La corporación ha aportado a la transformación sensible y sutil del entorno, posibilitando espacios para el pensamiento creativo, la reflexión crítica de nuevas realidades, el entretenimiento, la diversión, la sana y productiva utilización del tiempo libre y el ocio, así mismo, ha contribuido a generar nuevas apropiaciones del espacio y generar opciones de vida a niños, niñas, jóvenes, adultos y adultos mayores en el campo del arte.”

Gestos Mnemes se ha consolidado como una empresa destacada en el sector cultural con sede en la dirección Kra. 50a #54-13, Andalucía, Bello, Antioquia. La cual está dirigida por Giovanni Upegui, un artista con más de 25 años de experiencia en este ámbito. En este lugar se ubican diferentes espacios que posee la corporación, entre ellos: un café bar “El Quijote”, la sala teatral de la corporación, múltiples salones para el desarrollo de actividades artísticas, culturales, educativas, entre otros eventos que ocurren en el centro, adicional cuenta con un espacio de producción de arte y bodegaje para los diferentes montajes y creaciones artísticas, por último, las oficinas administrativas y taquilla de la corporación.

La población participante del grupo El dorado son 13 personas, en su mayoría adultos mayores, las edades oscilan entre los 45 y los 75 años, conformado por 11 mujeres y 2 hombres. Desde su conformación el grupo se ha encargado del estudio del arte dramático a través de la creación y exploración de obras teatrales: “A la diestra de Dios Padre”, “Las acacias”, “El milagrito” (Creación colectiva), con 4 diferentes directores que han aportado diversos elementos a las habilidades actorales de los participantes por medio de la creación de dichas obras.

## 6. Referentes Teóricos

### 6.1. Vejez

¿Qué es la vejez? A lo largo de la historia, el ser humano ha intentado dar respuesta a esta interrogante, cada época ha permeado y ha vertido diferentes significados sobre este concepto, en la antigüedad, el anciano o adulto mayor poseía un lugar importante para la sociedad, pues en este residía todo el conocimiento e información necesaria para abordar el mundo, el cual se transmitía de generación en generación en una comunidad, esto le permitía tener un papel fundamental e imprescindible, otorgándole respeto y valor.

Por otro lado, los griegos pretendían entender si era un estado de lucidez y sabiduría o era una enfermedad, pero fue en el siglo XVIII que la medicina decide hacer un estudio sobre esta pregunta, enfatizando en los procesos biológicos y fisiológicos, dejando de lado todo el tema psicológico y social, llegando a un punto de vista patológico, viendo la vejez como un sinónimo de enfermedad. En el siglo XX, se consolidan estas creencias, al realizarse nuevos estudios comparando personas de avanzada edad con jóvenes, y todo aquello que estuviera por fuera del espectro de juventud o salud, era considerado patológico. (Berriel, 2006)

Esto generó que la vejez fuera vista de forma prejuiciosa, generando un símil entre adulto de avanzada edad y enfermo y apoyándose en aspectos fisiológicos y biológicos, se define toda una teoría sobre los aspectos psicológicos y sociales de las personas de avanzada edad; afirmando que en la época de la vejez, las personas pierden el interés por los objetos y personas, convirtiéndose en una especie de ermitaño que, poco a poco va volviéndose sobre sí mismo, hacia una transición y resignación hacia la muerte, llamándola “la teoría del desapego”; en otra investigación en oposición a esta, se definió que el adulto de avanzada edad, debe tener acceso a algo que se denominó “activismo”, principalmente impulsado por Maddox, el cual consiste en

que el adulto mayor debe estar en movimiento, solo por el hecho de estarlo, independiente del sentido, impidiéndole que su mente trabaje y se angustie por los diferentes estados y deterioro de sus facultades, denominándola: “Teoría de la actividad”. (Berriel, 2006)

Ambas teorías, aunque parecen contrapuestas, representan dos aspectos distintos de una misma concepción prejuiciosa de vejez, pues en ambas el viejo es despojado de su condición de sujeto deseante y de deseo, incapaz de devenir, al decir de Castoriadis, un ser reflexivo... Ambas propuestas le escamotean al viejo la posibilidad de generar sus propios proyectos vitales autónomos, a partir de una concepción de vejez pasiva (aun en el activismo), reproduciendo y reafirmando una conducta social prejuiciosa. Puestas las cosas de esta manera, se lo obliga al anciano a quedar anclado en el pasado, con un presente efímero y sin sentido (en la primera teoría, por medio del repliegue sobre sí mismo; en la otra, por medio de realizar actividades por el sólo hecho de estar en movimiento), y sin posibilidad de futuro (en ambas se parte de la base de que el único futuro es la muerte y antes de eso sólo existe una especie de “sobrevida pasiva”). Ambas parten del mismo modelo involutivo en el ciclo vital, donde el envejecer conlleva en sí mismo la noción de declive en todas las áreas del ser. (Berriel, 2006, p. 25)

Los resultados de dichas investigaciones marcaron un hito para el papel del adulto mayor en la sociedad, pues aún hoy, permanecen sedimentos de estas ideas, generando un punto de vista sesgado y que no permite ver la globalidad del sujeto inmerso en este ciclo vital, impidiéndole

una calidad de vida que abarque todas las esferas del ser, relegándolo a la idea de desvincularse de la sociedad para hacer más fácil su vida, la de sus allegados y su contexto.

En contraposición se realizaron investigaciones más integrales que contrastaron las primeras aseveraciones, teniendo un contexto más amplio de lo que acompaña y conforma al ser humano, desde lo biológico, psicológico y social, diferenciando y desvinculando la curva de deterioro de cada uno de estos aspectos, afirmando que ningún proceso del ciclo vital del ser humano tiene un movimiento parabólico de subida y descenso.

“Estas investigaciones concluyen que el desarrollo humano no es secuencial, sino alternado. No existe un crecimiento lineal, seguido de un declive, sino que cada etapa contempla aspectos de ganancias y pérdidas, en un inter juego entre crecimiento y declive” (Berriel, 2006, p. 25)

Es importante resaltar que estas investigaciones longitudinales esclarecen que el proceso de envejecimiento no tiene una forma ya dada, ya que la vejez llega de forma particular en cada ser humano y en cada uno de los aspectos del ser. Los abordajes globales, si bien permiten conocer aspectos macro para orientar políticas, tienen el inconveniente de no poder contemplar una serie de características puntuales de la población que influyen mucho en su calidad de vida. Es así que, cuando se lleva los indicadores macrosociales a escala humana, cuando se toma contacto con las personas singularmente, lo primero que surge es que los adultos mayores están lejos de constituir un conjunto homogéneo. Por el contrario, si hay algo que prima en el envejecer es la multiplicidad de cambios.

“pues el envejecimiento se presenta como un proceso complejo, donde intervienen diversos factores, no existiendo un modo único de envejecer, sino que “se envejece como se ha vivido”” (Berriel, 2006, p. 25)

En este punto en específico, se evidencia que la forma de envejecer es particular en cada persona, pero también hay una relación estrecha con el modo de vida desde su niñez hasta su madurez, e incluso de sus actuales formas de vida, esto nos habla de hábitos alimenticios, entrenamiento físico, consumo de sustancias como alcohol, tabaco, enfermedades y su adecuado tratamiento, entre otros; que develan que el estado de salud del adulto mayor es un resultado de un conjunto de acciones a lo largo de su vida.

“El siglo XX ha visto una revolución en la longevidad con el aumento en la esperanza de vida en casi veinte años desde 1959 hasta 1966 y la expectativa es que se extienda diez años hacia el 2050.” (Berriel, 2006, p. 20)

Es por ello que las formas de abordar y acompañar la vejez, e incluso las leyes, deben contemplar la diversidad de factores que acaecen en esta población, la sociedad debe estar preparada para abordar la diferencia aportando una forma de vida digna, entendiendo la vejez como otro ciclo de vida teniendo en cuenta que la expectativa de longevidad, gracias al avance de la tecnología y la medicina, ha aumentado y el porcentaje de población adulta mayor ha crecido de formas nunca antes vista y cada vez ésta expectativa irá creciendo con el paso del tiempo y el desarrollo de la tecnología y la ciencia.

## 6.2. Envejecimiento activo

Para el año 2002 la ONU decide acoger e implementar el concepto de Envejecimiento activo, resignificando la concepción del adulto mayor, su papel en la sociedad y el papel de la sociedad con ellos, por ello, en pro de mejorar la calidad de vida de las personas en este ciclo de vida se proponen diversas acciones, entre ellas, la Organización Mundial de la Salud promueve el dotar a las personas mayores de las herramientas necesarias para participar en la sociedad y disfrutar de una buena salud física y mental a medida que envejecen; a esto lo denominan Envejecimiento activo. Tener acceso a servicios de atención de salud apropiados, participar en actividades físicas y mentales y mantener una vida social activa, son algunas de las oportunidades del envejecimiento activo que tiene como objetivo enriquecer la vida de los adultos mayores.

El envejecimiento activo es el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad, con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen. Más concretamente indica que es el proceso que permite a las personas realizar su potencial de bienestar físico, social y mental a lo largo de todo su ciclo vital y participar en la sociedad de acuerdo con sus necesidades, deseos y capacidades, mientras que les proporciona: protección, seguridad y cuidados adecuados cuando necesitan asistencia. (OMS, 2002, p.79)

En conclusión, el concepto de envejecimiento activo promueve una perspectiva integral de bienestar para las personas mayores, enfocándose en optimizar su salud, participación y seguridad a lo largo de toda su vida. Al permitir que las personas mayores alcancen su máximo potencial y participen activamente en la sociedad, se puede mejorar significativamente su calidad

de vida y garantizar que reciban el apoyo necesario cuando lo requieran. Es crucial para las políticas y programas de gobierno, adoptar este enfoque holístico para abordar las necesidades cambiantes de la población mayor y promover un envejecimiento saludable y activo para todos. Es por ello que esta investigación tomará como punto de referencia el concepto de Envejecimiento activo, dejando de lado la teoría del desapego y activismo, optando por la subjetividad, restableciendo la autonomía y el deseo del sujeto como centro, brindando herramientas para dignificar la vejez, transformando un paradigma del adulto mayor que se deteriora, a uno en el que éste es autónomo, libre, poseedor de sueños y con una mirada particular de la vida que puede narrar y transformar a través del arte.

### **6.3. Topografía espacial – View Points**

Los View Points o puntos de vista escénicos, son un conjunto de técnicas derivadas de diversas artes, sobre todo, influenciados por las técnicas del maestro Tadashi Suzuki, enfocándose en la exploración y desarrollo de la relación espacial de los actores-bailarines en el escenario, Anne Bogart basándose en estas teorías desarrolla una técnica propia que aborda diversos elementos de la tarea del actor, desarrollando unas herramientas que permitirán a los participantes cohesionar el acto escénico de la forma más orgánica y certera posible, el elemento a explorar será la topografía espacial: esta nos habla del entendimiento del actor de la planimetría del espacio y la multiplicidad de formas en las que puede intervenir la escena desde el movimiento, desarrollando una técnica de actuación más orgánica y enriquecedora.

“...Al trabajar dibujando con movimientos el espacio, nos imaginamos que nuestros pies están empapados de pintura roja, y que al movernos en el espacio trazamos un diseño que emerge a los ojos del espectador” (Bogart, 2007, p. 37)

Este View Point permitirá desarrollar más que un simple movimiento o desplazamiento en el escenario, pues cada actor o actriz dispondrá una técnica para transitar el espacio dotando de sentido su desplazamiento, desde la psicología, objetivo o cualquier otro punto de partida que escoja el intérprete para realizar esta topografía, acoplándose posteriormente con las diversas planimetrías propuestas por los compañeros de escena, o incluso las planimetría planteadas a partir de los cambios de luces o diversas propuestas musicales del montaje, esta herramienta reforzará las relaciones de los personajes, vínculos, desplazamientos, dotándolos de sentido y permitiendo mayor juego escénico, facilitando el entendimiento de la tarea actoral, que en ocasiones se hace compleja solicitando constantemente al director hacia donde o cómo desplazarse, por lo que esta técnica permitirá mayor autonomía en el escenario.

#### **6.4. Motor de movimiento – Jerzy Grotowski**

El cuerpo es uno de los pilares más importantes utilizado para crear y representar diversos personajes, para ello, es necesario que el actor y actriz conozca el estado de su cuerpo, los límites, las capacidades y el estado general de su herramienta escénica para poder utilizarla de manera óptima, narrando en el escenario con la mayor libertad y claridad posible.

Para ello se trabajará el concepto de motor de movimiento, este se refiere al lugar donde nace el impulso de desplazamiento del personaje, permitiendo que el cuerpo adopte una corporalidad diferente a la cotidiana, brindándole la posibilidad de habitar el espacio escénico de una manera más orgánica y brindar una herramienta para la diversificación de los personajes, permitiéndoles

crear matices y variaciones en sus representaciones, para ello analizaremos ejercicios que implementó el teórico Jerzy Grotowski a lo largo de su investigación teatral, los cuales permitirán entender este concepto:

“caminar con las piernas estiradas y rígidas como si las tirasen cuerdas imaginarias sostenidas con las manos (los brazos extendidos hacia el frente)” (Grotowsky, 1968, p. 96)

“Imaginar que se lleva una cuerda atada a la cintura; caminar como si esa cuerda tirara de uno. “Atar” la cuerda al pecho y caminar imaginando que la cuerda tira de uno.” (Astudillo, 2021 p. 26)

El último ejercicio es un aporte muy valioso para esta exploración, ya que cualquier parte del cuerpo-actor puede convertirse en el motor de movimiento, la imagen mental para entender este concepto es que habrá un hilo amarrado a la parte que se decidió como motor de movimiento, y el desplazamiento partirá desde ese lugar deslizándose por el espacio, como si algo lo halara de ese hilo; poco a poco al desplazamiento se le añadirán variaciones, como el ritmo del desplazamiento, la topografía espacial, velocidades, ritmos, brindando a los actores y actrices una forma práctica de encontrarse con diversos personajes para narrar desde la corporalidad; esta herramienta aportará un camino para la creación de personajes, permitiéndole a cada actor y actriz diferenciar la variedad de caracteres que puede representar, desde algo innato en el ser humano: El movimiento.

## 6.5. Voz – Cicely Berry

El segundo pilar para la concepción de la creación de personajes es la voz, tan importante como el cuerpo del actor, pues esta permite narrar o comunicar las características, adicionales a las corporales, cómo psiquis, deseos, pensamientos, necesarias para conformar un nuevo ser: El personaje. Es importante entender cómo desarrollar un trabajo de la voz, que pueda luego complementarse y dissociarse del cuerpo, para que el actor/actriz pueda tener a disposición sus dos herramientas narrativas y expresivas más potentes, por lo que entrenar esta herramienta es una tarea necesaria, aportando al desarrollo de las habilidades vocales que permitirán al participante entender cómo la acción modifica la voz, o las palabras a la acción, comprendiendo el conjunto y la relación intrínseca que poseen estos dos elementos, pero que es necesarios abordarlos por separado en un primer acercamiento para entenderlo de forma correcta; añadiéndole posteriormente la dificultad de memorizar un texto, por lo que el desarrollo de estas habilidades permitirá a cada participante acoplar sus propuestas vocales-corporales en un acto orgánico y verosímil de una manera eficaz.

La voz es extremadamente sensible a cualquier sensación de malestar. Si en la vida cotidiana estas ligeramente nervioso o no dominas bastante la situación, se refleja en la voz. El miedo es un sentimiento básico que pone todos los mecanismos de defensa en acción, produciendo tensión, especialmente en la parte superior del cuerpo, el cuello y los hombros (Berry, 2006, p. 41)

En este apartado, Cicely Berry nos habla de la necesidad de instaurar en el actor una rutina de relajación y trabajó de tensiones, pues el cuerpo al sentirse en una situación fuera de lo común

tiende a tensionarse y no permite una correcta expresión del acto interpretativo, por lo que implementar estos ejercicios será una herramienta valiosa para ayudar a los actores y actrices a eliminar sus tensiones, permitiendo que su estado emocional pueda estar estable sin entorpecer el proceso, generando un desarrollo positivo del potencial de la voz.

“También está claro que la relajación depende de la respiración, y la respiración de la relajación, por lo cual debes realizar dos tipos de ejercicios a la vez” (Berry, 2006, p. 49)

Para ello se abordarán ejercicios que van desde una relajación corporal que permita el desarrollo del ensayo teatral de forma tranquila, como disponer el aparato respiratorio para complementar la relajación de todo el cuerpo.

“*Hombros*: Levanta los hombros suavemente, más o menos 1 cm, luego déjalos caer, déjalos caer aún más -normalmente puede hacerse-. Repite esto dos o tres veces. Y simplemente déjalos ahí (Recuerda esa sensación de soltura).” (Berry, 2006, p. 59)

Combinando la relajación y la respiración por medio de conteos, se abre la posibilidad a que haya también una sincronía grupal, que permite tanto la disposición corporal para los ejercicios teatrales como una energía conjunta que se tejé entre los participantes para llegar al acto creador. La relajación y la respiración son herramientas fundamentales y de ellas depende la correcta expresión del texto, la emoción y todo el sentido que cada participante le impregnará a sus personajes en escena.

## **7. Metodología de intervención**

Se desarrollará el proyecto de practica a partir de la metodología cualitativa, usando la técnica del grupo focal y observación participante.

Una actividad situada, que ubica al observador en el mundo. Consiste en una serie de prácticas materiales e interpretativas que hacen visible al mundo y lo transforman, lo convierten en una serie de representaciones que incluyen las notas de campo, las entrevistas, las conversaciones, las fotografías, las grabaciones y las notas para el investigador (Denzin, Lincoln, 2012, p.48).

El arte no puede ser cuantificable, por lo que se usará una metodología cualitativa para poder abordar las experiencias que vivirán los participantes del grupo en la exploración de los elementos creativos a abordar.

### **7.1. Técnicas utilizadas**

La primera técnica del corte cualitativo que se usará es el grupo focal, ya que permitirá la recopilación y el análisis del discurso de los participantes captando formas de pensar, sentir y vivir, entendiendo la forma de habitar de los adultos mayores y repensar como mejorar la calidad de vida de los integrantes del grupo El dorado, además de facilitar la creación de la dramaturgia a partir de la recopilación de esos discursos.

...es un método de investigación colectivista, más que individualista, y se centra en la pluralidad y variedad de las actitudes, experiencias y creencias de los participantes, y lo hace en un espacio de tiempo relativamente corto”. La técnica

es particularmente útil para explorar los conocimientos y experiencias de las personas en un ambiente de interacción, que permite examinar lo que la persona piensa, cómo piensa y por qué piensa de esa manera. El trabajar en grupo facilita la discusión y activa a los participantes a comentar y opinar aún en aquellos temas que se consideran como tabú, lo que permite generar una gran riqueza de testimonios (Hamui-Sutton, 2013)

El discurso que comparten los participantes es una viva imagen de lo que quieren narrar y comunicar tanto en sus vidas como en el escenario y es la oportunidad de reivindicar su voz en el mundo. Por lo que esta herramienta será propicia para entender cuál es la motivación de los participantes, ¿Qué desean crear en el escenario?, ¿Cómo lo desean narrar?, ¿A quién lo desean contar? esto a través de conversaciones e improvisaciones guiadas por un tema: ¿Qué podría necesitar que le atiendan a mi personaje, si asiste a un centro de terapia? Cada persona expondrá lo que le gustaría narrar en el escenario a través de esta premisa, permitiendo posteriormente crear un universo escénico a través de una dramaturgia.

La segunda técnica a utilizar es la observación participante, esta brindará al practicante la oportunidad de cumplir dos roles, el primero será de facilitador del encuentro, preparando y direccionando el ensayo, en este rol hay la posibilidad de analizar desde fuera los encuentros teatrales, proponer escenas, detonar objetivos, conflicto y recopilar información; el segundo rol fue direccionado al de participante de los ensayos cuando hagan falta los compañeros, representando sus papeles o como figura detonante de los ensayos al representar personas motivantes o integrar la escena, aquí se conjugará la posibilidad de conectar de manera más

presencial y cercana a los sujetos participantes y poder participar como un agente externo.

(Corbetta, 2007)

## **7.2. Fases y actividades a desarrollar en el cronograman**

Las fases en las que se dividirá la intervención de la práctica son tres: la primera llamada Diagnóstico, corresponderá a realizar la valoración de las habilidades comunicativas y expresivas de los participantes del grupo “El dorado”, para ello se realizarán durante los primeros cuatro encuentros: ejercicios y juegos de improvisación, esto permitirá identificar los elementos que deben ser abordados para el beneficio y cualificación de las habilidades de los participantes, recolectando una información base para desarrollar en las siguientes dos fases, que transcurrirán en simultáneo a partir de la quinta semana hasta finalizar el taller, ya que los ensayos de una duración de dos horas, se dividirán en dos partes iguales: La primera hora del encuentro corresponderá a la segunda fase llamada: Entrenamiento Actoral y será un espacio propicio para generar la conexión grupal, necesaria para llegar al acto creativo, por ello, será idóneo trabajar las habilidades comunicativas y expresivas a través de ejercicios y juegos teatrales, que permitan el disfrute y desinhibición, favoreciendo el terreno necesario para el trabajo escénico; es por ello que en esta primera franja el foco se dirigirá a potenciar elementos como: Topografía espacial, motor de movimiento y voz; aportando a la asimilación y simbiosis con la representación que cada uno se encuentra trabajando, logrando mayor organicidad y verosimilitud; la segunda hora del encuentro llamada Montaje, corresponderá al ensayo y montaje de la obra Gold Gym, aquí se plasmarán las herramientas que paulatinamente se desarrollen en pro del proceso de creación durante la primera franja, adquiriendo una comprensión completa de cada elemento, enfrentándose a la tarea de aplicar estos ítems en un ejercicio actoral concreto.

Los procesos de creación de la narrativa se realizarán a través de improvisaciones a modo de un Canovaccio, ya que en esta estructura se asigna el orden de entrada a escena, características para los personajes y tareas u objetivos específicos, que luego se complementan con las propuestas de los otros personajes al estar inmersos en la escena, llegando a la creación desde la espontaneidad, la creatividad y habilidad del participante para asimilar y escenificar el carácter de su personaje en una situación dramática. Al obtener las ideas de los participantes, sus deseos narrativos, algunas escenas propuestas e improvisaciones, los facilitadores de los encuentros, los directores: Giovanni Upegui y Andrés Kortman, aportarán al proceso de la obra, cohesionando una dramaturgia que reúna las diversas propuestas de los participantes, para posteriormente estructurar el montaje de Gold Gym.

### 7.3. Cronograma

Primera semana				<b>Juegos teatrales - Diagnóstico</b>
Segunda semana				<b>Improvisaciones - Diagnóstico</b>
Tercera semana				<b>Conversatorios sobre el tema que desea montar</b>
Cuarta semana				<b>Improvisaciones</b>
Quinta semana				<b>Antecedentes</b>
Sexta semana				<b>La voz del personaje</b>
Séptima semana				<b>Escritura del guion</b>
Octava semana				<b>Trabajo corporal (Motor de movimiento)</b>
Novena semana				<b>La partitura</b>
Décima semana				<b>La acción</b>
Decimoprimera semana				<b>Tarea escénica</b>
Décimo segunda semana				<b>Estructuración</b>
Décimo tercera semana				<b>Ensayo general</b>



Diagnostico.



Entrenamiento actoral.



Montaje.

## 8. Conclusiones

Esta intervención logró potenciar las habilidades comunicativas y expresivas en los participantes de la puesta en escena: Gold Gym, en términos de metodología lo más importante fue el entendimiento del cuerpo y la voz, como dos herramientas posibles para la creación de personajes, permitiendo que los participantes explorarán y encontrasen nuevas maneras de expresar y narrar acontecimientos en el escenario, adicional a esto fue un espacio que les permitió exponer sus puntos de vista respecto al mundo, a través de la interpretación de personajes que ellos mismos proponían, por lo que el contenido de estas creaciones escénicas eran parte de su día a día, logrando mayor organicidad, verosimilitud y una oportunidad de análisis, representación y resignificación de su realidad.

El marco teórico permitió comprender dos conceptos importantes para el abordaje de esta población, el primero fue: La vejez, analizando su desarrollo a través de la historia y las repercusiones que generó en el paradigma que existe sobre este ciclo de vida, para luego contrastarlo con el segundo concepto: El envejecimiento activo, una mirada contemporánea que transformó completamente el paradigma que permea culturalmente a este ciclo de vida; permitiendo abordar al equipo de trabajo desde una mirada más abierta y menos prejuiciosa, comprendiendo sus miradas, su individualidad y aportando elementos para fortalecer este proceso y sus habilidades interpretativas.

Comprender los biorritmos en los que se encuentra cada uno de los participantes fue una de las tareas más difíciles, por lo que el juego fue la herramienta idónea para poder unir las energías en un acto escénico, además permitió a los participantes una conexión con un conocimiento teórico por medio del disfrute, por lo que esta herramienta acopló las energías individuales en un biorritmo grupal, reforzando el impacto positivo indirecto que este espacio proporcionó a cada

uno de los participantes desde su movilidad, relacionamiento, disfrute del tiempo libre, entre otros; es relevante señalar que con este grupo poblacional, el cuidado físico fue imperante, instando a los participantes a ser muy conscientes de su cuerpo, sus capacidades y sobre todo a cuidarlo, ya que nadie conoce mejor su instrumento creativo más que ellos mismos, además algunos tenían cirugías previas o condiciones físicas ya marcadas, por lo que adicional al autocuidado era necesario una supervisión constante del tallerista en pro de prevenir que un mal movimiento produjera un accidente, por lo que la percepción del practicante en las propuestas y ensayos debía ser muy activa tanto en función del montaje, como del cuidado de los actores y actrices.

La obra Gold Gym fue estrenada el 25-26 de agosto, con funciones de temporada el 1 y 2 de septiembre, dichas presentaciones tuvieron lugar en la sala de la Corporación artística y cultural Gestos Mnemes a las 7:30 p.m. los 4 días de función se logró un aforo completo, esto respondía a la gran expectativa que hay sobre este grupo y sus creaciones teatrales, por ello hubo una convocatoria muy exitosa a la obra. En temas teatrales y escénicos, la obra fue creciendo con cada función, se logró un estreno en el que se evidenció cómo mantenían el personaje, lograban gran conexión grupal, narrando la historia, manteniendo el hilo y objetivos en la escena, logrando que cada personaje con cada función realizada encontrara elementos narrativos y expresivos que alimentaban el acto creativo, logrando mayor confianza que permitió madurar aún más la obra teatral, teniendo un cierre de temporada muy exitoso y con una gran conexión grupal; por lo que esta obra es la muestra del desarrollo de las habilidades comunicativas y expresivas de los participantes del montaje.

Este proceso también fue la oportunidad de explorar y habitar del escenario de una manera diferente, en los montajes anteriores las escenas estaban organizadas por 2 o 3 personajes, por lo

que en Gold Gym, se decidió hacer que los personajes ingresaran progresivamente y permanecieran hasta el final de la obra, desarrollando en cada uno de los actores y actrices habilidades para mantener el equilibrio del espacio, atención periférica, manejo de los textos, acción-reacción, memoria y tarea escénica durante toda la obra, un desafío que los retó a sostener sus personajes durante tiempo prolongado y tener una mayor carga escénica, pero que fue un acierto para el montaje y el proceso actoral de cada uno de los participantes.

La culminación exitosa del proceso teatral por parte del grupo de adultos mayores representa un logro significativo en su viaje de autodescubrimiento y crecimiento personal. A través de la aplicación de técnicas como los View Points, el motor de movimiento y el trabajo vocal inspirado en Cicely Berry, los participantes han experimentado una transformación profunda en su capacidad expresiva y narrativa, la exploración de la topografía espacial y la comprensión del movimiento como un motor de expresión les han permitido a los actores y actrices desarrollar una presencia escénica más potente y orgánica. Este enfoque fortaleció las relaciones entre los personajes, el tejido emocional de la obra y facilitó una comprensión más profunda de la tarea actoral, la acción. Además, el trabajo dedicado a la voz ha sido fundamental para dotar a los personajes de una dimensión emocional más rica y convincente. A través de ejercicios de relajación y respiración, los participantes han aprendido a liberar tensiones y a conectar de manera más íntima con sus emociones, lo que se refleja en su expresión vocal en escena y en su vida cotidiana más amplia y tranquila.

## **9. Bitácora**

Durante el proceso de montaje, se redactó una bitácora en la cual se registraron dos apartados, el primero llamado Temas teatrales, cuenta cómo fue el proceso de montaje de la obra Gold Gym, con sus fortalezas, temas a trabajar y planes de acción, pertenecientes netamente al ámbito de lo teatral desde la perspectiva del tallerista, y en el segundo espacio se plasmó algunos de los relatos de los participantes, narrando cómo el teatro ha transformado sus vidas y resignificado sus formas de estar en el mundo, desde una perspectiva de los integrantes del taller; es por ello que la bitácora se dividirá en 2 partes.

### **9.1. Temas teatrales**

En este ámbito se tuvieron en cuenta los elementos relacionados al trabajo escénico y creativo, entre ellos se abordaron algunos que permitieron lograr el proceso de montaje de manera eficaz y hubo otros elementos que fueron necesarios ajustar para lograr una puesta en escena de manera satisfactoria.

#### **9.1.1. Fortalezas**

El grupo tuvo varias cualidades que les permitió ser muy robusto entre ellos y que estuviera muy bien acoplado, hubo una buena convivencia entre la mayoría de los participantes, contaron con una puntualidad y responsabilidad excelente, que permitió ensayos muy productivos, ya que este espacio es un lugar importante para ellos, también esto facilitó convocar días extra previos a la función, mostrando el gran compromiso y una credibilidad por parte de cada integrante en el grupo total y los diferentes directores que los han acompañado a lo largo de su proceso; esto generó un ambiente de trabajo idóneo para el desarrollo del objetivo, ya que cada participante tenía un real compromiso con este grupo y proceso creativo.

### **9.1.2. Oportunidades**

Entre las oportunidades de mejora, uno de los ítems más evidentes fue la memoria, es claro que los participantes son muy responsables, puntuales y estudiosos, pero hay una realidad y es que algunas funciones cognitivas disminuyen y otras aumentan en los adultos mayores, como lo mencionamos en el apartado de la Vejez, y en lo que respecta a la memoria a corto y largo plazo, esta tiene dificultad en instalarse en algunos participantes, por lo que se realizaron ejercicios de memoria que pudieran ayudar a potenciar esta habilidad en ellos, además en los ensayos se permitió tener espacios de estudio de textos, cabe aclarar que, ellos preparaban y estudiaban sus libretos en casa, pero necesitaban un refuerzo para que la dramaturgia se instalara en la memoria de manera efectiva; otro tema a trabajar fue la atención, como lo enfatizaremos en el siguiente capítulo de Relatos de vida, El dorado cumple diversas funciones en cada uno de los participantes además de la exploración escénica, y una que resalta mucho, es el espacio social y de relacionamiento que este aporta, por lo que en algunos encuentros los participantes pueden estar dispersos conversando sobre sus vidas, y no trabajando en sus tareas escénicas, por lo que en algunos encuentros los participantes podían estar dispersos conversando sobre sus vidas, y no trabajando en sus tareas escénicas, por lo que era importante redireccionar el ensayo para no abandonar la conexión con el ensayo grupal.

### **9.1.3. Plan de acción**

En pro de potenciar las habilidades comunicativas y expresivas en los participantes y poder facilitar el proceso de montaje, durante cada ensayo se realizaron ejercicios de memorización del texto: Lecturas en conjunto, transcripciones de texto a papel, se exploraban cuál era la idea central de la dramaturgia, análisis de la obra, improvisaciones relacionadas con los personajes en

busca de organicidad; estos ejercicios fueron piezas claves para poder instalar en la memoria de todos los participantes el texto y la continuidad de la historia.

Para lograr mantener la atención de los participantes durante los ensayos, se permitió un espacio al inicio para que pudieran conversar y compartir entre ellos, ya que esto ha permitido construir un grupo sólido que se apoya no solo en el ámbito teatral sino que también son un soporte en sus vidas, lo cual también aportaba a la permanencia de cada uno en el grupo, esto con un buen control del tiempo, se volvió un espacio positivo para los participantes, además permitió al practicante conectarse de una forma más cercana a cada uno de los integrantes y conocer un poco esas particularidades e historias de vida.

Es importante mencionar que para las funciones también fue necesario tener una persona adicional al elenco en camerino, esto para ayudarles en diversas tareas tras bambalinas: maquillaje, saber cuál es el momento propicio para la entrada y salida de cada escena, cambio de elementos, vestuario, entre otros; en pro de facilitar las tareas de los actores y actrices y que estos pudieran estar concentrados en la interpretación de sus escenas.

## **9.2. Relatos de vida**

En este apartado se plasmarán algunas de las narraciones de participantes del grupo, aquí relatarán: ¿Cómo el teatro ha permitido transformar y resignificar sus vidas?, cada uno con particularidades, historias de vida diversas, lugares diferentes en el mundo, pero transversalizados por actos creadores que les permiten estar en el mundo de una manera más consciente y activa.

El primer relato será el de un participante que cuenta que entra a este grupo porque ama el arte y ha sido un líder comunitario en sus sectores, promoviendo diversos procesos de cultura y arte en su territorio, entre estos procesos resaltan un grupo de danza que creó para poder congregar a

su madre en el mundo artístico, pues ella durante toda su vida soñó con danzar música folclórica, y este espacio le brindaba mucha alegría, con el pasar del tiempo la muerte de su madre golpea fuertemente su vida haciendo que diversos procesos artísticos se detuvieran, entre ellos el proceso de danza folclórica, pues este duelo fue demasiado fuerte para él. Luego de un tiempo fue invitado a participar en un grupo teatral llamado El dorado, con dudas decide participar, retomando un arte tan latente en él, lo hizo para explorar el teatro y tener un pasatiempo, pero fue con el tiempo que este lugar le permitió ver reflejada la imagen de su madre en sus compañeras de escena, que lo acompañan en ese proceso de aprendizaje y aunque el espacio de su madre nadie lo llenará, encuentra en este grupo la oportunidad de congregarse con seres que como su madre le brindan mucho amor y están sedientas de arte, por lo que ahora dice que esta es su segunda familia con muchas madres y a las cuales les aporta mucho conocimiento y amor.

El siguiente Relato de vida, es el de una participante del taller que por motivos diversos, no pudo continuar con su proceso teatral un mes y medio antes del estreno de Gold Gym, fue un suceso triste y complejo para el proceso, pues ella era un persona importante para el grupo, había logrado cosas interesantes en su creación de personaje y no era su deseo hacerse a un lado de El dorado, lo grato fue observar la comprensión de todos sus compañeros hacia esta situación, lo particular fue que aunque ya no estaba en los ensayos y encuentros, el grupo durante su ausencia continuó siendo el refugio que le permitió sentirse acompañada, pues la visitaban constantemente, estaban pendientes de toda su situación, durante los ensayos todos hablaban de cómo poder acompañarla, por lo que en este grupo se ve la fortaleza y comunidad que se construye a través de un proceso artístico en la vida de estos participantes, El dorado va más allá de ser un grupo que se reúne a hacer obras de teatro, podríamos hablar de una comunidad que se acompaña como una segunda familia.

El siguiente relato, en el cual se pueden agrupar varios participantes que viven situaciones similares, es el del aporte mental y físico que brinda este proceso a los participantes, como ya se ha mencionado hay varios integrantes que tienen una edad avanzada, y por el paso de los años su cuerpo tiene diversos achaques que aquejan sus cuerpos, pero relatan que cuando el grupo está en ensayos y creaciones teatrales, sus cuerpos se mantiene más sanos y vitales, pero al salir a vacaciones o recesos, estas dolencias empiezan a retomar sus cuerpos, por lo que hay un deseo de una continuidad en el proceso, además de observar el aporte positivo corporal obtenido; pero es importante resaltar que a nivel mental también hay un gran aporte, otros de los participantes que viven solos por diversas razones, tienen un relacionamiento con otras personas muy reducido y en algunos casos, casi nulo, por lo que El dorado aporta un grano de arena a la tarea de permitir un espacio para los adultos mayores sentirse acompañados, un espacio de amor y esparcimiento, por lo cual cada que se estrena una obra o por algún otro motivo hay vacaciones para que puedan recuperar energías, piden que no tengan ese receso, ya que la soledad y la pensadera los empieza a aquejar y enfermar cuando están solos en sus casas; es por ello que este grupo es una apuesta importante que contribuye tanto en el bienestar físico como mental de una población que muchas veces es relegada al olvido por la sociedad e incluso por las propias familias, es por ello que la apuesta por este grupo es tan importante, necesaria y relevante de replicar.

Un relato particular, es el de una las actrices que sufrió la muerte de una hija, por lo que cayó en una depresión devastadora y comunicó que se retiraría, a lo que el grupo El dorado le insistió que no lo hiciera, que dejara que el arte le ayudará a sanar, ella no se mostró interesada por lo que decidió retirarse, pero después de un tiempo estuvo de acuerdo en retomar su proceso artístico con su duelo aún muy fuerte, pero fue tiempo después de regresar que el grupo le permitió sentirse mejor, acompañada y comprendió cómo gracias al teatro, el acompañamiento

de sus compañeros y la insistencia de su director, ha podido tramitar esa pérdida y ha continuado su vida con mejores herramientas para afrontar esta situación, encontrando un espacio de sanación de heridas internas, pues halló una familia en el teatro que siempre está dispuesta a acompañarle y ayudarle a superar cualquier situación a su lado.

Y para finalizar, el relato de una de las participantes del grupo que ha tenido algunos inconvenientes familiares por participar de sus clases, ella vive con su esposo, pero a él no le agrada el grupo pues: “No es bueno que una mujer salga tanto a la calle”, por ello a modo de chiste, ha expresado en repetidas ocasiones que su esposo le pone problema para asistir a las clases o cuando tiene que presentar sus obras. Un día después de una función su esposo no le permitió entrar a su casa, así que ella decidió pasar la noche donde su hermana, participante también del grupo, pero al otro día fue a su casa y tuvo una conversación muy fuerte con su esposo, donde le expresó que si él no respetaba su teatro, la relación de más de 30 años se terminaba, por lo que el esposo tomó la decisión de hacerse a un lado en oponerse con este tema, y ella se siente orgullosa de su victoria, pero expresa que esa fortaleza para decirle eso a su esposo, se la ha otorgado el teatro; este suceso nos permite hacer un análisis, cómo el teatro transforma la mirada de una mujer que ama su relación, pero que entiende que sus decisiones e individualidad deben ser respetadas; y segundo, cómo el teatro ayuda a modificar esa figura patriarcal masculina permitiéndole a las mujeres tomar el poder y decisión sobre lo que quieren o no hacer, incluso para una adulta mayor.

Y así como estas historias, cada uno de los participantes de este grupo ha llegado a este proceso por diversos motivos, pero todos han encontrado algo común, un lugar en el que pueden

ser ellos, en el que pueden aprender, explorar, imaginar, disfrutar, un lugar donde son reconocidos, amados, donde pueden hacer realidad sus sueños artísticos y sobre todo, una oportunidad para cambiar sus vidas, sus realidades y hacer que el mundo escuche lo que ellos tienen para aportar a la construcción constante de la sociedad.

En última instancia, este proyecto ha sido mucho más que el desarrollo de habilidades expresivas y narrativas a través de la creación de una obra teatral; ha sido un viaje de autoexploración y empoderamiento para los adultos mayores, quienes han descubierto nuevas dimensiones de su ser y han demostrado que el arte es una herramienta poderosa para la transformación personal y la conexión humana. Su éxito es un testimonio inspirador del poder del teatro para trascender barreras y enriquecer nuestras vidas en todas las etapas.

## 10. Referencias

- Astudillo, D. (2021) *Aplicación de elementos del realismo psicológico para la puesta en escena de la obra “La loca en casa” Mistificad O Delirio*. UNIVERSIDAD DEL AZUAY En: <http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/10993>
- Berry, C. (2006) *La voz y el actor*. Editorial Alba, Primera edición
- Berriel, F., Paredes, M. & Pérez, R. (2006). *Sedimentos y transformaciones en la construcción psicosocial de la vejez*. Editorial Trilce En: <https://tinyurl.com/6ujce6e7>
- Bogart, A. (2007) *Los puntos de vista escénicos*. Editorial Abraham Celaya
- Cadamuro, I. R. (2018). *Historias de la tercera edad y el títere como motor interactivo*. Universidad nacional de Córdoba. En: <https://tinyurl.com/2s4kzh9w>
- Caliman, A. (2018). *La influencia del arte en la vida de la persona mayor en Colombia*. Universidad distrital Francisco José de Caldas. En: <https://tinyurl.com/5cbxuffw>
- Corbetta, P. (2007) *Metodología y técnicas de investigación social*. Madrid, España: Edición revisada. Recuperado en: <https://tinyurl.com/455pt8wu>
- Denzin, N. & Lincoln, Y. (2012) *Manual de investigación cualitativa. Vol. I*. Editorial Gedisa. Recuperado en: <https://tinyurl.com/bdzcf7k6>
- Grotowsky, J. (1968) *Hacia un teatro pobre*. Editorial Siglo Veintiuno. En: <https://tinyurl.com/7ymv3w7e>
- Hamui-Sutton, A. & Varela-Ruiz, M. (2013) *La técnica de grupos focales*. En: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349733230009>
- Hernández, F. (2019). *Propuesta de intervención socioeducativa en personas mayores a través del teatro*. Universidad Valladolid. En: <https://tinyurl.com/64prhawe>
- Moreira, M. (2018). *“Entre tablas y bambalinas” Vejez, envejecimiento activo y expresiones artísticas-culturales*. Universidad de la Republica. En: <https://tinyurl.com/2s3tbrun>
- Organización Mundial de la Salud (OMS) (2002). *Declaración Política y Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el envejecimiento*. En: <https://tinyurl.com/4kwfxaxw>

## 11. Anexos

### 11.1. Ensayos teatrales



11.2. Funciones







