



**Lo que no se mueve se muere: expectativas y sentidos de vida en mujeres mayores del Club
Encantos por la Vida**

María Camila Marín Muñoz

Trabajo de grado presentado para optar al título de Pedagoga

Asesor

Jaime Alberto Saldarriaga Vélez, Doctor (PhD) en Ciencias Sociales, Niñez y Juventud

Universidad de Antioquia

Facultad de Educación

Pedagogía

Medellín, Antioquia, Colombia

2023

Cita

(Marín Muñoz, 2023)

Referencia

Marín Muñoz, M. C. (2023). *Lo que no se mueve se muere: expectativas y sentidos de vida en mujeres mayores del Club Encantos por la Vida*. [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.

Estilo APA 7 (2020)



Centro de Documentación Educación

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

Universidad de Antioquia - 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

Gracias infinitas por ser mi pozo cuando me sentí en el desierto, un pozo lleno de amor y de luz, siempre iluminando mi camino por más perdida que estuviera en este caminar, gracias por la paciencia y la fe inmensurable en este proceso de desaprendizajes y aprendizajes. Soñar con entrar y ser felices cuando desde afuera veíamos a los demás, mirándonos fijamente con la promesa de un día ser quienes caminaríamos mirando desde dentro y aunque la nostalgia me consume en momentos estoy feliz de tu compañía hasta este momento. Mi agradecimiento y amor eterno para ti, que intentas cada día no rendirte y seguir adelante, y a la nueva persona que hoy nos acompaña, mi profunda lealtad y gratitud por los más puros y sinceros sentimiento que recordé en mí, con su sonrisa me da vida y con su llanto calor de lucha, una vez más gracias por ser el personaje de rizos dorados como trigo, que poco a poco voy comprendiendo tu vida melancólica, aunque sé que progresivamente observaremos con dulzura los atardeceres (s.m.p).

Agradecimientos

Para iniciar, quiero agradecer a quienes con la esperanza intacta creyeron en las posibilidades de este saber, quienes con su conocimiento generoso comparten de manera afectiva y dialógica, quienes en este camino pudieron establecer relaciones horizontales y de construcción conjunta. Agradecer también a quienes en medio de los desafíos queríamos salir corriendo, pero que gracias a otros y otras que hoy caminan sin rendirse encontramos apoyo para poder enfrentar cada reto que se presentó, que, aunque será un camino de seguir fortaleciendo y retroalimentando queda la apertura; agradecimiento y respeto profundo a los compañeros y compañeras del pregrado por la escucha, reciprocidad y compromiso por consolidar el reconocimiento de esta tan hermosa profesión.

En segundo lugar, gracias a personas que, en mi familia, se sintieron orgullosos y que con su bonita energía desean la luz en el camino. De igual manera, agradezco al asesor Jaime Alberto Saldarriaga Vélez por acompañar este proceso con inagotable convicción y reflexión pedagógica.

Por último, un gran agradecimiento a las mujeres mayores del Club Encantos por la vida, por permitirme aprender de ellas, por sus sonrisas y su energía inmensurable, gracias por compartir aspectos personales de su vida y abrir el corazón para narrarlo. El reconocimiento total por sus trayectorias y sus luchas en el presente.

Tabla de contenido

Resumen	8
Abstract	9
Introducción	10
1 Planteamiento del problema	11
1.1 Antecedentes	16
1.2 Antecedentes legales	21
2 Justificación.....	25
2.1 Pregunta de investigación.....	27
3 Objetivos	28
3.1 Objetivo general	28
3.2 Objetivos específicos.....	28
4 Marco conceptual	29
5 Diseño metodológico.....	37
6 Hallazgos	44
6.1 Contexto clubes de vida	44
6.2 ¿Quiénes son las participantes?.....	52
6.3 Hablemos de procedimientos, matrices utilizadas e instrumentos	53
6.4 Visualizando los sentidos de vida: el sentido de vida en relación con el movimiento.....	54
6.5 El sentido de la vida en relación a sus prácticas afectivas	56
6.6 Pedagogía, envejecimiento y vejez	61
7 Discusión	74
8 Conclusiones	77
9 Recomendaciones.....	82

10 Referencias85

Anexos.....92

Lista de tablas

Tabla 1: Normativa adultos mayores	22
Tabla 2: Categorización del cuestionario aplicado	51
Tabla 3: Iniciativas de la Alcaldía y reflexión	69

Lista de figuras

Figura 1: Algunas mujeres del Club.....	52
Figura 2: Plazoleta con mujeres en movimiento	54
Figura 3: Antes de iniciar los encuentros	56
Figura 4: Actividad colcha de retazos	61

Resumen

Históricamente las mujeres mayores han sido relegadas a cumplir roles específicos en la sociedad. Hoy en día hay algunos procesos como los clubes de vida que posibilitan a la población mayor esparcirse y aprender otras dinámicas, es desde ahí que la investigación se da en torno a la comprensión de como las mujeres adultas pertenecientes al *Club Encantos por la Vida* impulsan sus sentidos y expectativas de vida desde estos encuentros colectivos, formativos y lúdicos para acercarnos a una lectura en clave pedagógica donde se reconoce a las mujeres y el movimiento como esenciales para un envejecimiento saludable en torno a las prácticas y potencialidades que se desarrollan y que influyen en el ámbito personal, emocional, mental y social desde la experiencia que se adquiere.

Palabras clave: mujeres mayores, club de vida, envejecimiento, pedagogía, sentidos y expectativas de vida.

Abstract

Historically older women have been relegated to specific roles in society, today there are some processes such as life clubs that enable the elderly population to strewn out and learn other dynamics, it is from there that this research is given around the understanding of how adult women belonging to the *Club Encantos por la Vida* promote their meanings and expectations of life from these collective meetings, formative and playful encounters to approach us to a reading in a pedagogical key where women and movement are recognized as essential for a healthy aging around the practices and potentialities that are developed and that influence the personal, emotional, mental and social sphere from the experience that is acquired.

Keywords: older woman, life club, aging, pedagogy, senses and life expectations

Introducción

La presente investigación cualitativa se desarrolló bajo el marco del estudio de caso, con mujeres mayores de 50 a 82 años del club de vida *Encantos por la Vida*, ubicado en la comuna 4 de Medellín en el barrio Moravia, este proceso tuvo la finalidad de comprender de qué modo el Club y mediante qué formas reconocían y promovían expectativas y sentidos de vida de las mujeres pertenecientes al grupo. Al mismo tiempo, se plantea como el espacio de socialización configura sentidos y propósitos de manera no intencionada, pero posibilitando la oportunidad de desarrollar capacidades en las diferentes dimensiones de las mujeres.

Por consiguiente, la realización del el estudio de caso da cuenta del proceso de investigación alrededor e interior de los escenarios, experiencias e interacciones generadas en el Club de vida, y cómo ello posibilita la potenciación, el reconocimiento y la lectura de una vida marcada por el pasado, pero en pro y construcción de un presente, así pues, esto queda representado, en las narraciones, conversaciones y prácticas que cuenta las mujeres en su relación consigo mismas, con los demás, con las actividades y con el espacio de interrelación en apartados del documento, donde se cuentan los hallazgos encontrados.

En un primer apartado se dará una mirada a las prácticas, significados y experiencias en relación con las expectativas y sentidos de vida de las mujeres, y cómo a partir de su organización y vinculación con otros se generan lazos afectivos que construyen sentidos y posibilidades otras. Por otro lado, en el segundo apartado se va a establecer una relación directa con las prácticas de envejecimiento, con reflexiones no solo por cuestionar el envejecimiento activo, desaprendiendo estereotipos sobre las personas mayores como pasivos e improductivos sino, desde la visión de un envejecimiento que se piense procesos formativos y re significativos desde los sujetos mismos, desde sus trayectorias, expectativas, deseos y sobre todo de sus potencialidades y capacidades.

En pocas palabras, los resultados arrojan que el Club de vida Encantos por la Vida si bien es un espacio de socialización que por medio de sus estrategias de encuentros, juegos, paseos, charlas, gimnasia, celebraciones, compartires y comitivas reconoce y promueve las expectativas de vida de las mujeres, gracias a que ellas mismas también posibilitan ello, se hace necesario la construcción de un enfoque que de manera intencionada las piense, las escuche y sobre todo potencie los sentidos de vida propios, en conclusión no se piensan procesos formativos desde las mujeres, sí no, que se piensan procesos de funcionalidad con intervenciones institucionalizadas para cumplir con la oferta de servicios propuesta desde la Alcaldía de Medellín.

1 Planteamiento del problema

Los programas y proyectos¹ que se han planteado en Medellín sobre el adulto mayor, han estado relacionados a la concepción de envejecimiento y vejez, siendo en este último tiempo (año 2023) en el que se presenta con mayor demanda de servicios; la entidad estatal es quien debe asumir dichos requerimientos de la sociedad, como son de asistencia social, salud, alimentación u nutrición, ocio y recreación o utilización del tiempo libre, y, se considera que al no ser atendido oportunamente se incrementa el riesgo de vulnerabilidad social y la no garantía de condiciones de vida digna.

Desde la Constitución Política de 1991 se establece un Estado Social de Derecho en el cual se plasma el Artículo 46 en relación con los adultos mayores de la siguiente manera: “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” (p. 6). Basados en esto, la Política Pública de Envejecimiento y Vejez (Federación Antioqueña de ONG, 2011), vigente y actualizada en 2021 y el Plan Gerontológico 2017 a 2027 (Alcaldía de Medellín, 2017) establecen unos lineamientos y rutas de atención para esta población.

Sin embargo, como muestra el Plan Gerontológico 2017-2027 (2017) “Las investigaciones sociales han develado que las sociedades construyen pensamientos, actitudes y creencias desfavorables frente al proceso de envejecimiento” (p. 4), asimismo, la mirada medicalizada ha producido un enfoque desde la funcionalidad y la productividad, ocasionando desventajas en las personas mayores. No obstante, retomando algunos autores como Vega y Bueno (2000) y Riera (2005), citados en el Plan Gerontológico 2017-2027 (Alcaldía de Medellín, 2017) hacen referencia o dan una explicación de las personas mayores, desde el factor biológico y un deterioro personal que influye directamente en el rendimiento y productividad, determinando que socialmente se cree el imaginario de alteraciones únicamente negativas durante esta etapa de la vida, ya que significaría la pérdida de habilidades y capacidades.

¹ En el siguiente link se complementa la información sobre algunos programas que se han pensado para el adulto mayor en la ciudad de Medellín: <https://www.medellin.gov.co/es/secretaria-de-inclusion/subsecretaria-de-grupos-poblacionales/equipo-de-personas-mayores-amautta/>

Es así como en la ciudad de Medellín desde las políticas públicas plasman una concepción del sujeto, en este caso el adulto mayor, como un sujeto que debe ser tratado desde la asistencia social y promocionando una vejez funcional y, es desde estas interpretaciones con una lectura profesional que se debe buscar y desarrollar estrategias orientadas a mejorar la calidad de vida de los adultos mayores, donde los diferentes proyectos y programas dentro de su discurso y el hacer busquen trascender las prácticas asistencialistas que tienen y la mirada focalizada a la enfermedad, el abandono y la vulneración de derechos en general.

Sin embargo, aunque las políticas y las leyes para el adulto mayor como lo es por ejemplo la ley 1850 de 2017 (Congreso de la República, 19 de julio), donde se dictan medidas de protección al adulto mayor en Colombia, penalizando el maltrato intrafamiliar por abandono, entre otros preceptos, y que además, junto con el Gobierno Nacional que a través del Ministerio de Salud y Protección social, tendrán una vía de *atención inmediata* para este tipo de situaciones no solo en los entornos familiares sino también en las instituciones que son agentes del cuidado y protección del adulto mayor.

“Desarrollar actividades tendientes a mejorar las condiciones de vida y mitigar las condiciones de vulnerabilidad de los adultos mayores que están aislados o marginados”. (Congreso de la República. Art. 7, ley 1850, 19 de julio de 2017). Se puede interpretar que la visión y el trato hacia las mujeres mayores está muy enfocada en función de cuidado y de la responsabilidad familiar y social, dotándolos de condiciones económicas e infraestructura que cumplan con unos estándares de bienestar, como medida de protección y prevención a la vulneración en cuanto a los derechos de vivienda y alimentación, así como lo plantea dicha ley estableciendo que, las:

Redes de apoyo comunitario a las personas de la tercera edad. El Estado, en cabeza del Ministerio de Salud y protección Social y las Secretarías Municipales de Desarrollo Social o quienes hagan sus veces, con la participación de las Personerías, la Defensoría del Pueblo, las IPS-S y la Policía Nacional, impulsarán la creación de Redes Sociales de Apoyo Comunitario a las personas de la tercera edad, con el fin de generar y operar canales de comunicación que brinden la posibilidad de activar alertas tempranas y efectivas para la atención oportuna, ante la ocurrencia de eventos de abandono, descuido, violencia

intrafamiliar y hechos similares que pongan en riesgo la integridad física o moral de algún adulto mayor. (Congreso de la República. Art. 14, ley 1850, 19 de julio de 2017 - Colombia).

En consecuencia, se brindan diferentes tipos de atención, llamadas *integrales*, a las personas mayores a través de la promoción de la salud, la prevención de la enfermedad, la asistencia o terapia, así como “Generar acciones para que los programas actuales de gerontología que se adelantan en las instituciones se den con un enfoque integral dirigido a todas las edades” (Congreso de la República, Art. 16, ley 1850, 2017). Ahora bien, si habláramos de hombres y mujeres mayores, encontraríamos muchas más desventajas en mujeres mayores, ya que las mujeres han sido relegadas en funciones o en pro de otros y es innegable su relación directa con los roles de género, o sea, con “las expectativas culturales sobre las conductas apropiadas para una mujer o un varón” (Maffia y Cabral, 2003, p. 88), donde las prácticas de género patriarcales y machistas que repercuten en las mujeres mayores que fueron aprendidas a través de sistemas de creencias familiares y culturales que configuran las relaciones de ellas y ellos consigo mismas, con otras y otros han tenido como consecuencia fue la negación de sus proyectos de vida.

No obstante, las diferencias de género en los adultos y adultas mayores son vistas desde los indicadores, analizando los porcentajes de mujeres y hombres adultos, donde se evidencia mayor porcentaje de mujeres, también entre quien tiene más esperanza de vida, entre quien sufre más enfermedades, asimismo desde la Política Pública de Envejecimiento y vejez, y el Plan Gerontológico 2017-2027 (2017) uno de sus enfoque diferenciales es ahondar en el enfoque de género, con el propósito de ser uno de los puntos de análisis de envejecimiento y la vejez en la ciudad, entendiendo el enfoque de género como “las construcciones culturales sobre el sexo [que] generan divisiones sociales debido a que se reconocen dos sexos biológicos” (p. 27). Sin embargo, este enfoque no es utilizado solamente para aproximarse a las características de las mujeres, si no a la “*feminización del envejecimiento*, a los comportamientos asumidos por hombre y mujeres y las implicaciones que ello tiene en el proceso de envejecimiento y la vejez” (p. 28).

El enfoque de género no es para acercarse a las particularidades de una población, en este caso, las mujeres mayores, si no para considerar el 100% de la población en sus roles de género

construidos. Sin embargo, un aspecto relevante es poder tener en cuenta las relaciones, los comportamientos y contextualizaciones frente a las implicaciones que estos roles han tenido sobre la mujer mayor y sobre el proceso de envejecimiento y vejez. Así, según la Fundación Saldarriaga Concha (s.f.) citada en el Plan Gerontológico 2017-2027 (2017) se expone que:

El ritmo y la calidad de vida de hombres y mujeres es completamente diferente, es mucho mayor la carga social y cultural que tiene una mujer teniendo que cumplir diferentes roles en la sociedad, por ello, es evidente y consecuente que el proceso de envejecimiento sea integralmente distinto (p. 35).

Así, las cargas sociales y culturales en las mujeres mayores han estado mediadas por múltiples razones que las diferencian, en sus historias y experiencias de vida, sus deseos, expectativas y proyectos de vida que se quedaron en el camino, lo que pudieron ser y no fueron y que esto responde a lógicas sociales patriarcales que habría que pensar y reflexionar, y no solamente ubicando la feminización del envejecimiento en términos de utilización de servicios y probabilidad de vida entre mujeres y hombres mayores.

Ahora bien, si las políticas, programas y enfoques para el adulto mayor son establecidos desde la dignidad de la vejez en cuanto se suple necesidades materiales, como vivienda, alimentación, recreación y salud, cabe preguntarse cómo los establecimientos llámese lugares de paso, hogares para el adulto mayor, clubes de vida, geriátricos, etc., son pensados, y de qué modo se logra comprender las maneras, percepciones y el lugar que tiene la adulta mayor, en estos espacios. Así, pensar desde y para las personas, comprendiendo sus aspiraciones personales y desde sus deseos de formación por una vida presente donde se destaque las maneras, enfoques y estrategias de estos lugares, y haya una pregunta por los sentidos de vida propios, los propósitos y las intencionalidades formativas.

Así pues, en el marco legal, según la ley 1315 de 2009 (Congreso de la República), estos establecimientos deben cumplir con unos estándares técnicos, administrativos y financieros, pero a su vez deben ir más allá, brindando aspectos que velen por la calidad, dignidad y humanización en la atención. Sin embargo, ¿cuáles son las oportunidades, potencialidades y lugares que le dan

al adulto mayor, más que asistir las necesidades biológicas y materiales?, dicha pregunta queda a la intemperie de la normativa que se establece en los diferentes planes de desarrollo, ya que desde mi percepción sobre el tema, trascender el asistencialismo mencionado requiere más recursos económicos, mayor acompañamiento estatal, aumentar y/o visibilizar las redes de apoyo de las personas mayores e implementar coherentemente las estrategias plasmadas en la política pública para el envejecimiento.

Para Medellín, se encuentra el Decreto Municipal 1094 de 2000 (Alcaldía de Medellín, 2000). Allí se establecen las normas de funcionamiento para los Clubes de vida en Medellín y su objetivo se centra en “contribuir a la asociación, organización y participación comunitaria de personas mayores de 50 años” (p. 2), aquí también se establece que dichos espacios tendrán la finalidad de desarrollar actividades educativas, culturales, recreativas, de salud y de proyección comunitaria teniendo presente los intereses del Club y el contexto socio cultural y económico donde se establece.

Lo planteado en el párrafo anterior, lleva a comprender que los Clubes de Vida tienen finalidades específicas y el aporte de la Alcaldía de Medellín en este caso es mínimo, comprendiendo además que, según una noticia publicada el 17 de diciembre de 2022 por la periodista Alejandra Gómez (Gómez, 2022), Medellín cuenta con aproximadamente 633 clubes de vida avalados por la Secretaría de Inclusión Social, Familia y Derechos Humanos en donde participan 39.933 personas mayores y cuya secretaría se encarga de acompañar el envejecimiento de manera digna, potenciando entornos saludables y protectores.

Sin embargo, un aspecto que debe ser considerado en la planificación educativa y social, son los procesos formativos con adultos y adultas mayores, más que nombrarlos como un grupo demográfico es restablecer su valor en la sociedad, ya que a menudo tanto los estigmas como estereotipos negativos sobre ellos, lleva a subestimar sus diferentes capacidades para ser, estar y desarrollarse y, como consecuencia crea una falta de compromiso y poca intencionalidad a la hora de proponer programas formativos para las personas mayores.

Finalmente, este planteamiento se acerca directamente al Club de vida *Encantos por la Vida* que centra su accionar colectivo en el barrio Moravia de la ciudad de Medellín, allí los cuestionamientos desde el rol profesional no solo se dan en el contexto del territorio, sus intereses como club y sus participantes -siendo un grupo mayoritario de mujeres, -, sino, que quiere conocer de cerca sobre ese proceso de envejecimiento que va más allá de un deterioro físico y pasa a cambiar las condiciones desfavorables por iniciativas que conciban y promuevan otras prácticas y formas la calidad de vida, permitiendo un escenario de comunicación, configurando relaciones sociales y aportando a disminuir la carga cultural e histórica que recae mayormente sobre las mujeres, siendo importante pensar la formación, ya que hay una preocupación por el desarrollo personal a lo largo de la vida y esta no está suscrita o prescripta a una etapa específica del ciclo vital.

1.1 Antecedentes

Para iniciar debemos partir de un contexto latinoamericano, por este motivo se tomarán algunas investigaciones que se relacionan, luego se pasaría a un contexto nacional y por último se llegaría a un contexto local, es decir, investigaciones o artículos de Medellín. Cabe resaltar que se revisaron a nivel macro, meso y micro un aproximado de 18 documentos, de los cuales se plasmarán los que más coherencia tienen con la investigación. Primero, tomaremos 3 investigaciones, una de México (*Sentido de Vida y Trayectorias Vitales en Personas Adultas Mayores desde el Enfoque de Género*), una de Guatemala (*Sentido de vida en mujeres adultas mayores que no trabajan fuera del hogar y no tienen hijos en edad de crianza, residentes en la Ciudad de Guatemala*) y una de Chile (*La vejez y su encuentro con las pérdidas: un estudio de caso desde la perspectiva del análisis existencial sobre el impacto producido por las pérdidas significativas en el valor y el sentido de la vida de una adulta mayor*).

De dichas investigaciones se puede mencionar, primero, la de México *Sentido de Vida y Trayectorias Vitales en Personas Adultas Mayores desde el Enfoque de Género* artículo escrito por Angélica María Razo, Carlos Alejandro Flores y Mariam Eleany Martínez (Razo, et al. 2021), allí, se hace alusión a cómo desde un trabajo investigativo se podría contribuir para analizar procesos donde los hombres y mujeres mayores encuentran su *sentido de vida*, comprendiendo que, las

perspectivas de los sujetos cambian desde su trayectoria vital y así mismo las influencias de las relaciones de género en este proceso, “a medida que cumplimos años, el contexto social, cultural, económico y político que prevalece en las distintas épocas de nuestra vida influye sobre nosotros” (Razo, et al. 2021, p. 41). Por este motivo, cada persona le da un sentido a los acontecimientos que vive y a la construcción de identidad y vejez que ha adquirido.

Segundo, la investigación realizada en Guatemala *Sentido de vida en mujeres adultas mayores que no trabajan fuera del hogar y no tienen hijos en edad de crianza, residentes en la Ciudad de Guatemala* realizada por Gladys Elizabeth Conde (Conde, 2014); ahí se inicia hablando del adulto mayor y las diferencias de género, además, se presentan otras investigaciones realizadas en Guatemala en las que se encuentra que primero hay una connotación por el significado de *calidad de vida*, donde se relaciona con “tener paz y tranquilidad, ser cuidado y protegido por la familia” (Conde, 2014, p. 6), además, se menciona que se deben satisfacer necesidades como alimentación, vestido, higiene y vivienda. No obstante, en los documentos que retoma se menciona la afectación de la calidad de vida a nivel socioeconómico y los riesgos de morbilidad, y concluye que las mujeres adultas mayores de clase media presentan alto sentido de vida, ya que no solo fueron amas de casa, sino que tuvieron la posibilidad de estudiar y aportar a sus familias, lo que ahora se ve reflejado en el valor que a ellas les brindan.

Tercero, para el caso de Chile, la investigación *La vejez y su encuentro con las pérdidas: un estudio de caso desde la perspectiva del análisis existencial sobre el impacto producido por las pérdidas significativas en el valor y el sentido de la vida de una adulta mayor* realizada por Andrea Varas y Gloria Riquelme (Varas y Riquelme, 2018), quienes tuvieron como objetivo determinar en qué aspectos las pérdidas significativas experimentadas en la tercera edad afectan el valor y sentido de la vida de una adulta mayor de 65 años de edad; allí se desarrolla el concepto de *pérdidas significativas* y nociones acerca de la tercera edad, el valor de la vida y el sentido existencial. Arroja como resultado que, la situación existencial de esta adulta está configurada por sus relatos de diversas pérdidas, consecuencias y repercusiones y esto hace que el valor y el sentido de su vida posean una importante falta de intereses y proyecciones.

Ahora bien, a nivel colombiano también destacamos de las 8 investigaciones encontradas 3 investigaciones que se acercan al interés de este planteamiento, la primera es del DANE (2021), allí se dan unas características generales de la población adulto mayor y menciona que:

Las personas adultas mayores son aquellas que cuentan con sesenta años o más, según la normativa nacional. Esta etapa del ciclo vital posee su propio conjunto de roles, responsabilidades, expectativas y estatus, establecidos cultural, social e históricamente. La intención desde el punto de vista de enfoque diferencial debe propender por la eliminación de estereotipos y barreras para esta población, de manera que las personas mayores sean visibilizadas en cuanto a la particularidad de sus vivencias y necesidades físicas, sociales, económicas y emocionales, y puedan ser partícipes en el desarrollo de la sociedad, teniendo en cuenta sus experiencias de vida, sus preferencias y sus derechos. (DANE, 2021, p. 4).

El DANE nos presenta que para el año 2020 en Colombia había 6.808.641 personas adultas mayores “3.066.140 (45%) son hombres y 3.742.501 (55%) son mujeres” (p. 5), asimismo, sigue mencionando características como alfabetismo, actividad realizada, pobreza, ocupación, uso de tics, entre otras, sin mencionar el uso de tiempo libre o los programas y proyectos a los cuales pueden pertenecer.

Por otro lado, están las 2 investigaciones: *Percepción del envejecimiento y bienestar que tienen los adultos mayores del Hogar Geriátrico San Camilo de la ciudad de Barranquilla* (Alonso, et al. 2010) y *Mujeres mayores: cuidados y proyectos de vida* (Rincón, 2019). Dichas investigaciones tienen su foco en el envejecimiento, la percepción de envejecer, el cuidado y proyecto de vida. Centrando sus diálogos en estas categorías y las mujeres mayores, encontramos que la vejez y el sentirse viejo se da como respuesta a las percepciones o interacciones que posea cada persona en su trayectoria de vida, es decir,

En una investigación realizada en Colombia, los adultos mayores perciben el envejecer como el resultado de lo que se ha construido en la vida y mencionan: “estoy recogiendo lo que sembré”. Añoran la juventud como un período de bienestar, sueños y retos y valoran la vejez con sus pérdidas y ganancias (Alonso, et al, 2010, p. 253).

Además, el cuidado o el ser cuidadoras también se presenta de manera diferente en cada mujer y está permeado por distintos acontecimientos, dejando claro que es de forma casi permanente en la vida de las mujeres, relacionada con las labores domésticas y el cuidado de personas; asignaciones sociales que se otorgaron al rol femenino y que ha afectado las expectativas y sentidos de vida. Partiendo de esto, las investigaciones destacan que, las mujeres hacen del cuidado su proyecto de vida y así aportan al *bienestar y desarrollo familiar y social*, así, “para las mujeres entrevistadas sentirse útiles y estar activas es muy importante, los trabajos que realizan las motivan, las hacen sentir vivas, las empoderan” (Rincón, 2019, p. 103).

Desde las percepciones se da significado y organización al ser y estar activos para tener una buena vejez; ahora bien, las investigaciones realizadas en Medellín, como lo es *Caracterización de la calidad de vida del adulto mayor en Medellín* (Sánchez et al. 2011) menciona que la calidad de vida va más allá de las percepciones individuales pues está permeada por lo físico, lo social y psicológico, además, la *Calidad de vida de los adultos mayores de Medellín* (Estrada, et al. 2011) está asociada a un deterioro funcional y específicamente afecta a las mujeres sumando una carga de depresión y ansiedad; en relación al otro documento de la autora Paola Andrea García (2017) se resalta que, los Clubes de Vida se convierten en escenarios potenciadores de capacidades para las mujeres mayores.

El adulto mayor y el envejecimiento necesitan que se proyecten y plasmen políticas sociales que evidencian mejores maneras de vivir, fomentando estilos de vida saludables, con acceso y participación en programas y actividades lúdico-recreativas, que se den por medio de los *Clubes De Vida* donde se potencie una participación diversa desde diferentes motivaciones e intereses, creando espacios dinámicos que se convierten en lugares para potenciar las capacidades de las mujeres mayores, construyendo relaciones, redes de apoyo, diálogos en común, escenarios de escucha, y oportunamente ser y estar activos o activas, y adicionalmente, de pertenecer a otras propuestas que brinda la sociedad. Así, se concluye que,

El envejecimiento debe verse como una etapa en la que también es posible el desarrollo de las capacidades de los hombres y las mujeres, como agentes activos de nuestras sociedades

en las que deben seguir participando como ciudadanos de pleno derecho, con el pleno reconocimiento social. (Sánchez et al. 2011, p. 23).

En adición, los clubes de vida de la ciudad de Medellín tienen como finalidad última propiciar la integración comunitaria con actividades culturales y recreativas, que les posibiliten y permitan a los adultos mayores recuperar la armonía y reclamar el derecho universal a la vida. Cabe destacar, que son espacios creados para el beneficio y disfrute, y desde la Alcaldía se debe brindar beneficios tales como uniformes, actividades de gimnasia guiadas por personal del INDER, acompañamiento jurídico y días de sol, entre otras disposiciones nombradas en el Decreto 1094 del 30 de octubre de 2000.

Basta aclarar que, se crean también programas y políticas que puedan responder a las demandas y necesidades de esta población tales como:

- **Programa de Colombia Mayor:** Programa de protección social al adulto mayor busca aumentar la protección a los adultos mayores por medio de la entrega de un subsidio económico para aquellos que se encuentran desamparados, que no cuentan con una pensión, o viven en la extrema pobreza. Dicho programa se rige en la normativa de la Constitución Política de Colombia 1991 artículo 2, 13, 15 y 46 (Prosperidad Social, s.f.).
- **Política Colombiana de envejecimiento humano y vejez 2015-2024:** está dirigida a todas las personas residentes en Colombia y en especial, a las personas de 60 años o más. Con énfasis en aquellas en condiciones de desigualdad social, económica, cultural o de género. Teniendo presente la referencia permanente al curso de vida. Es una Política Pública, de Estado, concertada, que articula a todos los estamentos del gobierno y a las organizaciones sociales con un propósito común: visibilizar, movilizar e intervenir la situación del envejecimiento humano y la vejez de las y los colombianos, durante el periodo 2014-2024. (Gobierno de Colombia, 2015, p. 25).

Así mismo, se destaca uno de los principios fundamentales el cual es:

“La Dignidad. Todas las personas tienen derecho a una vida digna y segura; los adultos mayores se constituyen en el objetivo fundamental de las acciones emprendidas en cumplimiento del Estado Social de Derecho a través de la eliminación de cualquier forma de explotación, maltrato o abuso de los adultos mayores” (Álvarez, 2009, p 85).

En esta ley se estableció la creación del Consejo Nacional del Adulto Mayor, como un órgano consultivo del Ministerio de la Protección Social de carácter permanente, encontrándose entre sus funciones realizar seguimiento sobre las políticas, estrategias, programas que garanticen la protección del adulto mayor, igualmente estimular la atención del adulto mayor por parte de las entidades públicas y privadas. Es decir, si las políticas, programas y enfoques para el adulto mayor son establecidas desde la dignidad de la vejez en cuanto se suple necesidades materiales, como: vivienda, alimentación, recreación y salud, cabe preguntarse cómo los establecimientos llámese lugares de paso, hogares para el adulto mayor, clubes de vida, geriátricos, etc., son pensados, de qué modo se logra comprender las maneras, percepciones y el lugar que tienen el adulto mayor en estos espacios. Una vez se tenga identificada la modalidad que se desea implementar, se debe consultar la normatividad y seguir los parámetros para cada servicio, pues es posible que los estándares varíen según el servicio.

1.2 Antecedentes legales

Dentro de una trayectoria histórica, en el marco jurídico en materia de protección al adulto mayor, se pueden encontrar en que en La Constitución Nacional consagra que Colombia es un Estado social de Derecho con autonomía de sus entidades territoriales, establece que “La familia es el núcleo fundamental de la sociedad” (...) “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”. (Congreso de la República, Art. 42-46).

Desde este contexto la legislación colombiana protege a los adultos mayores, y es por ello que la ley 599 de 2000, en su artículo 229A, luego modificado por la ley 882 de 2004, artículo 1, tipifica la violencia intrafamiliar entre cualquier miembro del núcleo familiar, dentro de los que se encuentran especialmente los ancianos, dando a comprender que es un delito que será sancionado. También, en Colombia según el Ministerio de Protección Social, existen 2.612.508

personas mayores de 65 años, donde más de la mitad son pobres, y se encuentran en estado de vulnerabilidad y extrema pobreza, abusados en cualquiera de sus manifestaciones, en respuesta a situaciones como esta se encuentra la Ley 1171 de 2007 que establece algunos beneficios a las personas mayores de 62 años (adulto mayor) para garantizar sus derechos a la educación, a la recreación y a la salud para que puedan tener una mejor calidad de vida.

A continuación se presenta un cuadro con la legislación correspondiente a los adultos mayores y los clubes de vida para así sustentar desde la normativa todos los planteamientos que se han venido estipulando, además, en concordancia a este proyecto de investigación lo que se va a evidenciar a continuación es la ampliación de ese cuestionamiento que surge no sólo por el Club de vida *Encantos por la Vida*, sino, por su accionar y su impacto en las mujeres en relación a los sentidos y expectativas de vida.

Tabla 1: Normativa adultos mayores

NORMATIVA	FECHA	DESCRIPCIÓN
Decreto 1094	30 de octubre de 2000	Por medio del cual se establecen normas para el funcionamiento de los clubes de vida en el Municipio de Medellín
Ley 687	15 de agosto de 2001	Por medio de la cual se modifica la Ley 48 de 1986, que autoriza la emisión de una estampilla pro-dotación y funcionamiento de los Centros de Bienestar del Anciano, instituciones y centros de vida para la tercera edad, se establece su destinación y se dictan otras disposiciones.
Ley 1171	07 de diciembre de 2007	La presente ley tiene por objeto conceder a las personas mayores de 62 años beneficios para garantizar sus derechos a la educación, a la recreación, a la salud y propiciar un mejoramiento en sus condiciones generales de vida.
Ley 1251	27 de noviembre de 2008	Por la cual se dictan normas tendientes a procurar la protección, promoción y defensa de los derechos de los adultos mayores.

Ley 1276	05 de enero de 2009	A través de la cual se modifica la Ley 687 del 15 de agosto de 2001 y se establecen nuevos criterios de atención integral del adulto mayor en los centros vida
Ley 1315	13 de julio de 2009	Por medio de la cual se establecen las condiciones mínimas que dignifiquen la estadía de los adultos mayores en los centros de protección, centros de día e instituciones de atención
Resolución número 0024	17 de enero de 2017	Por medio de la cual se establecen los requisitos mínimos esenciales que deben acreditar los Centros Vida y se establecen las condiciones para la suscripción de convenios docente-asistenciales.

Como se evidencia en este cuadro legislativo no hay un lugar y no se piensa la formación y las expectativas de vida, ya que el foco central de esta normativa está en la funcionalidad y no en la promoción, creación o proyección de programas o estrategias formativas que aporten o impulsen a suplir necesidades o intereses educativos propios o colectivos. Sin embargo, es relevante citar la política pública nacional de Envejecimiento y vejez 2022-2031 en el marco legal, que como menciona a continuación:

Tiene como propósito garantizar las condiciones necesarias para el envejecimiento saludable y la vivencia de una vejez digna, autónoma e independiente en igualdad, equidad y no discriminación, en el marco de la protección, promoción, defensa y restablecimiento de los derechos humanos y bajo el principio de corresponsabilidad individual, familiar, social y estatal, la cual se desarrollará a través de seis ejes estratégicos y 25 líneas de acción. (Decreto 681, 2 de mayo de 2022)

Dentro de dichas líneas de acción, se evidencia un componente muy importante de educación, formación e investigación para enfrentar los diferentes desafíos que se pueden presentar en el envejecimiento y la vejez para y desde los mismos sujetos, fomentando la participación activa de las personas mayores en la sociedad, promoviendo su inclusión en diferentes ámbitos, de lo educativo, lo cultural, social y económico. Por consiguiente, el impacto que tiene estas políticas serán consideradas y compiladas en la ordenanza # 17 de 11 de agosto de

2021, por medio del cual se actualiza la Política Pública de Envejecimiento humano y vejez, dictando igualmente otras disposiciones.

Entre dichas disposiciones se resalta el enfoque de curso de vida en donde se aborda y reconoce el desarrollo humano a lo largo de la vida, y no limitado a la infancia o la adolescencia, sino que es un proceso continuo que afecta a todas las áreas de la vida de una persona, incluyendo el desarrollo físico, cognitivo, emocional y social, es decir, el alcance del desarrollo a lo largo de la vida radica en la capacidad de adaptación, aprendizaje continuo y bienestar en todo el curso de vida; y promover un enfoque de desarrollo personal a lo largo del tiempo contribuye no solo al crecimiento individual, sino también al fortalecimiento de comunidades y sociedades en su conjunto.

2 Justificación

La pedagogía se interesa por el proceso de educación y formación del ser humano durante los momentos y situaciones de construcción de sí y de su vida, es decir, tiene en cuenta las dimensiones culturales y sociales de los sujetos, en este sentido la experiencia de vida y al mismo tiempo la que está siendo vivida, preguntando en torno a ¿qué pasa con el sujeto en su construcción?, ¿cómo son sus espacios de socialización y formación?, ¿cuáles y cómo son las apuestas formativas en los diferentes escenarios sociales?, ¿cuáles son los sentidos y razón de ser de los procesos educativos y formativos?. Así mismo, se plantean cuestionamientos sobre cómo la pedagogía reconoce al sujeto, y reconoce los procesos y los escenarios de acción en las instituciones para situarse y desde allí poder *construir, resignificar y potenciar* a partir de las lecturas profundas y del interés por transformar las formas y maneras de ser y estar en sociedad, las cuales están previamente establecidas para la construcción de sentidos y proyectos de vida.

La razón de esta esta investigación es reflexionar y situar la pedagogía en los procesos de acompañamiento en lugares donde las mujeres mayores continúan caminando y viviendo, se prevé ir más allá de los actividades que se proponen, buscando respuestas frente a qué pasa con la experiencia de las mujeres mayores que descubren habilidades o capacidades que nunca antes potenciaron, aquí la formación tiene un lugar y tiene una posibilidad, qué significación tiene la reconstitución de proyectos de vida y cómo estos clubes tienen en cuenta los deseos y expectativas de vida de las mujeres mayores.

Así, la pedagogía se deberá preguntar por la formación de las mujeres mayores, pensando en el acompañamiento y en las propuestas que se ejecutan, desplazando las visiones que se tienen frente a la productividad social y focalizándose a la capacidad de continuar con sus expectativas y proyectos de vida, comprendiendo que muchas de las mujeres de nuestra sociedad no cumplieron con sus deseos y sus vidas giraban en función de otros y para otros. No obstante, este camino investigativo es un esfuerzo por encontrar y descubrir sentidos y una reivindicación a lo que fue la negación de proyectos de vida propios en un sujeto que históricamente ha sido relegado, subordinado e incluso negado.

Teniendo en cuenta lo anterior, los actores claves de esta investigación son las mujeres mayores debido a que históricamente los roles de género las han permeado socialmente: a las mujeres les fue asignada no solo las labores del hogar, sino también el cuidado por y para los demás, infiriendo con esto, que en muchas ocasiones las mujeres no tuvieron oportunidad de cumplir sus expectativas de vida, porque debían estar en pro de otros, como consecuencia influyó en que ellas pudieran reconocer estos procesos tardíos de su vida y nombrarlos para hoy en día lograr reconocerse y además comprender cómo se ha modificado o cambiado su sentido de vida.

También, es importante no solo el referirse a las mujeres sino al hecho de que sean adultas mayores, porque socialmente están en una edad donde se les “brindan” unas condiciones para que pueda disfrutar de su tiempo libre, es decir, a esta edad algunas mujeres ya tienen menos cargas familiares, sociales, culturales, pero pueden tener cargas personales en relación a enfrentarse justo con esta etapa de la vida y con el ideal o proyección que en el algún momento establecieron, aunque, esto no quiere decir que muchas mujeres hoy siendo mayores se sientan plenas, conformes y felices con su trayectoria de vida y con la visión de haber dejado de lado algunos intereses por dedicarse al cuidado o el apoyo hacía otros.

Adicionalmente, se habla de experiencias y expectativas de vida debido a que, estas dan respuesta a las formas en las que las mujeres hacen una interpretación de su vida y las relaciones que allí han establecido a partir de sus propias vivencias donde se percibe en detalle las historias, recurriendo al reconocimiento y a la memoria. Además, estas experiencias son aquellas que aportaron a moldear la personalidad desde el conocimiento, disfrute, la práctica, la reflexión y los recuerdos desde propósitos propios teniendo experiencias personales y sociales. También, se alude a las expectativas como aquello que las mujeres anhelaban o pensaron que sucedería en un momento determinado, éstas son la combinación de deseos y conocimientos propios o relacionados al entorno.

A su vez, esta investigación pretende partir de una lectura pedagógica porque así tendrá lugar en la comprensión y acción de la construcción cultural y social del envejecimiento y la vejez, aportando en aspectos fundamentales como son los sentidos de vida y la formación de las personas mayores, y en especial en las mujeres mayores, visibilizando premisas que han estado en la

sociedad con respecto o hacia los sujetos que se encuentran en un curso de vida determinado; así la lectura pedagógica se fundamenta en tanto reconoce a las personas en proceso de formación durante la etapa vital, en educación a lo largo de la vida, pensar nuevas propuestas que inviten el crecimiento, crear, transmitir sus experiencias, saberes, conocimientos, continuando con la formación personal y cultivo de sí, pues aunque en la sociedad predominan representaciones, estereotipos e imaginarios acerca de la vejez y el envejecimiento al reflexionar esto en clave pedagógica con enfoque de género se aporta a la identificación del tema en el programa y le da un lugar importante en lo institucional para fortalecer los procesos, al mismo tiempo que se posibilita que afloren nuevas perspectivas y conocimientos frente a la vida de estas personas en el presente y su desarrollo propio .

Para concluir este apartado es importante resaltar que elegí el club de vida *Encantos por la vida*, por varias razones: primero, porque son mujeres de mi territorio a quienes me gustaría acercarme de manera indirecta para tener una mejor comprensión de sus realidades; segundo, porque he evidenciado que los clubes de vida se han convertido en un escenario diferente a lo que viven en sus hogares, y es finalmente un espacio de encuentro, de compartir, de diálogo y de acción; lo tercero es que desde la experiencia propia, el pregrado no me ha posibilitado acercarme a esta población, entonces considero que desde la pedagogía hay unos vacíos para investigar sobre los adultos mayores y considero que hay gran potencial para explorar en el ámbito educativo.

2.1 Pregunta de investigación

¿De qué modo el Club de Vida *Encantos por la Vida* reconoce, promueve y/o potencia los sentidos y expectativas de vida de las mujeres mayores?

3 Objetivos

3.1 Objetivo general

Comprender las formas utilizadas del Club de Vida *Encantos por la Vida* para reconocer, promover y potenciar los sentidos y expectativas de vida de las mujeres mayores.

3.2 Objetivos específicos

- Identificar enfoques y estrategias mediante las cuales el Club de Vida *Encantos por la Vida* reconoce, promueve y potencia los sentidos y expectativas de vida de las mujeres mayores.
- Interpretar los diversos sentidos, expectativas y proyectos de vida de las mujeres del Club *Encantos por la Vida*
- Recomendar ideas para la consolidación de estrategias de acompañamiento pedagógico en el desarrollo de los procesos formativos con las mujeres mayores que hacen parte del Club de Vida *Encantos por la Vida*.

4 Marco conceptual

En este apartado se presentan los conceptos que sustentan y fundamentan este proyecto de investigación, dichos categorías son aquellas que se han identificado para dar sentido, coherencia y dirección al objeto de estudio que en este caso son las expectativas y sentidos de vida en las mujeres mayores del Club de Vida *Encantos por la Vida*, es decir, estas categorías representan el marco inicial de interpretación que se ha definido aquí desde diferentes autores y que finalmente nutren la investigación.

Categorías

- **Enfoque de género**
- **Expectativas y sentidos de vida**
- **Vejez y envejecimiento**
- **Lectura en clave pedagógica**

El género como construcción social, se reproduce a través de la cultura y la educación y se materializa en comportamientos, ideologías, relaciones e identidades. Por lo tanto, desde esta categoría la autora Scott (1996) también cuestiona los roles construidos, impuestos, reproducidos y distribuidos culturalmente con base al sexo, este, entendido como lo biológico con esas características morfológicas con las que nace un cuerpo y que se atribuyen, según Maffia y Cabral (2003), a lo femenino o masculino.

Partiendo de esto, se aclara que esta investigación tiene una categoría de **enfoque de género**, iniciando desde lo encontrado en la página oficial del Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE Colombia), donde se plantea que este parte de un enfoque diferencial en el cual se obtiene información y características específicas de un grupo de personas es por esto, que especifica el género como aquel que:

tiene como objetivo identificar y caracterizar las particularidades contextuales y situaciones vivenciadas por las personas de acuerdo con su sexo y a los constructos sociales asociados con dicho sexo, con sus implicaciones y diferencias económicas, políticas,

psicológicas, culturales y jurídicas, identificando brechas y patrones de discriminación. (DANE, 2022).

Es necesario destacar que algunos planteamientos del enfoque de género brindan avances importantes a nivel social, ya que contribuyen a visibilizar el papel de las mujeres en la reivindicación de sí, es decir, definen este enfoque como una oportunidad para reconocer a las mujeres como ciudadanas autónomas y sujetas de derechos, donde se requieren medidas específicas para contemplar las necesidades y condiciones diferenciales, acordes con sus interseccionalidades e identidades.

La autora Marcela Lagarde (1996) expone que la identidad implica en el sujeto “percepción de sí, de su corporalidad, de sus acciones, sentido del Yo, sentido de pertenencia, de semejanza, de diferencia, de unicidad” (p. 28) estos elementos, fundamentales en la construcción de sus identidades. Además, la misma autora plantea que se debe hablar de una *perspectiva de género* donde se comprenden y analizan las características específicas que definen a los hombres y mujeres y “el sentido de sus vidas, sus expectativas y oportunidades, las complejas y diversas relaciones sociales que se dan entre ambos géneros, así como los conflictos institucionales y cotidianos que deben enfrentar y las maneras en que lo hacen” (Lagarde, 1996, p. 15).

El artículo llamado Género, Vejez y Salud, Barrantes, (2006) tiene en sus planteamientos que el género y la vejez están ligados intrínsecamente en la medida que la vejez evidencia un estado fisiológico cambiante y esto, hace que las funciones asignadas a los géneros sean menos marcadas en esta etapa de la vida; la mayoría de investigaciones arrojan que las mujeres viven más que los hombres y por eso el tema de la salud trasciende a este ámbito, pues las mujeres tienen una historicidad permeada por el rol de ser mujeres y en su mayoría madres.

También, en el artículo encontramos que “La variable género es crucial para estudiar enfermedad, salud y calidad de vida. No son iguales los desafíos que la sociedad impone a hombres y mujeres ni semejantes sus efectos” (Barrantes, 2006, p. 1), partiendo de esto, retomamos el planteamiento que, las mujeres al llegar a la edad adulta han tenido una mayor carga cultural, situación que en algún momento les hizo modificar los sentidos y expectativas de vida.

La siguiente categoría, **expectativas y sentidos de vida** pretende tener un acercamiento a diferentes aspectos que se hayan construido personalmente, los propósitos de vida, los objetivos, el significado de la vida misma y si ésta está permeada por valores o tiene en cuenta un sentido en específico desde personas que son mayores, ubicando su ciclo de vida en la etapa de envejecimiento. Pensar en las expectativas y sentidos de vida de adultas mayores supone reconocer no sólo el contexto histórico en que las mujeres han sido socializadas y cómo ello ha marcado significativamente sus experiencias y curso de vida, sino, que conlleva a considerar las implicaciones que esto acarrea en el envejecimiento femenino.

El sentido de vida de las adultas mayores tiene todo un contexto histórico, en la que es necesario trasladarnos a las tradiciones y los lugares en que las mujeres han crecido y han sido formadas, lo cual tiene implicaciones en las construcciones de sí, es decir, las cargas sociales y culturales de las mujeres mayores y como han estado mediadas y diversificadas, en sus historias y experiencias de vida, sus deseos, expectativas y proyectos de vida, entorno a las aspiraciones que se quedaron en el camino, lo que pudieron ser y no fueron y que esto responde a lógicas sociales patriarcales que habría que pensar y reflexionar.

En esta ruta de análisis se convergen 3 investigaciones, autores como Varas Saavedra, A. y Riquelme Saint-Jean, G. (2018); Razo González, A; Flores Monroy, C. y Martínez Mondragón, M (2021); Condis Viltres, E; Arrabal Guzmán, M. y Rodríguez González, D. (2021). Por este motivo, para continuar es necesario retomar el artículo *Sentido de vida en personas adultas mayores semi-institucionalizadas* (Condis, et al. 2021), allí se plantea un concepto sobre el sentido de vida desde la neurología y psiquiatría, donde presentan al austriaco Viktor Frankl de la siguiente manera:

Para Frankl, el sentido de vida se define como el motivo o la razón que impulsa a la persona a lograr algo o para ser de una manera determinada, un sentido incondicional, que cambia de una persona a otra y de un momento a otro, y que necesita ser descubierto (Condis, et al. 2021, p. 1).

También, los autores Varas y Riquelme (2018) plantean que el sentido se asocia a lo motivacional y dicho sentido parte de un contexto donde se deben cumplir “tres motivaciones

existenciales anteriores, las cuales son: el poder ser en el mundo, el gustar vivir y el permitirse ser en el mundo” (p. 23); esto, para concluir que la mujer adulta mayor ha vivenciado *múltiples pérdidas significativas*, ya que se encuentra en un contexto donde tuvo que brindar más esfuerzos y realizar diversas actividades, lo que conlleva a la pérdida de la fuerza, la disminución de capacidades, al desgaste físico y cognitivo, además de ser relegada a otras funciones menos activas donde debido a su poca agilidad para realizar ciertas tareas, son desvalorizadas.

Para asociar lo anterior, se presenta el análisis de sentidos de vida y trayectorias vitales en personas adultas mayores desde el enfoque de género y cómo es que las relaciones del mismo tienen una influencia en el proceso (Razo, et al. 2021) resalta que las lógicas patriarcales y los patrones de género se legitiman en la atribución social que se ha acentuado y presionado desde los modos como hombres y mujeres trazan sus proyectos de vida, construyendo una identidad en la vejez y en el proceso de envejecimiento.

Ahora bien, los sentidos de vida en mujeres mayores también va a depender en el grado de institucionalidad, es decir, como están o cómo se sienten frente a las categorías de salud, contactos sociales, y familiares, metas propias; entonces el sentido de vida se asocia a la falta de objetivos propios, a las experiencias de vida, ya que han sido relegadas o han estado en función de otros, esto identificado desde lo que plantean en la investigación realizada por Estrella Condis Viltres, María de los Ángeles Arrabal y Diana Rosa Rodríguez (Condis, et al. 2021). Vale la pena aquí hablar de la formación como creadora e impulsora de sentidos de vida, desde las mismas mujeres mayores.

La formación como creadora e impulsora de sentidos de vida, desde las mismas mujeres mayores, es una mirada importante que reconoce la riqueza de la experiencia acumulada a lo largo del curso de vida; ese enfoque estaría encaminado en empoderar a las mujeres mayores para establecer un diálogo de saberes, experiencias y perspectivas. Las mujeres mayores pueden ofrecer una visión única sobre temas y aspectos de la vida, como también pueden estar dispuesta a formarse sobre aspectos nuevos para sí mismas, creando nuevas posibilidades y metas por alcanzar, generando expectativas de y sentidos de vida, a esto sería pertinente un reconocimiento institucional donde se valore la contribución de las mujeres mayores en la formación, y una forma

puede ser llevado a cabo desde las políticas que fomenten la inclusión y la participación de forma real y consolidada de las personas mayores en diferentes aspectos de la vida social y cultural.

Sobre la categoría de **vejez y envejecimiento** diferentes postulados plantean que la edad en estado avanzado, es decir, de los 60 años en adelante, es la etapa final del desarrollo humano y es allí donde se inician a evidenciar diferentes aspectos como lo son: deterioros y enfermedades, soledad o acompañamiento familiar, independencia (sin obligaciones laborales) y presencia ante el duelo. Por esto, los imaginarios y estereotipos frente a las mujeres mayores han estado sujetos frente a la concepción de envejecimiento y vejez, desconociendo crisis o situaciones personales que siguen permaneciendo por el cambio de proyectos de vida, ya que el envejecimiento vuelve a ubicar a la mujer frente a aspectos como la jubilación, lo que implica que debe replantearse en otras actividades.

El envejecimiento se presenta con mayor demanda en las sociedades actuales y los estados deben asumir su papel como son, de asistencia social, salud, alimentación u nutrición, ocio y recreación, formación o utilización del tiempo libre, de lo contrario, al no ser atendidas dichas necesidades oportunamente, se incrementa el riesgo de vulnerabilidad social y la no garantía de condiciones de vida digna, así mismo, las sociedades construyen pensamientos, actitudes y creencias desfavorables frente al proceso de envejecimiento. Desde la mirada medicalizada se ha producido un enfoque desde la funcionalidad y la productividad, ocasionando desventajas en las personas mayores.

El envejecimiento, como proceso biológico y cultural, implica la inevitable transformación de la persona, tanto en lo físico como en lo social (...) La edad, por sí sola, no determina el envejecimiento, sino que es un aspecto más de los elementos que confluyen en el desarrollo del ciclo vital del ser humano. Los cambios fisiológicos, psicológicos, familiares, laborales, sociales y medioambientales, entre otros, junto a las experiencias acaecidas en el tiempo son los factores que van a individualizar el proceso. (Rodríguez, 2022, p. 29).

En este caso, si habláramos de hombres y mujeres mayores, encontraríamos muchas más desventajas en mujeres mayores, ya que las mujeres han sido relegadas en funciones o en pro de

otros y es innegable su relación directa con los roles de género, o sea, como deben ser los comportamientos de las mujeres y los hombres culturalmente, donde un enfoque de género no es utilizado solamente para aproximarse a las características de las mujeres, si no a la *feminización del envejecimiento*, a los comportamientos asumidos por hombre y mujeres y las implicaciones que ello tiene en el proceso de envejecimiento y la vejez.

Se propone fomentar el envejecimiento activo y el desarrollo de servicios sociales, fortaleciendo la participación y valoración de los adultos mayores en la sociedad, promoviendo su autocuidado y autonomía, y favoreciendo el reconocimiento y ejercicio de sus derechos. (Varas y Riquelme, 2018, p. 8)

Esto, en adición a lo que plantean los autores Nussbaum y Levmore (2018) en el texto *Envejecer con sentido: conversaciones sobre el amor, las arrugas y otros pesares*, donde se expresan de la vejez como un fenómeno sobre el cual se debe reflexionar teniendo presente las otras etapas de la vida y los sujetos con quienes nos relacionamos y el cómo nos relacionamos; es decir, para ellos la vejez es vista desde la potencialidad y la posibilidad de aquellas personas que aún tiene la capacidad de inventar, crear y de estar en plenitud en la vida, focalizando el autoconocimiento para alcanzar las máximas potencialidades de las capacidades humanas.

Es importante reconocer el vacío en los proyectos de formación y realización de expectativas de vida en mujeres mayores, pues a medida que la sociedad transcurre en el tiempo, las personas mayores se convierten en una realidad más común, siendo fundamental abordar las necesidades y aspiraciones de mujeres mayores para garantizar una calidad de vida plena y satisfactoria; dichos vacíos son evidentes en aspectos esenciales como lo son la educación continua, donde las oportunidades de educación y formación se han enfocado con mayor prioridad en personas jóvenes, dejando de lado a las personas mayores, pues las mujeres mayores pueden tener un deseo de aprender cosas nuevas y adquirir capacidades adicionales. Por consiguiente, la falta de programas educativos y de formación dirigidos para ellas y con ellas limita la capacidad de alcanzar sus objetivos personales y profesionales.

Otro aspecto a señalar es el empleo y emprendimiento, pues las mujeres mayores frecuentemente enfrentan desafíos en el mercado laboral, como la discriminación por la edad, pues la falta de programas que apoyen a las mujeres mayores a mantenerse empleadas o emprender sus propios negocios pueden acotar sus oportunidades económicas y su autonomía financiera. Así, es de gran relevancia identificar y abordar el vacío en proyectos de formación y realización de expectativas de vida en mujeres mayores, no solo para aportar a una sociedad inclusiva y equitativa, si no en las oportunidades, apoyos, recursos y reconocimiento a las diferentes contribuciones en la sociedad como el derecho a una vida plena y satisfactoria en el curso de vida

Para finalizar las categorías es importante nombrar la última categoría aludiendo a una **lectura en clave pedagógica**. En este caso el poder visualizar los procesos sociales de envejecimiento y vejez de las mujeres desde unas claves pedagógicas que permitan estructurar propuestas educativas y formativas mucho más sólidas, con la capacidad de responder y accionar en base al contexto y a la realidad de este, teniendo en cuenta los deseos, intereses, demandas y los requerimientos de las personas con las que se establecen relaciones de diálogos de saber. Así mismo, desde una reflexividad constante frente a cómo se promueven y se potencian las capacidades en los ir y venir de las personas y de las apuestas en particular; igualmente frente a las experiencias propias de vida de los sujetos, como un intento por reivindicar el reconocimiento de sí, precisamente partiendo de las claves pedagógicas retomando a la Corporación Región (2009). donde exponen que son:

Definidas como pautas, criterios y lineamientos contruidos en la reflexión cotidiana sobre las acciones cotidianas sobre las acciones educativas en espacios-tiempos compartidos, que caracterizan nuestra acción educativa. Las claves pedagógicas responden más a la contingencia, se extraen de la acción y sirven para la acción, son consecuencia de la reflexión sobre la propia experiencia, responde a la lectura de los contextos en los que acontece y son contrastadas y fundamentadas con la tradición pedagógica, con conceptos éticos, políticos, pedagógicos y didácticos. (p. 6).

Como clave pedagógica y desde una mirada profesional se hace necesario comprender que los espacios sociales aportan al desarrollo de las personas durante el curso de vida, y que esto exige

una mirada crítica, reflexiva, educativa, y propositiva frente la organización y el reconocimiento de quienes están allí, sus expectativas, experiencias y su propia historia, lo que finalmente nos acerca a opciones que en última instancia puedan potenciar las herramientas con las que ya cuentan los colectivos o los individuos. Además, desde lo pedagógico se considera al sujeto en formación para establecer principios y enfoques desde las necesidades formativas o educativas, donde la relación entre pedagogía y vejez pueda facilitar los procesos de desarrollo personal, capacidades y deseos específicos, proponiendo perspectivas orientadas en la formación a lo largo de toda la vida y situadas contextualmente.

5 Diseño metodológico

La investigación se fundamenta bajo el enfoque cualitativo, el cual de forma dialéctica sitúa la mirada de micro realidades colectivas; para esta investigación su foco será sobre el Club de Vida y sobre como allí directa o indirectamente se dan estrategias de formación donde se reconoce y potencia sentidos de vida, partiendo desde las vivencias y el encuentro entre las mujeres mayores en el Club *Encantos por la Vida*, reflexionando sobre la acción e influencia que se da entre unas y otras, y las experiencias que las vinculan, posibilitando la probabilidad de identificar los conocimientos, sentido y significados que los actores otorgan a su transitar en esta práctica colectiva. Lo anterior, se sustenta desde lo planteado por las autoras Elsy Bonilla y Penélope Rodríguez (2005), de la siguiente manera:

“La principal característica de la investigación cualitativa es su interés por captar la realidad social ‘a través de los ojos’ de la gente que está siendo estudiada, es decir, a partir de la percepción que tiene el sujeto de su propio contexto. (p. 84).

Por consiguiente, la modalidad investigativa posibilita reivindicar lo que ha sido las experiencias de vida de las adultas mayores, asimismo, permitirá identificar cuáles son los descubrimientos no solo en la ocupación del tiempo libre, si no aquello que cada una empieza a descubrir de sí y en relación de lo que empieza hacer, aludiendo a aquello que en algún momento quiso haber sido o aquello que se imaginó, contando con la gran variedad de cosas que han encontrado y aprendido, y sobre las cuales no se tuvo la oportunidad para volverse algún potencial.

Asimismo, el acercamiento al club de vida *Encantos por la Vida* desde una investigación cualitativa pretende comprender qué aportes o prácticas pedagógicas realizan cómo colectivo o se dan desde la individualidad, además, nos acerca a la concepción de adulto mayor, el rol de la mujer y como se va teniendo presente los intereses singulares, para ser potenciados desde las particulares que ya se han establecido como club de vida con orientaciones pertinentes para alcanzar bienestar y aportar al fomento de la calidad de vida.

A partir de lo anterior, la perspectiva desde donde se sustenta la investigación, frente a la pregunta por los clubes de vida, específicamente por el interrogante hacia a la mujer adulta, es desde el histórico-hermenéutico, así bajo los postulados de Burgardt (2004) se hace latente la necesidad de interpretar y comprender el sentido de la acción social en el contexto antes mencionado, desde la perspectiva, capacidades y voces de las mujeres. Así y de acuerdo con la autora Irene Vasilachis quien retoma dichos postulados del autor,

La perspectiva interpretativa está aún en vías de consolidación...” y sus supuestos básicos pueden resumirse en “la necesidad de comprensión del sentido de la acción social en el contexto del mundo de la vida y desde la perspectiva de los participantes. (Burgardt, 2004, p. 5).

Con lo anterior, se comprende que la perspectiva posibilita que la investigación se configure de forma representativa ya que realiza un intento por interpretar los sentidos, significados, y expectativas de vida que las mujeres mayores le dan a su presente, también, cómo los clubes de vida son pensados para esta población y que estrategias, programas y proyectos están propiciando para el reconocimiento y la potenciación de esos sentidos, significados e intereses, contribuyendo en el desarrollo de sí.

De igual forma, debemos tener presente un interés socio crítico en el camino de esta investigación, ya que se procura trascender y no solo quedarse en la ciencia social empírica o interpretativa, es decir, y retomando al autor Habermas (1986), “trascender de un interés teórico y práctico a uno emancipatorio”. (p. 7), hacia la hermenéutica crítica integrando lo que se posibilita desde ahí, porque es pensar en los componentes y fundamentos que se pueden transformar al interior de los lugares y los procesos en relación a las adultas mayores de nuestro contexto, ya que hacen parte de los clubes de vida donde se está involucrando el desarrollo y planeación de actividades que potencien un sentido en la vida de los sujetos.

A sí mismo, esta mirada hermenéutico-crítica proporciona construir, resignificar y reconstruir desde la participación de los actores y el club, para así, favorecer una introspección, autorreflexión, y descubrimiento, pero sobre todo, una potenciación de los sentidos y expectativas

que tiene cada persona, así como la obtención de oportunidades para realizar un acompañamiento pedagógico y establecer una relación horizontal entre todas las participantes del proceso investigativo y las memorias que surjan de allí.

Por esto, nuestro alcance investigativo pretende realizar una lectura retrospectiva y pedagógica para comprender inicialmente cómo ha sido la educación y la formación de algunas mujeres mayores de Medellín que hacen parte del club de vida *Encantos por la vida*, como también, visibilizar las necesidades, deseos, interés y expectativas de vida de estas mujeres, reconociendo que en muchas de ellas sus proyectos de vida no se llevaron a cabo, por diferentes circunstancias culturales, económicas y sociales, así como lograr entender y resignificar lo que ha representado la no configuración o construcción de un proyecto de vida propio y cómo ellas reconocen y valoran sus proyectos de vida.

Partiendo de un análisis detallado donde “la investigación analítica propicia el estudio y la comprensión más profunda del evento en estudio” (Hurtado, 2000, p. 286), y desde aquí poder confluir con esos dos elementos, las expectativas de vida de las mujeres mayores y como los clubes reconocen estos deseos e intereses y los potencian.

Retomando la idea antes mencionada, al situar la investigación en la perspectiva histórico-hermenéutica, es de gran beneficio, ya que esta responde a interpretar y comprender los motivos internos de la acción humana en un contexto concreto, así como lo plantean Arteaga y otros (2015), en donde exponen que la hermenéutica “es el arte de comprender el todo desde las partes y cada parte desde el todo” (p. 1), entendiendo que las partes en una fuerte interrelación conforman un sistema que genera dinámicas internas que requieren de lectura, análisis y comprensión, donde confluyen perspectivas relacionales, de organización, cuidado y protección de adulto mayor.

Así mismo, Carlos Vasco (1990) expone que esta perspectiva histórico-hermenéutica direcciona un interés práctico centrado en el sujeto y en la vida cotidiana, donde la historia y la hermenéutica reconstruyen lo diverso para aprehender un todo-con-sentido; por lo anterior se hace importante reconocer e identificar a las mujeres del Club *Encantos por la Vida* como parte de un

todo que se traduce a las realidades y dinámicas presentes en la planeación e implementación de programas y proyectos de adultas mayores.

En clave con lo anterior la tradición metodológica que caracteriza esta investigación es el *Estudio de caso* con un carácter comprensivo ya que nos permitirá interpretar y descubrir diferentes factores que intervienen en el fenómeno estudiado, como lo menciona el autor Creswell (2013)

Un estudio de caso es una exploración de un sistema ligado o un caso (o múltiples casos) a lo largo del tiempo, a través de una recolección de datos detallada, en profundidad que involucra múltiples fuentes de información ricas en contextos. Este sistema está ligado por el tiempo y el lugar, y es el caso que está siendo estudiado -un programa, un evento, una actividad o individuos-. (p. 46).

El estudio de caso adquiere modalidades específicas en función de su contexto y finalidad, por tal razón el autor Creswell (2013) y Galeano (2018) retoman a Stake (1995) en lo que se refiere a 3 tipos particulares que atienden a la finalidad última del estudio de caso: el intrínseco; el instrumental, y el colectivo. Siendo el estudio de caso intrínseco el que se utilizará en esta investigación porque su foco es un club de vida en específico y su acercamiento a él es para conocer cómo es, que prácticas realiza, qué implica esté colectivo como organización y como sigue fomentando espacios de participación. Adicional, se clasifica como un estudio de caso interpretativo en la medida que posibilita estudiarlos de manera más detallada para finalmente aportar a la fundamentación y alternativas de acción.

Desde esta perspectiva, se reconoce que en el estudio de caso existen diversos métodos o rutas metodológicas que facilitan la generación y captura de conocimiento de lo que se investiga, es decir, que esta diversidad de series comprende un conjunto de momentos que tiene que producir o reconocer elementos interpretativos del caso. La autora Viviana Elizabeth Jiménez (2012) expone unas fases generales que derivan de la modalidad antes propuesta:

1. **La selección y definición del caso:** se trata de seleccionar un caso apropiado y además definirlo. Identificando los ámbitos en los que es relevante el estudio, los sujetos que pueden

proveer información, el problema y los objetivos de investigación; en otras palabras, consideramos fundamental conocer desde la mirada y la voz de un sector específico como los clubes de vida realizan procesos con los adultos mayores, como son sus formas de planeación y proyección hacia esta población, y como la participación tiene un sentido en cuanto logra que ellos y ellas potencian y tengan un desarrollo de sí.

2. Elaboración de una lista de preguntas: Después de identificado el problema, es fundamental realizar un conjunto de preguntas para guiar la investigación. Tras los primeros contactos con el caso, es conveniente realizar una pregunta global y desglosarla en preguntas más variadas, para orientar la recogida de datos, permitiendo así, conocer la realidad en la que se encuentra inmersos los actores sociales por medio de un diálogo abierto, igualmente, identificando las intenciones y propósitos que tienen las instituciones con las disyuntivas que se presentan, en este caso, en correspondencia a los Clubes de Vida.

3. Localización de las fuentes de datos: Los datos se obtienen mirando, preguntando o examinando. En este apartado se seleccionan las estrategias para la obtención de los datos, es decir, los sujetos a examinar, las entrevistas, el estudio de documentos personales e institucionales y la observación, entre otras. Todo ello desde la perspectiva del investigador y la del caso.

4. Análisis e interpretación: Se sigue la lógica de los análisis cualitativos. Se trata de la etapa más delicada del estudio de caso. El objetivo es tratar la información recopilada durante la fase de campo y establecer relaciones, significados y análisis respecto de lo observado. Contrariamente a las fases de diseño y de recopilación de datos, este análisis está menos sujeto a metodologías de trabajo e implica ubicar la perspectiva del investigador.

Además, para la realización de este trabajo investigativo es necesario tomar una serie de estrategias de la investigación cualitativa, las cuales, se fundamentan en la posibilidad de aproximar a los sujetos involucrados, desde las experiencias, procesos y escenarios de actuación, retomando desde aquí diferentes autores que exponen estrategias como:

- **Observación participante:** herramienta que permite estar dentro de las realidades “se apoya para registrar sus *impresiones* en el llamado “diario de campo” (Sandoval, 1996, p. 140). A partir de aquí, se pueden identificar técnicas y estrategias, pero a

su vez, los modos en que ejecutan planes, y propuestas, aquí entonces se ubicarán percepciones que se establezcan en la investigación y que aporten al informe final sobre las características y/o fenómenos a observar. Dentro de esta técnica nos apoyaremos en el instrumento de Diarios de campo, como registro continuo de lo que va aconteciendo en la fase de campo de la investigación.

- **Entrevistas semiestructuradas:** es una de las técnicas principales en la recolección de información, entendiendo, que se pretende establecer un diálogo con los diferentes actores,
“...encuentros éstos dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas que tienen los informantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, tal como las expresan con sus propias palabras. Las entrevistas en profundidad siguen el modelo de una conversación entre iguales, y no de un intercambio formal de preguntas y respuestas.” (Taylor y Bogdan, 1987, p. 101).

Retomamos las entrevistas semiestructuradas como técnicas que aportan a comprender el caso estudiado, como sistema, es decir, el Club de Vida, requiere un instrumento como la guía de preguntas para orientar y objetivar los encuentros, así, rescatar las experiencias, percepciones y opiniones de cada mujer. Además, otras técnicas a utilizar en esta investigación y retomando al autor Sandoval (1996), serían técnicas como:

- **Análisis de contenido de documentos:** aquí se destaca la pertinencia y la adecuación de los textos que se encuentren en el proceso, es decir, planeaciones, evaluaciones, escritos y documentos que narran o explicitan la funcionalidad organizativa del Club de vida; adicional, documentos de otras experiencias que fundamenten los objetivos y que permitan contribuir a la comprensión e identificación de sus prácticas y su interés o enfoque por la formación de los adultos.
- **Encuestas y cuestionarios:** se realizarán algunas preguntas base -detalladas- para recopilar información y estas orientarán el proceso para encontrar algunos temas culturales, sobre las situaciones y sobre las especificidades de los actores.

Para finalizar y como cierre importante de este diseño metodológico, se presenta la fundamentación ético-política desde el ser, el hacer profesional y el accionar investigativo, ya que es importante que como profesionales en formación, destaquemos que hay unos criterios investigativos que nos ponen en consideración dilemas, valores y acciones profesionales, las cuales son reguladoras para alcanzar una integralidad y responsabilidad no solo con lo que se está plasmando en el documento, sino, con los actores participantes de dicha investigación, con quienes finalmente se debe ser pertinente para recolectar y registrar los testimonios brindados.

Es por esto, que traemos a colación a los autores Galeano (2004) y Gonzales, Gonzales y Ruiz (2012) quienes desde sus diferentes experiencias nos plantean diferentes criterios ético-políticos para tener presente como profesionales de la Pedagogía, entre esos están los siguientes:

- Consentimiento informado: es un documento donde se presentan brevemente los objetivos y orientaciones de la investigación, allí los y las participantes deben estar de acuerdo sobre lo que se va a realizar, aceptar el objetivo del mismo y reconocer cuál es su rol y responsabilidades en la investigación.
- Derecho a la información: los participantes pueden y deben conocer la información de la investigación, para qué fines se realiza la investigación y el uso de los testimonios o memorias realizadas.
- Confidencialidad: refiere a la privacidad de identidad del participante y al anonimato de la información que será utilizada solo con los fines expuestos en el paso anterior. Además, el investigador debe preguntar al informante si este quiere ser identificado o si desea llevar un seudónimo que él mismo puede elegir.
- Retroalimentación: como un compromiso social y profesional, se debe realizar un encuentro donde se presente la investigación y los resultados obtenidos, debe ser un espacio que tenga un lenguaje apropiado para todos los participantes y que dé cuenta de la confidencialidad e intimidad de la información obtenida.

6 Hallazgos

En este apartado se presentarán los hallazgos y la interpretación de los resultados que están enlazados a responder de manera comprensiva los objetivos de la investigación y las categorías, desde los instrumentos utilizados con la información recolectada.

6.1 Contexto clubes de vida

Retomando el Decreto N° 1094 del 30 de octubre del 2000, los Clubes de vida se fundamentan en la organización y participación comunitaria, estableciendo espacios dinámicos para desarrollar actividades participativas, sin dejar de lado el contexto en el que se creen, los recursos económicos con los que cuente la asociación y las actividades diversas en general. Con esto, se incide y mejora la calidad de vida, se posibilitan espacios de socialización solidarios, desarrollando componentes de bienestar, desde la autogestión, acción y participación con programas integrales de salud, nutrición, educación, recreación y cultura, entre otros, y algo importante para esta investigación “rescata las habilidades, conocimientos y experiencias de las personas mayores de edad” (Alcaldía de Medellín, 2000, p. 3).

Los clubes de vida son una manera que tienen algunos territorios, en este caso Medellín, para que las personas mayores de 50 años puedan pertenecer y participar en una organización formal donde se les permite accionar en diversas prácticas y entablar relaciones sociales con personas de su mismo ciclo de vida. Partiendo de esto, en el documento *Vejez, Intergeneracionalidad y Ciudadanía: las prácticas corporales en un club de vida de Medellín (Colombia)* (García, 2017), allí se establece el siguiente planteamiento:

Entonces decidimos llamarlos Club de Vida, un espacio físico donde las personas mayores van y se reúnen de acuerdo con un interés personal para compartir una actividad, bien sea de salud, recreativa, o de capacitación no formal o de ocupación del tiempo libre en manualidades, en danza en teatro, actividades recreativas y culturales.” (p. 139).

Así pues, el estudio de caso se realiza en la particularidad de un Club de vida llamado “Encantos por la Vida” el cual tiene su identidad en el Barrio Moravia, un barrio que tiene su historicidad desde que inició a poblarse en la década de los años 50 con población campesina y desplazada debido a la violencia, así es como va conformando dentro de sus propias lógicas², sin contar durante mucho tiempo con el acompañamiento institucional ya que contaba con problemáticas y necesidades frente a la vivienda, empleo, violencias, educación, medio ambiente; así, con la intención de transformar a Moravia en el 2000 se propone el Megaproyecto de Mejoramiento Integral del Barrio Moravia, cuya intención era mejorar la calidad de vida de sus habitantes y recuperar el medio ambiente de la zona, en consecuencia de esto en el 2006 entre la comunidad y la Alcaldía, priorizaron crear un espacio de encuentro para desarrollar prácticas culturales y artísticas. Es así que nació el Centro de Desarrollo Cultural de Moravia (CDCM) como equipamiento cultural del barrio.

El CDCM entonces es un espacio cultural que busca promover la transformación y aportar en procesos culturales, artísticos, creativos de los habitantes de la comuna 4, contribuyendo en la formación de espacios de convivencia e interacción, las cuales se dan a través de diversas manifestaciones del arte, la cultura y lo social, en el marco de un desarrollo de, para y en la comunidad; es importante mencionar lo anterior, ya que las mujeres que hacen parte del Club, realizan sus diferentes actividades en el Centro de Desarrollo Cultural, un espacio que ya está reservado y apropiado para ellas, resaltando en las entrevistas el espacio como escenario significativo de los encuentros.

Ahora bien, el club Encantos por la Vida viene funcionando desde los inicios de la apertura del Centro de Desarrollo Cultural, su conformación fue en el 2008, donde escasamente asistían entre 6 a 10 mujeres de 41 años de edad, ya que para el momento según cuenta la fundadora las mujeres estaban dedicadas 100% al hogar. El interés de fundar un Club de Vida partía principalmente de la necesidad de pensar en un espacio diferente al de la casa y de los oficios

² Para profundizar sobre el contexto histórico del barrio: Carlos Uribe, *Dinámica de la relación entre derecho y territorio en el marco de intervención urbanística del barrio Moravia de Medellín*. (2010) y *La experiencia de la transformación cultural de Medellín* (s.f.).

domésticos para mujeres mayores del barrio. No obstante, las mujeres que iban asistiendo, fueron invitando y llamando a más mujeres del sector, hasta que hoy por hoy son 39 asociadas al Club.

Vea yo fui la fundadora de esto acá, desde que se hizo el centro de desarrollo cultural, o sea desde el 2008 hasta ahora yo dije que iba a crear un grupo del adulto mayor y así fue, poco a poco, solicite el espacio y empecé con amigas del barrio y así fuimos creciendo como hasta ahora (...) Todas las expectativas, porque desde el momento que inicie con este proyecto, tenía más ganas de hacer cosas, de planear y buscar estrategias para que llegaran más y se integrarán buscando un bienestar, mis expectativas cada vez se engrandecían y eso se iba contagiando a otras mujeres. (P1, comunicación personal, 18 de mayo, 2023)

Es decir, que desde sus inicios, se pensó como un lugar de bienestar principalmente, pero en la actualidad se ha convertido como un espacio principalmente para la realización de ejercicio físico, que les permitiera a las mujeres desarrollar capacidades físicas para responder a las diferentes actividades que desempeñaban en su vida cotidiana, a medida que se iban integrando más y más mujeres, se van consolidando como organización, buscan asesoría por parte de la Alcaldía para ser reconocidas institucionalmente como un Club de Vida, así mismo internamente se van configurando roles dentro del Club, se organizan de tal manera que configuran una estructura de jerarquías y reglas de juego propias, como menciona la fundadora.

Nosotras estamos organizadas desde que esto inicio, como escuchamos las experiencias de los demás clubes, en cuanto a recursos, programas para nosotras y dotación, entonces empezamos a gestionar nosotras mismas nuestras cosas, no tenemos que esperar que la Alcaldía, o el Inder nos regale un día de sol o un paseo al año, recogemos una mensualidad cada una, planeamos espacios y actividades para nosotras mismas, para disfrutar, para compartir, para jugar, celebramos fechas que para nosotras son importantes. (P7, comunicación personal, 16 de mayo, 2023).

Así, el club tiene su sistema de organización “pero claro que yo tengo una junta, y todo, la secretaria, la tesorera, esto es muy organizado y para que ellas aprendan también esas responsabilidades” (P1, comunicación personal, 18 de mayo, 2023), es decir, en el club se van

asignando diferentes liderazgos tales como coordinadora, tesorera, administradora, comunicadora, secretaría entre otros roles que se desempeñan las integrantes, formando una junta directiva alrededor del Club. Desde lo anterior, se entiende que gracias a esas dinámicas la conformación de club fue fluyendo en la medida que las mujeres hacen parte, se apropian y se reconocen en un espacio social y participativo, en donde logran satisfacer necesidades propias y colectivas ya que convergen y comparten con diversas posibilidades de encuentro, un lugar donde pueden escuchar y ser escuchadas, permitiendo el compartir experiencias, crear, planear, celebrar, reír, jugar y adquirir nuevos conocimientos.

Conforme a ello, el club de vida tiene la intención de mejorar la calidad de vida de sus integrantes, mediante el enfoque de envejecimiento activo plasmado y establecido en su acta de conformación³ como Club ante la Secretaría de Inclusión Social, Familia y Derechos Humanos, tales como:

- Mejoramiento de las condiciones de vida (apoyados por Amautta a través de planes, programas, estrategias de prevención, promoción, intervención, atención y asistencia).
- Calidad, eficiencia, pertinencia y equidad en las propuestas que elabore el club.
- Validación y reconocimientos por los miembros socios del Club

Por esta razón, el objetivo del club es “contribuir al bienestar y la calidad de vida de los adultos mayores y socias del Club Encantos por la vida” (Acta de constitución del Club, 19 de mayo, 2010). Allí, el interés principal en el momento de constitución fue fomentar y velar por la práctica de la gimnasia, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, así como promover el envejecimiento activo, buscando que el Club posibilitará espacios de socialización solidarios, desarrollando componentes de bienestar, desde la autogestión, acción y participación con programas integrales de salud, nutrición, educación, recreación y cultura.

³ El acta de conformación del Club Encantador por la vida es un archivo propio al cual solo pude tener acceso para ojearlo y de allí se alcanzó a rescatar los tres ítems planteados después de este párrafo.

El proceso como realizan sus planeaciones es de forma espontánea, no tienen algún tipo de formato o ruta constituida o consolidada en el que puedan establecer propósitos formativos o educativos para el encuentro, o como proyección para el Club, pues cada espacio planeado gira principalmente alrededor de la gimnasia, sin embargo, el Club maneja un cronograma de la siguiente manera:

- Los lunes, martes y jueves en calendario normal hay gimnasia únicamente.
- El jueves del último mes se realiza el bingo.
- Un martes cualquiera del mes -no siempre- organizan un compartir (se recoge plata para realizar arroz con leche, salpicón, o algún tipo de alimento), y este lo consumen después de la hora de gimnasia.
- Reunión mensual por la Junta de Club, para conversar alrededor de las cuentas y cómo van avanzando lo pensado.
- Celebraciones anuales como:
 - El día de la madre.
 - El día de Amor y amistad.
 - Navidad
- Un paseo al año que se organiza por la junta del Club mediante una reunión (o el que regala la Alcaldía que es un día de Sol). (Notas del Diario de Campo, 17 de abril de 2023)

Dichas planeaciones, son conversadas y planificadas de manera consensuada y voluntaria, donde si bien la junta se organiza y reúnen a conversar del Club, del recurso económico que recolectan y de cómo van como Club, sería importante pensar o extenderse a conversaciones alrededor de propósitos del Club que trascienden las meras actividades que quedan en el goce y en el disfrute del momento, enfocando también la atención a los deseos, expectativas y necesidades que las integrantes tienen acerca de sus procesos formativos, de sus pretensiones de aprendizaje, o potenciación de capacidades. Pues como se puede observar, las planeaciones surgen de la espontaneidad de algunas personas del Club y aunque son aceptadas por los miembros del mismo, es de gran relevancia que un espacio como este -que se va construyendo en una institución de socialización- pueda brindar a las personas procesos formativos a lo largo de su vida,

proporcionando satisfacción al permitir a las mujeres seguir explorando sus intereses, contribuyendo al desarrollo personal y bienestar en general.

En palabras de la coordinadora del Club, este lugar ha ido cogiendo más interés y más fuerza ahora que desde el principio, ella en su momento lo pensó como un lugar propio para las mujeres, para ellas mismas, y en la actualidad las relaciones que se han ido construyendo son más propositivas, más duraderas y sobre todo en pro del bienestar de ellas mismas, “entre todas nos cuidamos, nos apoyamos y nos motivamos, es una fuerza íntima que nos da expectativas de vivir” (P1, comunicación personal, 17 de abril, 2023).

Es justamente por ello que el Club aporta en la promoción del bienestar físico y emocional, no solo dentro de su deber ser, sino, en desarrollar las actividades que están diseñadas para todas las personas que asisten, como compartires, juegos, celebraciones, bingo, gimnasia entre; mejorando la esperanza de vida y sobre todo las percepciones que tienen las adultas mayores sobre la vejez. Adicionalmente, los números de participantes y la asistencia a él fomentan la relación con otros y otras, brindando la oportunidad de sociabilidad y construcción de comunidad, ya que comparte de manera efectiva, posibilitando formas otras de relacionarse y de adquirir experiencias significativas, tanto de las relaciones que se tejen entre ellas mismas, como de las posibilidades que brinda el club con sus actividades y planeaciones.

Desde la voz de las mujeres se refieren y hacen alusión que este espacio aporta en un estado emocional y psicológico saludable, dicho por algunas mujeres pertenecientes del Club de Vida Encantos por la Vida, “yo desde que estoy aquí soy más feliz, y puedo pensar en mí, y también y sobre todo mejoro mi estado de salud” (P2, comunicación personal, 18 de mayo, 2023); esté, al igual que otras respuestas llegan a la misma idea, pues estar aquí les proporciona un estado de felicidad, donde ellas se pueden expresar y manifestar de múltiples formas y esto genera que se sientan bien recibidas y aprobadas por las demás, sea por su empatía o porque se reconocen entre ellas como mujeres que comparten y salen de la rutina.

Así mismo, desde el decreto 1094 del 2000 (Alcaldía de Medellín) nos indica que en “los Clubes de vida se desarrollaran programas integrales que respondan a las necesidades de los

asociados” (p. 5), es decir, en relación a la nutrición, recreación, cultura, educación, salud, capacitación y producción. No obstante, en el caso del Club de Vida Encantos por la vida del barrio Moravia, se toman muy poco o casi nada este tipo de programas, su desarrollo personal materializado en talleres, encuentros, charlas que abordan temas personales de las mujeres mayores, aspectos jurídicos y legales, encuentros lúdicos y educativos que les ofrece a las mujeres, conocer temas de interés son pocos, así mismo actividades que entre el grupo mismo se diseñe, o soliciten casi nunca llegan, pues la oferta educativa o formativa no son abordados en gran escala, solo llegan desde allá *programas de envejecimiento activo*, aspecto que se quedan cortos hacia las necesidades de las personas, ya que mirando desde otras preceptiva el adulto mayor no solo tiene la necesidad de moverse para tener una vejez buena y digna, necesita de otras dimensiones subjetivas para generar sentidos y expectativas de vida.

Adicional, como muestra la matriz de análisis, ver anexo 1, el Club desde los testimonios de las mujeres contribuye con las expectativas y sentidos de vida desde actividades de disfrute, desde la gimnasia, el espacio de socialización y desde los vínculos afectivos que se construyen, aun así no satisface las necesidades formativas de las personas, no se establecen metas, propositivos, objetivos o intereses que apunten a la realización de procesos educativos o formativos, en donde se piensen a las mujeres mayores desde sus deseos de aprender, sus expectativas formativas, es decir que estas actividades aunque les genera bienestar a las mujeres se quedan en actividades de disfrute y esparcimiento, sin reflexión alguna o sistematización de las prácticas que pudiesen aportar a la satisfacción de formación.

Ahora bien, ser parte del club de vida no solo contribuye a nivel socioemocional, permite obtener acceso a recursos y servicios, ya que los clubs pueden servir como un punto de acceso a información y recursos útiles, un ejemplo de ello son los programas de salud, asesoramiento legal y orientación sobre programas de asistencia social, aportado en alguna medida a mejorar la calidad de vida y la autogestión de las personas. Así, pese a que el club de vida para las mujeres mayores, se manifiesta como un lugar importante y esencial para la promoción del bienestar físico y emocional, habría que relacionar esto con sus propósitos, planes y concepciones frente al envejecimiento y la vejez, ya que en muchos casos estas connotan una serie de acciones que pueden o no limitar a las personas que hacen parte de este lugar, porque las actividades son planeadas

iguales para todas y es allí donde se debe entender que no todas las mujeres mayores son iguales, no todas tienen las mismas necesidades, intereses o capacidades, si no, que cada una tiene sus propias particularidades y expectativas de vida, pues como se evidencia en el cuestionario realizado a las mujeres del Club⁴ y posteriormente analizado (ver **Tabla 2**), aunque muchas de ellas concuerdan que el espacio es bueno y la pasan bien, no se establecen propuestas diferenciadas o proyectos personales que abarquen los intereses o desarrolle necesidades formativas propias.

Tabla 2: Categorización del cuestionario aplicado

Categoría	Subcategorías	Análisis respuestas del cuestionario
Vejez y envejecimiento	Prácticas	(Respuestas # 13; 16) Las mujeres manifiestan que les gustan las actividades y celebraciones que realizan, pero hay algunas integrantes que no están de acuerdo con lo que se programa o quizás faltarían agregar otras prácticas que sigan siendo acordes a su edad, pero que también varíen entre la misma rutina que se vuelve a establecer en los clubes de vida. Como se ha evidenciado mes a mes la rutina es la misma y la actividad que más realizan es gimnasia, pero las mujeres son activas y participativas, por lo que desde el club se debería pensar en otras actividades que no pierdan su intencionalidad y objetivo de aportar a su calidad de vida, bienestar y movimiento fomentando estrategias de rutinas que varíen como técnicas de estiramiento, danza, aeróbicos, natación, pintura, entre otras.
	Imaginario sociales	(Respuestas # 11; 20; 21) Ellas hablan de otras personas con el club y algunas no comparten el gusto por el nombre "Encantos por la vida" adicional, se puede interpretar sobre la pregunta de replicar lo aprendido en casa, que quizás en algunos casos no se dé por el lugar que siguen ocupando las mujeres en el hogar y al ser adultas, siguen asumiendo roles de cuidado, en este caso ya de los nietos, tal vez, no cuentan con el espacio adecuado o simplemente se vuelve un tema de motivación que en la casa no se da.
Género	Escenario de socialización	(Respuestas # 12; 14) Las mujeres manifestaron un total gusto por el escenario donde se reúnen para sus actividades y que no requieren otro lugar para sus prácticas. Allí se fomenta la integración y la unión, rompen algunas barreras de soledad y pueden compartir conocimientos y habilidades desde la práctica o el diálogo al ser un ambiente agradable, seguro y asequible.
	Relacionamiento/vínculos afectivos	(Respuestas # 5; 9; 15) El club de vida se resalta por ser un espacio que crea, fortalece y entabla relacionamientos de amistad, además, promueve espacios de diálogo y de compartir. Adicional, el club puede ser un escenario indirecto donde al interactuar con las otras

⁴ Ver anexo 3 para conocer cuáles fueron las preguntas realizadas en el cuestionario a las mujeres del Club de Vida.

		mujeres se fomenta la socialización, el tener nuevas experiencias, generar liderazgos (desde los roles que se asignan y asumen), mantiene la mente activa y mejora estado de ánimo y su autoestima.
Expectativas y sentidos de vida	Opiniones sobre la práctica	(Respuestas # 1; 2; 7; 8; 10; 17; 19) Estar en el club de vida les hace cambiar la rutina, les da felicidad y les aporta a mejorar la calidad de vida en la medida que cambia sus hábitos y mejoran su bienestar físico, emocional, social.
Lectura en clave pedagógica	Formación	(Respuestas #3; 4; 6; 18; 22; 23) Las mujeres expresan que gracias al club se han potenciado y se reconocen sus capacidades, quizás capacidades muy físicas y funcionales, pero expresan la importancia de seguir en un proceso de formación, donde puedan compartir con otros y donde puedan proyectarse o culminar proyectos personales.

6.2 ¿Quiénes son las participantes?

Figura 1: Algunas mujeres del Club



Mujeres del Club Encantos por la Vida

Es importante resaltar y agradecer a las mujeres que hicieron parte del estudio de caso, ellas son pertenecientes al Club de vida Encantos por la vida del barrio Moravia, en su mayoría llevan más de 7 años en el Club, y viviendo en el sector más de 25 años, son mujeres amas de casa, dedicadas en su mayoría al cuidado de los nietos y labores domésticas, los rangos de edad de las

mujeres oscilan entre 55 a 83 años de edad, solo 3 mujeres de 39 asociadas al Club son pensionadas. Es de aclarar que su participación fue voluntaria, sin esperar ningún tipo de retribución económica, permitiendo además que su participación fuera con nombre propio, sin embargo, por razones éticas las mujeres del Club serán nombradas de la siguiente manera persona (P1; P2, y así sucesivamente), donde las características de algunas mujeres se encuentran en el anexo 2.

6.3 Hablemos de procedimientos, matrices utilizadas e instrumentos

Es importante destacar aquí, que como una persona clave se recurre a la coordinadora del Club, a quien se le cuenta el interés por conocer el proceso que llevan y las finalidades del mismo, y posteriormente se les cuenta a todas las mujeres del Club, solicitando comedidamente su participación en el estudio de caso; posterior a esto, se da un primer acercamiento a ellas con la realización de entrevistas como estrategia de recolección de información. Allí, las entrevistas se realizan de tipo semi estructuradas con algunas de las mujeres participantes del club, igualmente a la profesora de gimnasia designada por el INDER, quien además planea y plantea diferentes actividades para ellas, en los diferentes escenarios. Dichas preguntas estuvieron enfocadas hacia las motivaciones y significados que les genera ser parte de un lugar como estos.

Al inicio todo se da desde la observación no participante con las mujeres y sus encuentros, los cuales se desarrollan de manera constante tres veces a la semana, estas observaciones se realizan teniendo en cuenta las categorías del estudio de caso y el material que se utiliza para detallar los encuentros, interacciones y percepciones son las notas de campo; se realizan comparaciones y contrastes, en los cuales se perciben tres aspectos importantes a resaltar:

1. Escenario de socialización diferenciado de sus hogares, donde las expectativas de vida se ven manifestadas en relación con el movimiento, es decir, lo que ha generado y las percepciones que han construido alrededor de la función y bienestar del ejercicio físico.
2. Lazos de afectividad como expectativas y sentidos de vida: se observa cómo las mujeres del Club se miran e interaccionan entre ellas, se percibe el cuidado y el interés de unas por otras hacia el bienestar.

3. Percepciones sobre ellas mismas en el ciclo vital, como viven y se relacionan con la vejez y el envejecimiento, así mismo mostrando capacidades de organización, congregación y comunidad.

Luego de las transcripciones de las entrevistas se realizó un filtro con criterios de relevancia, según lo que cuentan las participantes e ítems de pertinencia como muestra la matriz del anexo 1 y que serán abordados de la siguiente manera, teniendo presente los tres aspectos antes mencionados:

1. Visualizando los sentidos de vida: el sentido de vida en relación con el movimiento
2. El sentido de la vida en relación con sus prácticas afectivas
3. Pedagogía, envejecimiento y vejez

6.4 Visualizando los sentidos de vida: el sentido de vida en relación con el movimiento

Figura 2: Plazoleta con mujeres en movimiento



Mujeres del Club de Vida realizando la gimnasia.

El movimiento en relación con la vida tiene unas connotaciones para las mujeres que hacen lo posible para que siempre se realicen los encuentros y ser parte de ellos, pues desde su perspectiva no muy alejada de la cultural y espiritual, como menciona Haesbaert (2020) en muchas culturas y filosofías, el movimiento del cuerpo está asociado con la vida y la vitalidad, donde un cuerpo en movimiento se percibe como un signo de salud y energía, la vida se manifiesta a través del movimiento, ya que es un indicativo de que una persona está viva y activa; en este sentido, el movimiento es una expresión de la vida misma, y como cuentan las mujeres del Club, la gimnasia tiene una gran significación ya que el movimiento corporal y funcional les genera un estado de bienestar, tanto físico como emocional. En sus palabras:

Esto es muy bueno por la salud, y por qué desde que estoy aquí, los dolores han disminuido, tengo más salud y puedo hacer otras cosas de mi vida, y soy más feliz, y tengo muchas amigas, cuestión que antes no, definitivamente es lo mejor que me ha pasado. (P6, comunicación personal, 20 de mayo, 2023).

Así, los encuentros alrededor de esta actividad en específico, representan para las mujeres un espacio importante en sus vidas, el valor relevante que le dan a la gimnasia es compartido, todas mujeres del Club Encantos por la Vida manifiesta que la gimnasia es la principal actividad que les gusta realizar, ya que les aporta a la disminución de dolores y les permite estar en movimiento, generando al mismo tiempo energías, fuerzas y ánimos para realizar otras actividades de la cotidianidad, el movimiento entonces, funciona para las mujeres como un tipo de medicina que mejora la calidad de vida, pero sobre todo, le da sentido a sus vidas en tanto cada una no renuncia a la creencia e interpretación del movimiento como parte del ciclo natural de la vida, otorgando un valor a la vida misma de muchas de estas mujeres.

Por otro lado, hay una extraña relación que se establece entre el movimiento y la muerte, ya que desde que se nace el cuerpo humano está en constante movimiento, crecimiento, desarrollo y transformación y, cuando se da inicio al ciclo vital de la vejez, el envejecimiento socialmente es una etapa marcada por el poco movimiento del cuerpo, y tiende a ser relacionada con una característica que aproxima a la muerte, porque es asociada con la forma de quietud o inmovilidad,

considerando que el cuerpo se detiene en el momento de la muerte y que para contrarrestar eso es necesario sentir vitalidad desde el hacer o ejercer estas prácticas que conllevan desplazamientos.

Este panorama, hace reflexionar a las mujeres mayores sobre lo transitoria que es la vida y la inevitable quietud que llega hasta alcanzar la muerte, acarreado la significación simbólica en relación con el sentido de vida, las cuales se van modificando según las creencias y valores que cada mujer ha construido en su cotidianidad y que se van fundamentando con el movimiento y con la significación de este en la vida personal y social.

No obstante, es de gran relevancia reevaluar y reenfocar las prácticas y los pensamientos que se han venido construyendo en la sociedad y que las mujeres han interiorizado, transformarla entonces por una mirada y perspectivas que puedan abarcar otros aspectos de la vida de las personas, resignificar la percepción evolutiva de la vida, los estereotipos que se van creando socialmente frente a las personas mayores, frente a su capacidad en cuanto a la producción y funcionalidad, desnaturalizando por ejemplo que la movilidad es el principal factor de valoración hacia el ser humano, pues habrá a quienes lo que les interesa poder moverse de manera dinámica o hacer ejercicios para ejercitar su funcionalidad, habrá quien en sus necesidades no pueda dejar quieto el pensamiento, el conocimiento y la necesidad de ejecutar las potencialidades que posea, quien no le interese actividades diseñadas para el movimiento si no para la creación, o invención de otros intereses.

6.5 El sentido de la vida en relación a sus prácticas afectivas

Figura 3: Antes de iniciar los encuentros



Realizan el ritual de inicio a la actividad, canto de adulto mayor y oración.

Por consiguiente, se evidencia como este Club de Vida representa para las mujeres un lugar para desarrollar diferentes actividades de esparcimiento, entretenimiento y disfrute. Sin embargo, lo trascendental que tiene para sus vidas es un poco más amplio y profundo ya que allí comparten de manera afectiva con las diferentes personas, sienten que llegan a un lugar que proporciona vida y salud, que valora el ciclo vital en el que están y que a partir del relacionamiento y la socialización permanente se va convirtiendo en la configuración de una red de vínculos y relaciones significativas en su presente, construyen conexión y comunidad, compartiendo intereses similares, adicionando otros sentidos a la vida, así las relaciones y colaboración entre ellas se convierte en una fuente importante de apoyo y satisfacción, fortaleciendo y creando emociones y afectos que como sostiene Antonio Damasio (2021) en su teoría sobre las prácticas afectivas, son fundamentales en la vida de las personas y desempeñan un papel crucial en el bienestar emocional y social, ligado a esto mantener emociones y afectos dan sentido a la vida y contribuyen a la

cognición humana, ya que no solo somos seres racionales, sino también emocionales, y las emociones y los estados de ánimo, tiene un papel esencial en cómo percibimos la vida y la capacidad de evaluar las situaciones de la cotidianidad.

De igual forma, el autor argumenta que los afectos son experiencias emocionales más duraderas, ejerciendo un rol relevante en la forma en que interpretamos el mundo que nos rodea. Como evidencia los cuestionarios y en relación a las entrevistas, el Club fortalece emociones y afectos por medio de sus relaciones y encuentros, pero también propicia espacios de integración, como son la planeación de los paseos de cada año, las celebraciones de cumpleaños, del día de madres, amor y amistad y navidad, como son el compartir de la semana y el bingo que realiza una vez al mes, las emociones y afectos que circulan alrededor se van robusteciendo y consolidando cada vez más, fortaleciendo la convivencia y la socialización.

La juntanza de las integrantes del club provoca por medio de sus encuentros la oportunidad directa e indirecta de aprendizaje continuo, por medio de los talleres, cursos, actividades y programas que llegan de la secretaría de Inclusión social, que pueden aportar un desarrollo personal y colectivo, pero en cierto modo son sus propias planeaciones y organizaciones internas las que les posibilita un diálogo constante de experiencias, saberes y conocimientos, así como el disfrute mismo de la vida, ya que entre ellas diseñan estrategias y planes de celebración, de convites, reuniones, conversaciones, de aventuras, lo que genera, convoca y crea sentidos a la colectividad.

Así, la junta del Club se reúne una vez al mes para planear las actividades siguientes, pensando en el disfrute de las mujeres, además de ello, además de ello, la coordinadora asiste a las reuniones que se hacen desde la Alcaldía con Amautta, para compartir información sobre planes y programas que se están pensando para los adultos mayores en Medellín. Principalmente les interesa el bienestar de las mujeres, siempre planean sus actividades a partir de la clase de gimnasia, se realiza la clase de ejercicio físico y proceden a ejecutar la actividad que tienen, se reúne entonces, con papel y lápiz cada miembro, asumiendo el rol de cada uno, quien recoge el recurso, quien escribe notas de la planeación y quién compartirá lo planeado a las demás, sobre este aspecto no cabe duda de que hace falta la voz de todas las asociadas al club para expresar libremente sus deseos y puedan aportar a la construcción de planeaciones en pro de sus expectativas, no solo

brindar la clase de gimnasia como principal actividad, si no crear objetivos que vayan en el camino de esas aspiraciones o pretensiones formativas o potenciación de capacidades.

En palabras de la profesional⁵ que acompaña la actividad de gimnasia, expresa que desde esta actividad se fomentan las capacidades funcionales y se promueve autonomía, sacando al adulto mayor del estigma social, donde se convierte en un ser poco útil “el adulto mayor a través de sus capacidades físicas que ha desarrollado, puede seguir desarrollando habilidades y capacidades” (P5, comunicación personal, 13 de julio, 2023), adicionalmente menciona que con las mujeres mayores se realizan actividades donde se abordan diferentes capacidades

Nosotros abordamos capacidades funcionales, resistencia, fuerza, flexibilidad, velocidad, potencia y trabajo mental. En el trabajo mental nosotros abordamos lo que es coordinación, en cierta parte aunque también se vuelve funcional, el tema de memoria y trabajo de agilidad mental, porque ellos a través del tiempo, se pierde por la edad, porque ya empieza a un deterioro degenerativo cognitivo porque se creen, porque en cierta parte ellos se creen la historia, que es que ellos van perdiendo memoria, es que ya es un adulto, es que es por esto y lo otro y no, a ellos hay que abordarlos y decirle, no, eso no es así. (P5, comunicación personal, 13 de julio, 2023).

Es así como desde el análisis a las respuestas que dan algunas de las mujeres y la profesional, se debe trascender el enfoque funcional que se le da al espacio y proyectarlo hacia la formación real de y para ellas, no solo quedándose en trabajar aspectos de fuerza, flexibilidad etc., que si bien son importantes se reitera que no es lo única necesidad que tienen las mujeres, puesto que es de gran relevancia pensar y leer sus expectativas y proyecciones de vida.

Con respecto al lugar de encuentro, se hace necesario abordar el gran significado que tiene para las mujeres el Centro de Desarrollo Cultural de Moravia, como un escenario de formación, encuentro y experiencias, un espacio que es participativo y de gran potencia cultural, allí, las

⁵ Se debe aclarar que la profesional es una mujer de 29 años, y que sus respuestas se toman en relación a la experiencia que ella ha consolidado trabajando con mujeres mayores.

mujeres se ubican específicamente en el primer piso, situadas en la plazoleta y a su alrededor se ven piezas gráficas en alusión a otros grupos artísticos, colectivos o actividades que se realizan; con su lema: *La casa de todos* el Centro Cultural tiene un enfoque de desarrollo comunitario basado en las prácticas culturales y en la formación artística, *todo es posible en el Centro Cultural* y *El cultural es la casa mía*, no solo se convierte en un punto de encuentro diverso, es un lugar con propósitos de formación ciudadana, posibilitando que las mujeres puedan surgir desde su diversidad e interculturalidad, valorando las identidades personales, facilitando los diferentes diálogos y sensibilidades. Aquí, es fundamental entender que el lugar de encuentro va más allá de un espacio físico ya que configura lo simbólico, creando un ambiente de reconocimiento social, y al mismo tiempo adjudica una serie de significados en la construcción de sí. Una clave pedagógica implica aquí es pensar y comprender este espacio de socialización como un escenario que reconoce las propias expectativas, necesidades e intereses personales, como colectivas, determinando las posibilidades y sentidos de las prácticas mismas.

Conforme a ello y desde esa clave pedagógica se presentan los significados que permiten reconocer la experiencia que han tenido como grupo, comunidad y Club, ya a nivel personal y colectivo, y no solo es cuestionar o condicionar corrientes epistemológicas en relación al tema, es abordarla y avalar desde la magnitud subjetiva, dando paso a los saberes y a las construcciones de sentido desde lo vivido por las personas, desde donde se han movido y actuado, desde donde se han construido, como menciona Larrosa (2006) “reivindicar la experiencia, y eso supone dignificar y reivindicar todo aquello que tanto la filosofía como la ciencia tradicionalmente menosprecian y rechazan: la subjetividad, la incertidumbre, la provisionalidad, el cuerpo, la fugacidad, la finitud, la vida” (p. 110), este autor establece una relación directa con la vida, lo vivenciado, convirtiendo esta experiencia en una drama analizable y comprensible, pero al mismo tiempo apreciada y modificable.

Adicional a este planteamiento, el filósofo Heidegger (2022) argumenta que la comprensión del tiempo es fundamental para comprender la existencia humana “la noción de tiempo llamada *temporalidad* implica la idea de que la existencia humana siempre está proyectada hacia el futuro y se encuentra en constante tensión entre el pasado y el futuro” (p. 228). y además con una *auto trascendencia*, es decir, inherentemente auto trascendente, lo que significa que siempre estamos orientados hacia posibilidades futuras, por lo que se busca es un contraste entre una comprensión

más auténtica de la existencia brindándonos un horizonte hacia al ahora, y si bien es importante valorar las trayectorias de vidas es de mayor relevancia la construcción de sí en un presente.

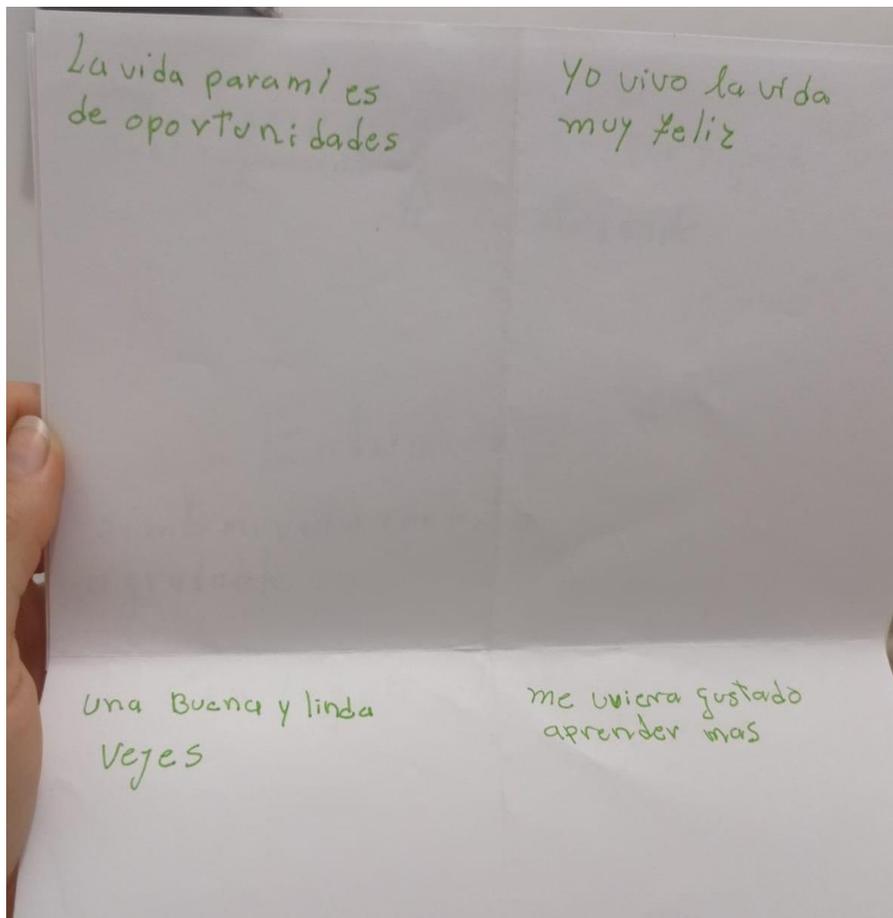
Aunque las expectativas y sentidos de vida de las mujeres que están y hacen parte del Club de Vida es un hecho altamente subjetivo y personal, se puede concluir que comparte multiplicidad de relaciones y motivos similares como lo son el encuentro, el congregarse, el construir una red de vínculos afectivos, de cuidado y compañerismo, el diálogo, el compartir, el movimiento como sentido de vida y el ritual de llegada, entrada y salida, todas se establecen como prácticas propias actuales que ahora se configuran llenas de sentido y que quizás no pudieron construir o vivenciar en el pasado, en palabras de dos hermanas en medio de la clase de gimnasia, “ aquí uno hace muchas amigas, nos queremos mucho, y uno nunca pudo tener amigas así como aquí, porque no tenía tiempo libre, - Ahh si uno metido en la casa haciendo todo no le daba para hacer nada más” (P7; P4, comunicación personal, 1 de Agosto, 2023).

Es decir, que, aunque estos aspectos que menciona la participante del Club son positivos y aportan a las expectativas de vida en tanto genera amistades y, al mismo tiempo suscita apoyo emocional, compañerismos, diversión, alegría, confianza y enriquecimientos en muchas dimensiones de su vida, lo que arroja la matriz⁶ es que se evidencia aspectos que el club no satisface en relación a la formación, pues no hay elaboraciones o propuestas con propósitos o experiencias formativas.

6.6 Pedagogía, envejecimiento y vejez

Figura 4: Actividad colcha de retazos

⁶ La matriz que evidencia estos aspectos se encuentra en el anexo 1.



Emociones, percepciones y nociones frente a la vida y la vejez.

Pensar la formación a lo largo de la vida plantea retos complejos en la actualidad, ya que nos encontramos en contextos de cambios cada vez más rápidos; por otra parte, esto no significa que no se pueda hacer nada, y se deje todo en lo efímero, la experiencia humana siempre podrá rescatar procesos y valores de la vida misma, en este caso, en el cual se está abordando la reflexión pedagógica, de la pregunta por la formación y por la construcción de sí en un presente implica concebir al sujeto, a la práctica y la propuesta dentro de un marco que pueda responder a las exigencias propias de las personas y no a un deber ser, perdiendo de vista y borrando las expectativas y sentidos de vida en el ciclo vital, pues es manifiesto que se tiende a invisibilizar requerimientos, deseos, pasiones que las personas mayores posean y desde diferentes imaginarios sociales se cree que las personas cuando llegan a cierto proceso de la vida no tuviesen actitud frente a la vida misma y se paralizarán sus sentires y voluntades frente a la vida, en oposición a ello se trae a colación una visión institucional que no se aleja de la mirada funcional que se ha construido socialmente:

Hay que sacar y poner y posicionar el tema de que los adultos tienen que ser adultos funcionales y autónomos; porque la misma cultura nos ha enseñado que ya el adulto mayor ya no sirve, ya se tiene que estar sentadito, ya guardar, (...). Entonces, entre ellos, más funcionales y autónomos tienen que ser para nosotros es nuestra prioridad, nuestro objetivo y como meta y además conllevando a eso, eso viene desencadenando resultados positivos para ellos en relación a que, a su estado de salud mental, a su estado de salud físico. (P5, comunicación personal, 13 de julio, 2023)

Esta mirada funcionalista, necesita una deconstrucción, ya que a partir de ello, la oferta educativa o formativa para el adulto mayor, ha estado en manos de profesionales que solo han enfocado la socialización en aspectos de la funcionalidad y productividad, donde la formación es insuficiente o nula, no se piensa en lo que quieren aprender, en lo que quieren proyectar para sus vidas, en lo que pueden seguir desarrollando, si no en la ocupación del cuidado, del deterioro y de la medicación, es decir, que la dimensiones a reflexionar abarca no solo la formación diferenciada para estas personas, si no las subjetividades y particularidades de cada una.

Así y desde una mirada pedagógica y trayendo la reflexión sobre aspectos interesantes de la andragogía propuestas que se desarrollará más adelante, se expresa que la educación desde este foco profesional puede desempeñar un papel esencial y clave en el proceso de envejecimiento de una manera satisfactoria. A nivel global, se identificaron algunos autores como Paul Baltes, Malcom Knowles y Eduard Lindeman, quienes se destacan con postulados en relación a las prácticas y desarrollos que se dan o que se pueden alcanzar en relación al ciclo vital de la vejez; para iniciar, Paul Baltes citado por Segura y Topa (2016) en su documento *Identificación con los trabajadores mayores y absentismo: moderación de la Selección, Optimización y Compensación*, presenta la correlación que establece el autor entre desarrollo y envejecimiento, donde expone un modelo de *Selección, Optimización y Compensación* (SOC), el cual comprende cómo las personas pueden adaptarse y aprender a medida que envejecen y destaca que es importante los procesos educativos a lo largo de la vida.

Seguido, es interesante traer a colación los autores Eduard Lindeman y Malcom Knowles precursores de la andragogía y la educación de adultos, citados en la revista Voces de la educación (2018) y el segundo por Iluminada Sánchez Domenech (2015), las ideas de los autores (inicialmente nombrados) exponen como los adultos aprenden de manera diferente a los niños y cómo influye la experiencia en sus procesos, comprendiendo que las mujeres mayores tienen necesidades específicas y diferenciadas.

Lo que más me gusta es que uno puede salir de la rutina y hacer otras actividades que lo hacen sentir a uno más vivo, compartir con compañeritas de la misma edad y aprender ejercicios, reírse y también conocer otras personas que son hasta del mismo barrio, muchas veces hasta de la misma cuadra y que es gente que uno a veces como que no conocía bien y ahí en el Club tiene ese momento como para uno integrarse (P6, comunicación personal, 18 de mayo de 2023)

Los procesos de formación en adultos son aún un reto para el envejecimiento desde la pedagogía porque no solo se quedan con lo observado, sino que, sobre este reflexionan, crean y/o mejoran las prácticas desde el sentido y la significatividad que le brindan, con una autonomía para prever las necesidades que ellas ya han identificado y que proyectan como fundamentales para tener procesos educativos con adultos y guiados desde una formación coherente.

La educación de adultos es un proceso por el cual las personas cobran conciencia de sus experiencias más importantes. El reconocimiento de la importancia nos lleva a la evaluación. Los significados a la experiencia cuando sabemos lo que sucede y qué importancia tiene ese suceso en nuestra personalidad (Castillo, 2018, párr. 4).

Zuluaga (1999) presenta la pedagogía como un saber y como una práctica, que al situarse en la misma práctica discursiva le da a la pedagogía el estatuto de saber, y no precisamente bajo presupuestos de ciencia, ya que esta, puede construirse y reconstruirse desde su propia identidad, y contemplarse a sí mismo desde su historicidad. Así, para procesos educativos y formativos de las mujeres mayores poder tener en cuenta elementos ideológicos, históricos y prácticas sociales, que caracterizan procesos y medios de descubrimiento, conceptos, conocimientos y saberes de las personas, ubicando esas formas de vivir y esas prácticas sociales para recuperarlas, retomarlas,

resignificarlas o transformarlas, desde el marco del relato, la cultura, desde las experiencias propias de los sujetos, desde lo cotidiano y el caminar de la vida.

Para dar continuidad y tomando alguno de los resultados de la colcha de retazos es pertinente traer una pregunta orientadora realizada y qué fue la siguiente **¿Que me hubiera gustado aprender o estudiar?**, allí surgieron diferentes respuestas, se presentan algunas:

"Me hubiera gustado aprender más" P9 (Colcha de retazos, 2023)

"Con lo que estudié me siento contenta" P11 (Colcha de retazos, 2023)

"No, yo siento que lo que se me ha servido para todo, igual cuando uno no sabe uno conoce a alguien que sí sabe" P15 (Colcha de retazos, 2023)

"Me hubiera gustado estudiar más para así ayudar a otros, pero bueno, con lo que uno sabe se defiende" P13 (Colcha de retazos, 2023)

"A mí me gusta aprender de todo, entonces uno aquí viene y si dan algún curso de algo uno se mete a aprender, porque uno todavía aprende" P10 (Colcha de retazos, 2023)

Con la pregunta lo que se pretende es conocer las expectativas frente a procesos formativos y como el Club lee y responder a las necesidades y deseos de las mujeres, aspecto que como se muestra en las matrices ha queda insatisfecho, ya que no hay propuestas o encuentros que puedan trabajar de manera directa esto aspectos. (Ver anexo 1 y 7).

Ahora bien, se traen principios de la andragogía, pues posiciona al adulto mayor en un lugar importante al pensar en sus procesos de aprendizaje y la dimensión del desarrollo personal, teniendo presente la autonomía, la conexión con la experiencia, la disposición, motivación y la aplicación de lo aprendido, todo esto, justificado desde un interés en temas relevantes a las necesidades que puedan generar un impacto en diversos sentidos para la vida de las personas; asimismo, las variables formas en la que los adultos se desenvuelven posibilita que se den diferentes experiencias y que estas les permitan lograr y/o alcanzar los objetivos establecidos por ellos mismos en pro de su formación.

Por otra parte y en relación a la andragogía el autor Sánchez Domenech (2015), expresa que está no consiste en memorizar, sino, en el saber hacer, aquí el adulto mayor asume un rol importante en comprender que necesita, el tomar un papel activo en su educación, en valorar su experiencia desde lo bueno y malo y desde toda la información que poseen asimilar que se pueden adquirir más conocimientos y prácticas; desde las prácticas de envejecimiento, aquí la pedagogía entraría en relación con lo anteriormente experimentado y sabido, ahora de manera sistemática y en pro de pensar, reflexionar y proponer procesos formativos con ellos y ellas, comprendiendo las complejidades, acoplándose a las características adquiridas y subjetivas que ya tienen las personas, y orientar desde las necesidades e intereses.

Se concluyen de este y de los planteamientos anteriores la necesidad de que la pedagogía tenga un perfil más protagónico en el envejecimiento y sigan aumentando sus interacciones educativas desde lo social, con una formación colaborativa para la vejez, donde se puedan mantener y potenciar las capacidades a medida que la edad avanza afrontando las tareas que van variando, abordando las crisis de identidad que se puedan ir presentando y promoviendo un envejecimiento más satisfactorio.

En adición, desde la década de los 90 la Organización Mundial de Salud –OMS ha planteado el envejecimiento saludable desde los intereses para realizar una actividad y ser saludable, lo que conlleva a envejecer de buena manera, en este caso, la OMS utiliza un concepto amplio de la salud como bienestar biológico, psicológico y social, por esto, el envejecimiento activo se define como “el proceso en que se optimizan las oportunidades de salud, participación y seguridad a fin de mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen” (párr. 3). Estos aspectos deberán tener un enfoque más amplio para llegar a reconocer la influencia de estos factores, los aspectos culturales y a nivel de comunidad otorgar un papel esencial en sus expresiones; destacando la actividad física como aquel ejercicio que genera grandes beneficios y promueve un envejecimiento activo en la medida que no solo aporta a nivel físico, motriz y cognitivo, sino, que mejora el estado de ánimo y genera un estado de bienestar, por eso se recomienda una realización frecuente, controlado y consciente con profesionales capacitados que orienten las prácticas desde las especificidades que la población requiere.

Es por esto, que no solo se debe promover un envejecimiento activo, sino elaborar propuestas que influya en la formación de mujeres mayores, que los lea y los piense en sus contextos, en sus necesidades y en su valoración humana, con estrategias pedagógicas para el bienestar y la participación, desde ahí se concluye que la educación es un factor clave para envejecer satisfactoriamente con la adquisición y la ejecución de diferentes capacidades que ayuden a mantener una buena función física y mental, una actitud de compromiso con la vida y un nuevo rol activo en la sociedad; se requiere una educación formal e informal que empodere a las personas, los haga conocedores y partícipes de las necesidades y soluciones desde su cotidianidad y que finalmente llegue a ser una estrategia no solo para seguir formándose, sino también impulsar las capacidades con total autonomía y eficacia para un envejecimiento feliz, saludable y pensado en el presente.

En cuanto a los procesos formativos en general, se ha realizado una búsqueda sobre acercamientos investigativos al envejecimiento activo y saludable, para identificar qué relación han establecido entre el envejecimiento y la pedagogía, aunque no se encontraron documentos que se acercaran a los intereses, se presenta un documento destacado *Envejecimiento activo y de éxito o saludable: una breve historia de modelos conceptuales* (2016), allí, los autores plantean este concepto “como alternativa a la sustitución de los roles que se han perdido debido a la edad, con el fin de mantener un sentido positivo de uno mismo”. (Rita, et al. 2016, párr. 6), es decir, que ubican la vejez desde la participación, la capacidad, la independencia, autosuficiencia y que tiene un significado para las personas desde sus diferentes procesos de vida, con la capacidad de alcanzar un equilibrio entre las *ganancias y las pérdidas durante el envejecimiento*.

En repetidas ocasiones llegan tres mujeres de edades muy avanzadas, de 82, 88 y 91 años, siempre llegan acompañadas de un familiar, llegan uniformadas y se sientan las tres juntas, no realizan ningún tipo de ejercicios, pero cada vez que van llegando las mujeres se acercan para saludar y preguntar por sus estados de ánimos, pues son mujeres que lleva más de 5 años en el club, son reconocidas por todas, y aunque su estado de salud ya no les permite moverse mucho, pueden conversar y ver lo que pasa, dicen que es una forma de mantenerse fuera de sus camas y respira otro aire, una forma de mantenerse vivas (Observación propia, 23 de mayo de 2023).

Desde esta experiencia se evidencia formas de participación que finalmente hacen parte de esos procesos de socialización del Club, procesos que como he mencionado con anterioridad no están documentados y que se dan desde el hacer, pero que son finalmente acciones que permean las realidades de las mujeres y que las hace identificar el club como un colectivo que puede proyectar, leer y estructurar propósitos formativos, propositivos y accesibles a la comunidad en general, donde cuentan cómo se sienten. que les gustaría hacer en el espacio, y sobre todo ejecutar acciones que les permita un pleno desarrollo, (ver anexo 4).

Al mismo tiempo, las prácticas en relación con el envejecimiento en la ciudad de Medellín están poco documentadas lo que hace que ahondar en el tema sea complejo, aun así, se establece una relación con diversas iniciativas y programas que tienen como objetivo y fin último abordar las necesidades de las mujeres mayores. Un actor clave, es la Alcaldía de Medellín, allí ubica la Secretaria de Inclusión Social, Familia y Derechos Humanos, en la que se inscribe la Subsecretaria de Grupos Poblacionales, específicamente el Equipo de personas mayores con el siguiente objetivo “Garantizamos 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, siempre con criterios de calidad, eficiencia, pertinencia y equidad” (Alcaldía de Medellín, s.f.).

Para las mujeres integrantes del Club y la profesora de gimnasia hay una organización interna no estructurada sobre la programación de las actividades que realizan, las cuales no se hallan en documentos, guías o planeaciones, sino, que solo se dan a través de la experiencia, el discurso y el lenguaje hablado, al final lo único sobre lo que se halla evidencia es de los recursos económicos que recolectan. En palabras de las participantes:

"jugamos bingo la última semana de cada mes" **P7 (10/05/2023)**

"así en el tiempo de madres, de amigo secreto nos vamos a descubrir a una finca o ahí en el Centro Cultural" **P9 (20/06/2023)**

"esto es una entidad sin ánimo de lucro, porque prácticamente la alcaldía no nos ayuda a nada, nosotros recogemos una mensualidad para ellas mismas, con eso compartimos algo, paseamos,

jugamos al bingo y todo es para ellas, para un bienestar de ellas, la gimnasia que el INDER nos da" **P8 (18/05/2023)**

"Una de las actividades principales es la gimnasia que es una actividad que dicta una profesora del INDER, porque ya como club nosotros en el transcurso del año vamos recogiendo fondos para realizar o pues como que celebramos algunos eventos como el día de la madre, del amor y la amistad, navidad y eventos así, pero eso nosotras lo pagamos de la misma plata que vamos recogiendo y así pasa con el bingo y el algo, pues ya las señoras saben que día es el bingo y entonces nosotras vamos preparando que se va a dar de premio y de algo y esa plata sale de la misma plata que vamos recogiendo, esas fechas especiales cuando las celebramos nos vamos para fincas y allá compartimos y disfrutamos entre todas, para que sea un espacio diferente al de gimnasia." **P1 (18/05/2023)**

"Canas al Aire ⁷tiene su objetivo, que los adultos sean funcionales y sean autónomos en su capacidad física y su capacidad mental pero educativo en relación." **P5 (13/07/2023)**

A partir de eso, la Alcaldía de Medellín tiene algunas acciones que relacionaré directamente con el Club Encantos por la Vida, en donde se presenta el nombre de la iniciativa y la descripción que le han otorgado en el portal web, también, cómo las mujeres del club lo perciben o relacionan y finalmente, y desde una opinión propia se presentará un comentario de la siguiente manera:

Tabla 3: Iniciativas de la Alcaldía y reflexión

INICIATIVA O PROGRAMA	DESCRIPCIÓN	INTEGRANTES DEL CLUB	COMENTARIO
Clubes de Vida	Contribuyen al mejoramiento de la calidad de vida de las personas mayores e inciden en la promoción de un envejecimiento activo.	“Lo bacano de estos clubes de vida y de estos espacios es que ellos acogen al ser humano que llega nuevo, porque ellos se pueden conocer de años, es decir, clubes de vida de 20, 25, 15 y se vuelven hermandad, no	Como se ha planteado, está ha sido una gran acción para la población adulta y ha trascendido ese mejoramiento y promoción pues hace que se convierta en un estilo de vida adquirido, deseado y

⁷ Canas al aire es la estrategia del programa que lidera el Inder de Medellín, con la filosofía de “Promover estilos de vida saludable y prevenir enfermedades asociadas a la edad, divertir y alegrar la vida de los adultos mayores”. Leer más en: <https://www.medellin.gov.co/es/sala-de-prensa/noticias/canas-al-aire-una-estrategia-de-vitalidad-y-alegria-para-los-adultos-mayores-de-medellin/>

		solo la socialización se queda aquí, sino que sale afuera y el que llega, llega y comparte y lo acogen como uno más, entonces eso se vuelve más que amistad.” (P5)	divertido, aunque se hable de un envejecimiento activo que se relaciona directamente con el funcional.
Días de Sol	Propiciar espacios para personas mayores pertenecientes a los Clubes de Vida, fortaleciendo la igualdad, el respeto y el envejecimiento activo	"Si, entonces por eso nos dan lo del día de sol, ellos mismos los de la alcaldía, eso no nos ha faltado, y vienen los que trovan, los que tocan instrumentos como guitarra y traen a personas para participar en un evento como para nosotras, saludando a todas" (P3)	Los días de sol son para las mujeres muy significativos porque tienen la posibilidad de encontrarse en otros lugares en donde se adaptan para ellas diferentes dinámicas y donde ellas sienten total libertad para el compartir y el disfrute, convirtiéndose finalmente en una actividad muy esperada.
Suministro de Uniformes	Proveer uniformes a las personas mayores de los Clubes de Vida legalmente constituidos e inscritos en la Secretaría de Inclusión Social, Familia y Derechos Humanos, motivando a la participación y favoreciendo el reconocimiento institucional.	"Los uniformes tienen el logo de la Alcaldía de Medellín y en el caso de algunas mujeres no hay logo en su vestimenta, lo que podría significar que son integrantes nuevas y que se motivaron a comprar un uniforme parecido al real del club de vida"(P7)	Aunque a todos los clubes de vida de la ciudad les dan colores muy similares en los uniformes, las mujeres le otorgan a esa prenda un distintivo característico de lo que realizan, porque según el día se selecciona el color del uniforme, algo sencillo, pero que para ellas representa identidad propia y en comunidad.
Formación en Manualidades	Desarrollar procesos de formación en manualidades para personas mayores de 50 años que permitan una vejez activa y su participación en la sociedad.	La respuesta más cercana a la formación, la expresan de la siguiente manera: "Nosotros generamos actividad física, pero la otra parte de allá les da manualidades, les da paseos y cursos y demás. Al adulto mayor lo rigen 2 entidades nosotros como las clases cívicas que es como el centro y a ellos los regula la secretaria de inclusión social en una dependencia que se llama Amauta, que es la que rige los clubes de vida y ellos son los que	Las mujeres en sus diálogos expresaban en general la variedad y lo diferente que era la formación en manualidades, las cuales eran temáticas, de libre participación, con recursos públicos y propios, pero, que podría ser un aprendizaje tangible para mostrar a los demás miembros de su familia o un incentivo para que otras personas se animaran a ser parte del grupo.

		generan estos espacios conversatorios, manualidades que son limitados, pero por eso se convoca a la líder, por qué no es para todo” (P5)	
Asambleas Gerontológicas:	Brindar información a personas mayores beneficiarias del Subsidio de Colombia Mayor, sobre la Política Pública de Envejecimiento y Vejez del Municipio de Medellín y sobre dicho subsidio.	“Claro que a veces uno esta tan enfermo que quisiera descansar, porque uno siendo coordinador le toca ir a reuniones de la alcaldía donde dicen algunos beneficios para el adulto mayor y ya luego uno debe compartir la información” (P6)	Desde las conversaciones obtenidas con las mujeres, se puede inferir que, aunque tienen conocimientos adquiridos sobre el subsidio de Colombia Mayor (solo el tema del recurso) no saben quiénes hacen parte de este o como podrían inscribirse y tienen menos cercanía con la Política Pública de Envejecimiento y Vejez, pues para algunas era algo nuevo escuchar que la Alcaldía presentaba esta política para “Consolidar en Medellín la cultura del envejecimiento en los diferentes sectores poblacionales, en procura de lograr el reconocimiento de la situación de vejez como el resultado del proceso vital de los seres humanos, dando relevancia a las condiciones de ser adulto mayor respecto a las necesidades que en esta etapa de la vida se presentan” (s.f.)

Es decir, que estas propuestas de la Alcaldía son las prácticas que se están ejecutando desde actividades sociales, recreativas y educativas para personas mayores, brindándoles un entorno enriquecedor y socialmente activo, adicional, los cursos y talleres específicos les sigue posibilitando el adquirir nuevas herramientas y estar mentalmente activos, además, hay unos programas de salud que llevan estrategias de promoción y prevención a los clubes, diseñado desde las necesidades que son “comunes” en los adultos mayores, aportando de esta manera a mejorar la calidad de vida de las mujeres mayores.

Por otro lado, la lectura pedagógica deberá generar acción sobre la formación y los procesos de enseñanza, integrando todas las estrategias educativas desde una planificación que lleve a alcanzar una evaluación continua de los impactos que generan estos contenidos en la práctica y así, poder enlazarlos con enfoques que lleven a los participantes, en este caso las mujeres mayores a una reflexión y acción consciente y autónoma sobre sus dinámicas y procesos. Teniendo presente como lo menciona el autor Biesta (2018) en el “Bello riesgo de educar” donde aborda la naturaleza de la educación y plantea la idea de que la educación auténtica implica un bello riesgo, argumentando que la educación no debería centrarse únicamente en la transmisión de conocimientos o en la preparación para el trabajo, sino que debe ser un proceso que fomente el desarrollo integral de los individuos, involucrando a las personas de manera activa, permitiéndoles cuestionar, explorar y participar en su propio aprendizaje. En este enfoque, la enseñanza no se trata solo de proporcionar respuestas correctas, sino de ayudar a los sujetos a desarrollar su capacidad de discernimiento y juicio; Biesta destaca la importancia de crear un espacio educativo en el que los estudiantes puedan experimentar la libertad de pensar y formar sus propias opiniones, incluso si esto implica ciertos riesgos.

Agregando a lo anterior, para las prácticas que se llevan a cabo con las mujeres en ciclo vital, la pedagogía deberá pensar en mejorar los procesos educativos y formativos, con el objetivo de contribuir a un desarrollo integral, apoyándose en estrategias alternativas y diferentes al de la gimnasia y la recreación, que sigan fomentando la participación, la toma de decisiones, el diálogo y la colectividad, o también y teniendo presente el acercamiento al club, se podría aportar desde una investigación educativa sobre las áreas de interés y sobre los aspectos de la educación y métodos de enseñanza que puedan ser replicables para las mujeres desde sus dinámicas establecidas.

Esto, porque el envejecimiento desde una perspectiva pedagógica se enfoca en entender y abordar este ciclo como una oportunidad de formación y desarrollo a lo largo de toda la vida, resaltando la importancia de mantener las actividades físicas y sociales, promoviendo entornos saludables y minimizando factores influyentes que afectan a las mujeres mayores como lo serían la tristeza, la depresión, la ansiedad y la monotonía del hogar, vislumbrando que se puede reducir

el aislamiento social otorgando autonomía, otras propuestas de formación y de participación que mejoran su calidad de vida.

La formación, en primer lugar se da a lo largo de la vida y desde el Club Encantos por la Vida se sustenta que aquellas mujeres tienen el deseo y la capacidad para seguir adquiriendo conocimientos y fortaleciendo u desarrollando capacidades según sus intereses y ritmos personales, potenciando y nutriendo espacios inclusivos, respetuosos y amigables para que las mujeres se sigan sintiendo valoradas, comprendidas e impulsadas y es desde ahí, que las experiencias se tornan relevantes y significativas para la vida, porque no solo se centran en que sean encuentros de integración y actividad física, sino que nutren la dimensión cognitiva, emocional, social y generan bienestar.

7 Discusión

Es importante establecer diálogos y conversaciones alrededor de las visiones de algunas mujeres sobre el Club de Vida, en tanto perciben, desde la sociedad en general, del propio entorno y de la profesora de la clase de gimnasia, un enfoque centrado en la actividad física y la funcionalidad, y menos en las expectativas de vida e intereses; una mirada compasiva y estereotipada sobre ellas, como personas solas, aisladas y ensimismadas que vienen al grupo van a encontrar en los otros la compañía que necesitan. Se trata de una idea llena de estigmas y estereotipos construidos socialmente:

La calidad de vida de ellas se potencializa en la compañía, por qué el adulto mayor, al ser un adulto mayor se convierte en una persona sola, en qué sentido, porqué ya él se va convirtiendo en adulto y va soltando cargas de sus etapas de vida, entonces al soltar cargas se va encontrando un entorno de soledad porqué ya los hijos se van de la casa y generalmente estos espacios incrementan la calidad de vida y la socialización en un entorno psicológico porqué se vuelven la compañía la una de la otra. (P5, comunicación personal, 13 de julio de 2023)

Esta visión se aleja un poco de lo que muchas de las mujeres del Club expresan como una participación voluntaria y feliz, porque les gusta compartir y entablar vínculos de amistad y compañerismo, les gusta hacer ejercicio físico, moverse y aunque la idea de que esto les ayuda con su salud es compartida, no se denominan, ni se sienten como personas solas, sino con la oportunidad de seguir disfrutando del curso de vida en un espacio diferente al rutinario.

Si bien, el interés por participar del Club proviene de hallar un espacio diferente al de la casa y mejorar la salud física, en el marco de la investigación se observa que indirectamente y sin ser un propósito del Club, se dan otras modo de potenciación, reconocimiento y expectativas de vida en las mujeres, al asumir papeles importantes en el Club, al pensar en los deseos de otras e intentar llevarlos a cabo, el asumir responsabilidades afectivas unas con otras y hacerse cargo de su vida en el presente, construyendo metas a futuro tanto del Club, como colectiva y personalmente.

Así, la pedagogía tiene un lugar en este proceso ya que, entendida como hermenéutica, parte de leer la vida de las personas resignificando sus trayectorias y su presente, dándole una dimensión a las prácticas, nombrándolas, potencializando sus propios saberes alrededor de sus experiencias, proponiendo miradas y planes que aporten a la orientación de sus intereses, metas, y propósitos ya que están conformadas desde la rigidez institucional, consolidando toda una trama discursiva en relación a sus significados y significantes, trascendiendo del enfoque de la funcionalidad que orienta la mayoría de las actividades y que, en general vienen previamente diseñadas por los agentes externos del Club de Vida, lo que afecta la posibilidad de ampliar y potenciar procesos formativos, Esto se hace visible en tanto las evaluaciones se centran principalmente en porcentajes de cuántas mujeres asistieron, no tanto si el espacio favorece, limita o abre panoramas alternativos de ser y hacer en la vida. Entonces, aquí la pedagogía nombra la construcción de un tejido social, desde el reconocimiento por la vida de las personas, de sus emociones, de sus vivencias, de sus intereses, capacidades y potencialidades para fortalecer el mismo tejido y seguir construyendo.

En el proceso de investigación se analiza qué aspectos de expectativas y sentidos de vida en mujeres mayores son poco abordados, lo que deja ver la connotación de género y las implicaciones que ello ha tenido en nuestra sociedad, pues casi no es pensado, ni planeado este tema, y en relación a cómo los Clubes de vida comprender y desarrollas actividades en torno a sus sentidos, que no aparecen muy tenidos en cuenta ya que se parte desde la idea de la necesidad de que el adulto mayor necesita ser funcional y autónomo, pero esa funcionalidad y autonomía no agota, y en ocasiones, no reconoce las expectativas y sentidos que ellos y ellas tienen de sí mismo, sus intereses, sus metas y los procesos formativos que quieren realizar; y no solo en función de un envejecimiento activo, como si el adulto mayor solo necesitaría del movimiento para realizar los sentidos de vida propios.

También, vale cuestionarse sobre esas expectativas de vida de aquello que en algún momento se establecieron o pensaron para su vida, pues si bien, hoy en día es una realidad que no pueden cambiar, quizás la sociedad modifco esos intereses desde la cultura en la que crecieron y que les sigue rodeando, donde quizás pensar o nombrar otras prácticas o intereses las ubicaría en el círculo de la inconformidad, arrepentimiento o infelicidad, sin comprender que solo es una

introspección a esos sentires; y cuestionarse no en el sentido de juzgar, sino, en el indagar a profundidad que tan sinceros pueden ser esos planteamientos personales.

8 Conclusiones

La pedagogía entonces no sólo es pertinente, sino necesaria, porque permite una retroalimentación y un fortalecimiento de su tejido social, además, porque desempeña un papel fundamental al poder proponer un marco para el diseño de programas, actividades y estrategias, que promuevan, estimulen y potencien las propias expectativas de las personas, adultas mayores en este estudio, teniendo presente varios ítems, como su ciclo de vida, las condiciones físicas, mentales y emocionales que presenten, los intereses y los objetivos de vida que se proyecten a alcanzar como colectivo y desde las particularidades de cada persona.

Estas reflexiones derivadas de investigación con mujeres mayores, parte de un interés y a partir de una lectura pedagógica porque implica análisis y reflexión sobre lo vivido y encontrado desde el espacio, desde las voces, la relación e interacción de las mujeres, ubicándolo en un contexto pedagógico específico, y en clave pedagógica desde el enfoque de género, que se cuestiona y reflexiona desde una comprensión más amplia ya que estas mujeres no solo son conscientes de las instituciones sociales por las que han pasado sino de las presiones culturales que se han ejercido sobre ellas, y cómo ahora resignifican la institución de la que hacen parte, un Club de mujeres mayores que de manera organizada y constituida, les permite desnaturalizar lo que significa ser mujer y ser mujer adulta, valorando su existencia, aportando a potenciarles en cuanto a lo social, político, cultural y económico. De este modo, este enfoque de género, como una categoría de estudio y reflexión, muestra la herencia de unas cargas patriarcales, y por ende la negación de proyectos de vida propios, en donde estas mujeres pudieron haber desarrollado capacidades, y la construcción de una vida en función de ellas y no de otros, como menciona María González, una de las integrantes del Club de Vida:

Yo hubiera querido estudiar, pero en la casa cuidaba a mis hermanos, y cuando me casé, solo pude dedicarme al hogar mientras mi marido trabajaba y esa fue la vida, hasta ahora que estoy aquí, ya paseo, bailo, hago gimnasia, visitó y comparto con mis amigas de aquí, y todo es muy bueno, me siento muy feliz por qué hago lo que me hace feliz, además soy la tesorera del Club, (risas), siempre fui buena administrando la plata de mi marido” (P3, comunicación personal, 30 de mayo, 2023).

Así las construcciones sociales y culturales atribuyeron un papel de subordinación a las mujeres basándose precisamente en la definiciones del género, donde las mujeres fueron ese “otro”, y aunque ser el otro significa saber algo, pero generalmente ignorado, no solo porque ese “otro” no esté siendo comprendido sino que ésta ahí representado por una ideología que las ve como diferentes e inferiores, manifestándose esto en las formas de socialización entre mujeres y hombres, en las diferentes relaciones y en las formas de trato hacia ellas, dejándolas en un lugar donde quedan por fuera sus intereses, capacidades, expectativas y sueños. En este sentido, Simone de Beauvoir acuña el concepto de "La mujer como el Otro", para explicar cómo las mujeres han sido históricamente definidas en oposición a los hombres. En palabras de Simone de Beauvoir (1981)

El hombre que constituye a la mujer en Otro encontrará en ella, pues, complicidades profundas. Así, la mujer no se reivindica como sujeto, porque carece de los medios concretos, porque experimenta el vínculo necesario que la sujeta al hombre sin plantearse la reciprocidad y porque a menudo se complace en su papel de Otro (p. 7).

No obstante, las mujeres del Club son conscientes del sistema sexo/género que asigna lugares de poder y dominación sobre ellas, además, oprimidas y relegadas a roles secundarios en la sociedad. Esto se ha reflejado en la falta de acceso a la educación, la restricción de sus derechos políticos y la presión social para ser esposas y madres, tanto así, que algunas de las mujeres cuentan que solo hasta que sus maridos murieron son “felizmente viudas”. (P1; P2, comunicación personal, 30 de mayo, 2023); y solo hasta ahora han podido ocuparse de ellas mismas y pensar en sus expectativas y libertades propias. En este sentido en su realidad actual, este espacio de socialización, en sus diferentes escenarios y planeación les permite mirarse a ellas mismas como mujeres de derechos, pero también como personas en pro de expectativas propias, de intereses y sentidos particulares, sin embargo, el rol que socialmente se ha asignado a las mujeres y que ellas han interiorizado no se escapa mucho de las percepciones e imaginarios sobre ser madres y sobre el cuidado, ya que las mujeres han debido asumir el papel central en la crianza y educación de sus hijos, y del hogar. Además de ellos, no se valoraba ni remuneraba, ni aún ahora, las labores de cuidado puestas a las mujeres como obligación y prioridad de vida.

Lo anterior, implica la necesidad de que los Clubes de Vida aporten tanto a proporcionar cuidados físicos y emocionales, como enseñar valores y formas de actuar. De este modo, las mujeres en medio de su narración, entre risas, silencios y pensamientos vuelven a ellas mismas, con un poco de nostalgia, pero firmes en el presente, con la expectativa de alcanzar su pleno potencial en todos los aspectos de su vida, siendo la relación afectiva con sus compañeras uno de los principales sentidos, surgido de pensar en los intereses personales y colectivos.

Dentro de los beneficios de participar en esta experiencia, como club, como organización participativa y comunitaria, la dimensión de lo físico, con relación a la salud, es bastante significativa en términos saludables, pero también cuando es abordado como recreativo, las dinámicas son más representativas y el disfrute es mayor. No obstante, dentro de todas las narrativas, se infiere que el movimiento que realizan en la actividad física funcional, se reduce el dolor físico de las mujeres y su calidad de vida mejora, así mismo las concepciones del sentido de vida se relaciona a la disminución de dolencias en el cuerpo.

“El club de vida se dedica a que nosotros tengamos una mejor vida en cuanto a lo físico, mental y espiritual, porque acá pasamos 3 veces a la semana, nos dan 1 hora de gimnasia o de varias cosas que nos podemos recrear en cuanto mental y físicamente.” (...) “una experiencia que agradezco mucho porque también gracias a ellas yo me proyecte en un futuro y en un bienestar, porque comparto con ellas, y también hago la gimnasia, claro que a veces uno esta tan enfermo que quisiera descansar” (comunicaciones personales, entrevistas de mayo 2023)

Sin embargo, la correlación entre cuerpo y vejez, cuerpo y envejecimiento, denotan en las participantes una identificación de un cuerpo que fue delimitado y dominado, pero por otro lado, reconstruido en un presente, y aunque se presenten algunas características de funcionalidad, surgimiento de enfermedades, percepciones y nociones de improductividad, (esto con base a las dinámicas de los procesos de industrialización y capitalismo), la carga principal es el de las subjetividades, las trayectorias de vida, experiencias y expectativas en el presente, aquí es importante comprender que un cuerpo envejecido está lleno de percepciones, sentimientos, emociones, necesidades, expectativa, y deseos. Reconocen el envejecimiento como el resultado mismo de lo que han construido a lo largo de su vida, no se consideran como personas solas,

aisladas o pasivas, ya que no tienen la concepción de la vejez como un estado del desarrollo humano desfavorable del ciclo vital.

Con relación a lo anterior, el mismo espacio de socialización, recreación y ocio, aporta – por sí mismas- sentido de vida, mejoran y construyen relaciones personales, así como conocer a otros y otras, encontrando expectativas de vida conforme la relación y vinculación social. Por añadidura, las actividades que contribuyen a la potenciación de capacidades transforman sus propias realidades en relación con sus propios intereses y deseos, por medio de los dispositivos empleados.

Por otra parte, la confrontación entre los datos, comparten similitudes, pues al comparar la matriz de entrevistas, colcha de retazos, cuestionario y notas de campo se muestra los modos en que se potencian, promueven y reconocen los sentidos y expectativas de vida, a través de las mismas acciones que nombran las mujeres de forma espontánea, a diferencia de las pretensiones distanciadas que se evidencia en el enfoque del programa, pues esta propuesta se enfoca hacia la funcionalidad de las personas mayores priorizando ofertas de servicios exteriores a sus procesos de formación, que además deben solicitarse, para ser entregados (ver anexo 5).

Si bien se piensa la pedagogía como un lugar desde el cual se pueda leer, entender y realizar propuestas educativas, formativas a la vida de las mujeres mayores en las diferentes dimensiones, trascendiendo los enfoques de funcionalidad que se han implementado en las distintas instituciones y programas para las mujeres mayores. Además, la pedagogía posibilita estar con constante diálogo y relación con otras áreas del conocimiento, aquí es importante la producción conceptual de la gerogogía y aunque lastimosamente se ha dejado por los profesionales que acompañan, crean y ejecutan programas con personas mayores, es una rama de la gerontología que se preocupa y desarrolla estrategias de enseñanza, educación y procesos formativos para las personas mayores, de igual modo, está estrechamente relacionada con los enfoques de envejecimiento activo y saludable, promoviendo el derecho al aprendizaje a lo largo de la vida y el desarrollo en la vejez.

Así pues, la gerogogía entendida como una oportunidad de intervención social sistemática para integrar a los adultos mayores a procesos socioeducativos que ayuden integralmente y favorezcan las capacidades de las personas mayores como menciona la autora Lucía Chavarriaga (2009)

La Gerogogía propone formación permanente y con la formación las personas mayores incrementan el bienestar y la confianza en sí mismas y se va perdiendo el estereotipo social de las personas adultas mayores y ancianas, apartadas de servicios socioeducativos y relegadas a una visión deficitaria de la vejez, se trata de acercarnos a la imagen positiva de la vejez, la que debe potenciarse, avalada por las recientes teorías científicas. (2009, p. 5)

La gerogogía y la pedagogía funcionan considerablemente al orientar programas que favorezcan la atención a las personas mayores a través de procesos educativos o de formación, brindando una experiencia positiva en el curso de vida, en el proceso de envejecimiento y vejez, donde las personas pueden interiorizarse permanentemente en el que hacer de su realización personal. Así, se hace necesario que en el trabajo y en el acompañamiento con mujeres mayores se valore la posibilidad de ser pensadas desde la gerogogía en un campo de conocimiento que ha sido poco abordado, pero no menos importante.

9 Recomendaciones

Aunque las políticas públicas han direccionado su atención hacia las personas mayores, evidenciando que hay una serie de necesidades específicas en esta población frente a la protección y asistencia social, y que a partir de allí, se crean planes y programas, existen otros enfoques importantes como son los diferentes dimensiones subjetivas y simbólicas de los adultos mayores, en este caso de las mujeres mayores; lo que implica situar propuestas y diseñar herramientas, dispositivos y programas para esta que se suplan las necesidades evidenciadas en esta situación, desde los deseos propios, intereses y necesidades formativas.

No obstante, el mejorar la calidad vida de las personas mayores es la meta prioritaria de los programas y entidades que abogan por el bienestar en el envejecimiento. Existen diversas concepciones sobre la calidad de vida, en este sentido, la OMS (1994) define la *calidad de vida* como la percepción del individuo sobre su posición en la vida dentro del contexto cultural y el sistema de valores en el que vive y con respecto a sus metas, expectativas, normas y preocupaciones. De esta forma, es pertinente aproximarse al concepto desde una dimensión subjetiva, desde lo que la misma persona le da valor, sus propias percepciones, desde lo que siente, ha vivido o está viviendo, desde su experiencia única y propia.

Siendo así, el sujeto mismo comprende las capacidades que tiene las personas para explotar sus potencialidades, comprometiendo la satisfacción de los logros personales alcanzando en todas sus dimensiones y aspiraciones. Así, esta calidad de vida va a ser condicionada tanto por la satisfacción de factores básicos, como bienestar emocional, simbólico, físico, en relación con las interacciones y desarrollos personales con sigo mismo y con el mundo que los rodea.

Las estrategias de acompañamiento en procesos formativos con mujeres mayores deben partir de sus necesidades y en general aportar al desarrollo integral de ellas y a la adquisición o refuerzo de sus capacidades; estas deben cumplir ciertos ítems los cuales desde diferentes lecturas y por vivencia propia se han alcanzado a identificar y quisiera nombrar de la siguiente manera:

Antes

- Nutrir la práctica desde la teoría
- Reconocer los conocimientos previos
- Poseer opciones de temáticas, horarios, metodologías y técnicas diversas
- Posibilitar libertad en la toma de decisiones con respecto a sus necesidades formativas
- Crear un entorno seguro de enseñanza y establecer pautas para la tolerancia a la frustración
- Nombrar las capacidades y la utilidad de lo que se está aprendiendo
- Apoyar, motivar y animar los procesos de formación

Durante

- Acercarse a las experiencias vividas
- Fomentar la participación activa
- Permitir el intercambio de experiencias con otros procesos y otras mujeres (relacionamiento)
- Fomentar las redes de apoyo y construcciones colaborativas
- Utilizar retroalimentaciones constructivas y coherentes
- Reconocer la dedicación, el esfuerzo y celebrar el avance obtenido para seguir aprendiendo.
- Promover el empoderamiento de mujeres mayores, posibilitando el desarrollo de capacidades como: toma de decisiones, liderazgo y comunicación.

Dichas estrategias de acompañamiento las ubico desde la necesidad de interacción, formación y ejecución de proyectos de vida con personas, en este caso y situando el Club de vida, con las mujeres mayores que participaron en este proceso y de quienes se resalta la percepción favorable y consideraciones positivas de su calidad de vida por ser y estar en estos espacios que les genera sentidos. De igual modo, al preguntar esta investigación por el programas del que hacen parte, de sus actividades y funciones, sus respuestas se encaminaron hacia la representación de bienestar, disfrute y creación, y no solo de lo que genera el escenario de socialización sino fuera del mismo,

trascendiendo a su vida cotidiana, es decir, que el programa podría apostar y tener propósitos hacia ello, crear enfoque de formación y líneas de acción, que les permita a las mujeres escribir los objetivos en pro de sus propias expectativas.

10 Referencias

- Alcaldía de Medellín. (s.f.). Equipo de personas mayores. Obtenido de <https://www.medellin.gov.co/es/secretaria-de-inclusion/subsecretaria-de-grupos-poblacionales/equipo-de-personas-mayores-amautta/>
- Álvarez Mendoza, E. L. (2009). El adulto mayor en la sociedad actual. *Saber, ciencia y libertad*, 4(2), 81-88. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6261720>
- Creswell, J. (2013). Investigación cualitativa y diseño investigativo. En *Selección entre cinco tradiciones*. Obtenido de <https://academia.utp.edu.co/seminario-investigacion-II/files/2017/08/INVESTIGACION-CUALITATIVACreswell.pdf>
- 52 Asamblea Mundial de la Salud, Proyecto A. (22 de mayo de 1999). Obtenido de Ginebra: OMS: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/84566/1/s7.p>
- Alcaldía de Medellín. (2017). Política Pública De Envejecimiento Y Vejez Plan Gerontológico 2017-2027. Obtenido de <https://www.medellin.gov.co/es/wp-content/uploads/2023/01/4.23-Plan-Gerontologico-2017-2027-Medellin.pdf>
- Alcaldía de Medellín. (s.f.). Decreto 1094 de 2000. Obtenido de https://www.medellin.gov.co/amauta/archivos/DECRETO_1094_CLUBES_DE_VIDA.pdf
- Alonso, L. M., Ríos, A. L., Caro, S., Maldonado, A., Campo, L., Quiñonez, D., & Zapata, Y. (julio-diciembre de 2010). Percepción del envejecimiento y bienestar que tienen los adultos mayores del Hogar Geriátrico San Camilo de la ciudad de Barranquilla. *Salud Uninorte*, 26(2), 250-259. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/817/81719006007.pdf>
- Asamblea Departamental de Antioquia. (2021). Ordenanza # 17 de 11 de agosto de 2021. Obtenido de <https://www.asambleadeantioquia.gov.co/wp-content/uploads/2021/09/ORD-No-17-del-11-de-agosto-2021.pdf>
- Barrantes Monge, M. (2006). Género, vejez y salud. *Acta bioeth*, 12(2), 193-197. Obtenido de https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-569X2006000200008
- Batatina, M. (2017). El transitar en la investigación narrativa y su empleo en la construcción de teoría. *Revista de investigación*, 124-142.
- Biesta, G. (2017). El bello riesgo de educar. SM España. Obtenido de <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=MnfHDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT2&dq>

- =el+bello+riesgo+de+educar&ots=NqL-ZRxn9f&sig=qub9Y4EIDqFV1LBMaGEMEUX-bcw#v=onepage&q=el%20bello%20riesgo%20de%20educar&f=false
- Bonilla, E., & Rodríguez, P. (2005). *Más allá del dilema de los métodos. La investigación en ciencias sociales*. Bogotá: Norma. .
- Burgardt, A. G. (2004). El aporte de Max Weber a la constitución del paradigma Interpretativo en ciencias sociales. *VI Jornadas de Sociología*. Obtenido de <https://cdsa.academica.org/000-045/506.pdf>
- Calle, L. E. (18 de mayo de 2023). Integrante del Club Encantos por la Vida . (M. C. Marín, Entrevistador)
- Castillo Silva, F. d. (7 de Agosto de 2018). Andragogía, andragogos y sus aportaciones. *Voces de la educación*. Obtenido de https://www.revista.vocesdelaeducacion.com.mx/index.php/voces/article/view/120/137#content/citation_reference_1
- Chavarriga, A. L., & Franco Loaiza, G. (2009). Gerogogia: Aprendiendo a Envejecer, Prosperidad en el Atardecer. *Rumbos TS*, 25-36. Obtenido de <https://revistafasco.ucentral.cl/index.php/rumbos/article/view/174/169>
- Club Encantos por la vida. (2010). *Acta de constitución*. Medellín.
- Colombia., C. d. (s.f.). Ley 1171 de 2007. Obtenido de <funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=27907>
- Conde Sempe, G. E. (2014). *entido de vida en mujeres adultas mayores que no trabajan fuera del hogar y no tienen hijos en edad de crianza, residentes en la Ciudad de Guatemala*. UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR, Guatemala. Obtenido de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Conde-Gladys.pdf>
- CondisViltres, E. I., Arrabal Guzmán, M. d., & Rodríguez González, D. R. (2021). Sentido de vida en personas adultas mayores semi-institucionalizadas. *Humanidades medicas*, 21(3). Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1727-81202021000300829&script=sci_arttext&tlng=en
- Congreso de Colombia. (s.f.). Art. 14 y 16, ley 1850, 19 de julio de 2017 - Diario Oficial No. 50.299, Colombi. Obtenido de https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley_1850_2017.htm

Congreso de Colombia. (s.f.). Artículo 42. Obtenido de <https://pdba.georgetown.edu/Parties/Colombia/Leyes/constitucion.pdf>

Congreso de Colombia. (s.f.). Ley 1315 de 2009. Obtenido de <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=36834>

Congreso de Colombia. (s.f.). Ley 599 de 2000. Obtenido de <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=6388>

Congreso de Colombia. (s.f.). Ley 882 de 2004. Obtenido de <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=13826>

De Beauvoir, S. (1981). *El segundo sexo* (1949).

Departamento Administrativo Nacional de Estadística DANE. (2021). *Adulto Mayor en Colombia: características generales enero 2021*. Obtenido de <https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/genero/presentacion-caracteristicas-generales-adulto-mayor-en-colombia.pdf>

Departamento Administrativo Nacional de Estadística DANE. (2022). *Enfoques Género. Información actualizada el 8 de marzo de 2022*. Obtenido de <https://www.dane.gov.co/index.php/estadisticas-por-tema/enfoque-diferencial-e-interseccional/enfoque-de-genero>

Escolano, B. (1978). *Epistemología y educación. Sigueme*.

Estrada, A., Cardona, D., Segura, A., Chavarriaga, L. M., Ordóñez, J., & Osorio, J. J. (2011). Calidad de vida de los adultos mayores de Medellín. *Biomédica*. Obtenido de <https://revistabiomedica.org/index.php/biomedica/article/view/399/783>

Federación Antioqueña De Ong. (2011). *Envejecimiento Y Vejez: Política Pública Para La Ciudad De Medellín*. Documento construido por: Dirección Técnica Del Adulto Mayor Amautta, Secretaría De Bienestar Social y Alcaldía De Medellín. Obtenido de <https://www.medellin.gov.co/irj/go/km/docs/pccdesign/medellin/Temas/InclusionSocial/Programas/Shared%20Content/Documentos/2021/Pol%C3%ADtica%20P%C3%ABblica%20de%20Envejecimiento%20y%20Vejez.pdf>

Galeano Marín, M. E. (2004). *Diseño de proyectos en la investigación cualitativa*.

Galeano Marín, M. E. (2018). *Estrategias de investigación social cualitativa: el giro en la mirada*.

-
- García Peláez, P. A. (2017). Vejez, Intergeneracionalidad y Ciudadanías: las prácticas corporales en un club de vida de Medellín (Colombia). *Lúdica Pedagógica*. Obtenido de <https://revistas.pedagogica.edu.co/index.php/LP/article/view/7029/5723>
- Gobierno de Colombia. (2015). *Política Colombiana de envejecimiento humano y vejez 2015-2024*. Minsalud. Obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/PS/Pol%C3%ADtica-colombiana-envejecimiento-humano-vejez-2015-2024.pdf>
- Gómez, A. (17 de diciembre de 2022). *39.933 personas mayores de Clubes de Vida de Medellín disfrutan de los Días de Sol*. Alcaldía de Medellín. Obtenido de Alcaldía de Medellín: <https://www.medellin.gov.co/es/sala-de-prensa/noticias/39-933-personas-mayores-de-clubes-de-vida-de-medellin-disfrutan-de-los-dias-de-sol/>
- González Capdevila, O., González Franco, M., & Ruiz Perdomo, J. (2012). Consideraciones éticas en la investigación pedagógica: una aproximación necesaria. *Edumecentro*. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742012000100001
- González, M. (30 de mayo de 2023). Integrante del Club Encantos por la Vida . (M. C. Marín, Entrevistador)
- Habermas, J. (1986). Conocimientos e interés en ciencia y técnica como ideología. *Tecnos*.
- Haesbaert, R. (2020). Del cuerpo-territorio al territorio-cuerpo (de la Tierra): contribuciones decoloniales. *Revista Cultura y Representaciones Sociales*.
- Heidegger, M. (2022). Ser y tiempo. *Editorial Universitaria de Chile*.
- Hurtado de Barrera, J. (2000). Metodología de la investigación holística. Servicios y proyección es para América Latina. Obtenido de <https://ayudacontextos.files.wordpress.com/2018/04/jacqueline-hurtado-de-barrerametodologia-de-investigacion-holistica.pdf>
- Jiménez Chaves, V. E. (2012). El estudio de caso y su implementación en la investigación. *Revista Internacional de Investigación en Ciencias Sociales*, 8(1). Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3999526>
- Lagarde, M. (1996). Género y feminismo. Desarrollo y democracia. Horas y Horas. Obtenido de <https://bit.ly/3UvWm1i>
- Larrosa, J. (2006). Sobre la experiencia. *Revista de Psicología i Ciències de l'Educació*, 87-112.

-
- Maffia, D., & Cabral, M. (2003). Los sexos ¿son o se hacen? En *Sexualidades Migrantes Género y Transgénero* (págs. 86-96). Buenos Aires.
- Mejía, N. (20 de mayo de 2023). Integrante del Club Encantos por la Vida . (M. C. Marín, Entrevistador)
- Nussbaum, M. C., & Mosquera, A. S. (2012). Crear capacidades. *Paidós*.
- Nussbaum, M., & Levmore, S. (2018). Envejecer con sentido: conversaciones sobre el amor, las arrugas y otros pesares. *Paidós*.
- Pereira Restrepo, S. (2019). Emociones, intencionalidad y racionalidad práctica un contraste entre las teorías de las emociones de William James y Antonio Damasio. ideas y valores. 13-36. Prosperidad Social. (s.f.). Colombia mayor. Obtenido de <https://prosperidadsocial.gov.co/colombia-mayor/>
- Ramírez, R. (s.f.). lubes de la tercera edad. Una opción para el bienestar físico y emocional de las personas mayores. Obtenido de <https://www.ts.ucr.ac.cr/binarios/congresos/nac/cr/cr-con-04-29.pdf>
- Razo González, A., Flores Monroy, C., & Martínez Mondragón, M. (julio-diciembre de 2021). Sentido de Vida y Trayectorias Vitales en Personas Adultas Mayores desde el Enfoque de Género. *revista electrónica de educación especial y familia*, 12(2). Obtenido de https://www.fcdh.uatx.mx:80/media/integra2/numero_completo/Integra2_-_COMPLETAdiciembre21.pdf#page=37
- Republica de Colombia. (2022). Decreto 681, 2 de mayo de 2022. Obtenido de https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Decreto%20No.%20681%20de%202022.pdf
- Rincón Rincón, C. (2019). Mujeres mayores: cuidados y proyectos de vida. Bogotá. Obtenido de <https://repositorio.unal.edu.co/bitstream/handle/unal/76970/Mujeres%20mayores%2C%20cuidado%20y%20proyectos%20de%20vida.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rita Pretretto, D., Pili, R., Gaviano, L., Matos López, C., & Zuddas, C. (Julio-agosto de 2016). Envejecimiento activo y de éxito o saludable: una breve historia de modelos conceptuales. *Elsevier*, 51(4). Obtenido de <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-espanola-geriatria-gerontologia-124-articulo-envejecimiento-activo-exito-o-saludable-S0211139X1500205X#:~:text=La%20OMS%20define%20el%20envejecimiento,que%20envejecen%C2%BB1%2C2>.

- Rodríguez López, M. (2022). Estudio antropológico sobre las percepciones del envejecimiento activo en trabajadores hospitalarios. Obtenido de https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/150410/TFM_RodLopMA_estudio.pdf?sequence=1
- Rojas, I. C. (13 de julio de 2023). Docente profesional en deportes del Club Encantos por la Vida. (M. C. Marín, Entrevistador)
- Sánchez Domenech, I. (2015). *La andragogía de Malcom Knowles: teoría y tecnología de la educación de adultos*. Obtenido de https://repositorioinstitucional.ceu.es/bitstream/10637/7599/1/La%20andragog%C3%ADa%20de%20Malcom%20Knowles_teor%C3%ADa%20y%20tecnolog%C3%ADa%20de%20la%20educaci%C3%B3n%20de%20adultos_Tesis_Iluminada%20S%C3%A1nchez%20Domenech.pdf
- Sánchez Mora, D., Escobar Gaviria, M., & Del Río Zapata, S. (2011). Caracterización de la calidad de vida del adulto mayor en Medellín, desde el enfoque de la garantía de sus derechos fundamentales, según la encuesta de calidad de vida año 2009. Obtenido de https://repository.ces.edu.co/bitstream/handle/10946/2416/Caraterizacion_calidad_vida.pdf;jsessionid=B5ABFB268A8C595D5604992BABF039ED?sequence=1
- Sandoval Casilimas, C. A. (1996). Investigación cualitativa. Obtenido de <https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=sites&srcid=ZGVmYXVsdGRvbWFpbm9jdWVsaXRhdGl2YXVuaWNvcnR8Z3g6MWZlYTk4MWNjOGU4ODUwNw>
- Scott, J. W. (1996). El género: Una categoría útil para el análisis histórico. En M. Lamas, *l género: la construcción cultural de la diferencia sexual*. (págs. 265-302.). México. Obtenido de https://www.fundacionhenrydunant.org/images/stories/biblioteca/Genero-Mujer-Desarrollo/El_Genero_Una_Categoria_Util_para_el_Analisis_Historico.pdf
- Segura, A., & Topa, G. (2016). Identificación con los trabajadores mayores y absentismo: moderación de la Selección, Optimización y Compensación. *Acción Psicológica*, 13(2). Obtenido de https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-908X2016000200169#:~:text=El%20enfoque%20de%20la%20selecci%C3%B3n,ganancias%20asociadas%20a%20la%20edad

-
- Taylor, S., & Bogdan, R. (1987). Introducción a los métodos cualitativos de la investigación. *Paidós*. Obtenido de <http://mastor.cl/blog/wp-content/uploads/2011/12/Introduccion-a-metodos-cualitativos-de-investigaci%C3%B3n-Taylor-y-Bogdan.-344-pags-pdf.pdf>
- Varas, A., & Riquelme, G. (2018). La vejez y su encuentro con las pérdidas: un estudio de caso desde la perspectiva del análisis existencial sobre el impacto producido por las pérdidas significativas en el valor y el sentido de la vida de una adulta mayor. Obtenido de <http://bibliotecadigital.academia.cl/xmlui/bitstream/handle/123456789/4485/TPSICO%20738.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Vasco, C. (1990). Tres estilos de trabajo en las ciencias sociales.
- Zuluaga, O. L. (1999). Historia epistemológica de la pedagogía o historia del saber pedagógico. En *Pedagogía e Historia. La historicidad de la pedagogía. La enseñanza, un objeto de saber*. Medellín: Antrhupos.

Anexos

Anexo 1. Análisis de testimonios

	TESTIMONIOS	COMO CLUB SATISFACE EXPECTATIVAS Y/O SENTIDOS DE VIDA	COMO CLUB APORTA A LA FORMACIÓN	REFLEXIÓN Y/O ANÁLISIS
(+)	"Este lugar ha ido cogiendo más interés y más fuerza ahora que desde el principio, entre todas nos cuidamos, nos apoyamos y nos motivamos, es una fuerza íntima que nos da expectativas de vivir", (P1)	Satisfecho tanto crea lazos afectivos y sentimientos de cuidado por otro y por sí mismo.	Insatisfecho- no responde a a necesidades formativas.	Si bien el espacio de socialización para las mujeres desde sus encuentros, desde la gimnasia, desde cada actividad que planean de alguna forma se van construyendo expectativas de vida y sentidos de vida porque esto les genera un estado de bienestar, una empatía y alegría como ellas mismas cuentan, les genera también la oportunidad de establecer vínculos y dan más sentido aun a las relaciones, a cómo perciben la vejez y como se sienten en la cotidianidad, por otro lado si se piensa en el ámbito de la formación, lo que arroja esto es que no hay una oferta, no se establecen objetivos o propósitos que tenga como proyección o la visión se enfoque en aspectos formativos y/o suplir necesidades formativas, no las leen y no las piensa desde allí, y aun que las actividades y los programas para ellas y para el espacio se perciba como agradables y amenos, pero pasan a ser actividades espontáneas y momentáneas sin reflexión o énfasis en la vida de las personas, o en la potenciación de proyectos de vida de las mujeres, no se piensa ni siquiera en las necesidades formativas de quienes hacen parte del Club.
(+)	"yo desde que estoy aquí soy más feliz, y puedo pensar en mí, y también y sobre todo mejoro mi estado de salud" (P2)	Satisfecho en tanto proporciona bienestar.	Satisfecho ya que la formación se preocupa por el desarrollo personal y los proyectos de cada persona.	
(+)	"Esto es muy bueno por la salud, y por qué desde que estoy aquí, los dolores han disminuido, tengo más salud y puedo hacer otras cosas de mi vida, y soy más feliz, y tengo muchas amigas, cuestión que antes no, definitivamente es lo mejor que me ha	Satisfecho- las expectativas y sentidos en tanto aporta a mejorar la calidad de vida en cuanto lo físico y anímico.	Insatisfecho , ya que el espacio habría que pensarlo mas allá de la disminución de dolencias físicas.	
(+)	"Lo que más me gusta es que uno puede salir de la rutina y hacer otras actividades que lo hacen sentir a uno más vivo, compartir con compañeritas de la misma edad y aprender ejercicios, reírse y también conocer otras personas que son hasta del mismo barrio, muchas veces hasta de la misma cuadra y que es gente que uno a veces como que no conocía bien y ahí en el Club tiene ese momento como para uno integrarse" (P7)	Insatisfecho si solo se queda en actividades sin propósitos y objetivos claros.	Insatisfecho- se queda en actividades espontáneas de los encuentros, no se establecen reflexiones alrededor de los encuentros.	
(+)	"pero claro que yo tengo una junta, y todo, la secretaria, la tesorera, esto es muy organizado y para que ellas aprendan también esas responsabilidades" (P7)	Satisfecho en tanto da un motivo, da compromisos y responsabilidades a los miembros del Club.	Satisfecho, por un lado le aporta a potenciar capacidades que pudieron desarrollar, y por otro les ofrece la oportunidad de aprender algo que les interesa y que además es de beneficio para el Club.	
(+)	"los Clubes de vida se desarrollaran programas integrales que respondan a las necesidades de los asociados" (P5)	Satisfecho en tanto esas necesidades son escuchadas.	Insatisfecho, ya que lo que se ve en la práctica va mucho desde lo recreativo y lo física, no se perciben programas que se piensen las necesidades formativas de las personas del Club.	
(+)	"el adulto mayor a través de sus capacidades físicas que ha desarrollado, puede seguir desarrollando habilidades y capacidades" (P5)	Satisfecho en tanto esta visión proporciona valoración por el adulto mayor.	Insatisfecho ya que se queda un poco corto hacia lo que podría pensarse en términos de formación.	
(+)	"Con lo que estudié me siento contenta" (P10)	Satisfecho en tanto se siente bien como esta.	Insatisfecho en tanto no tiene una expectativa o interés por la formación.	
(+)	"Canas al Aire tiene su objetivo, que los adultos sean funcionales y sean autónomos en su capacidad física y su capacidad mental pero educativo en relación." (P5)	Insatisfecho, se observa una visión funcionalista del adulto mayor.	Insatisfecho- No existe un objetivo que apunte a la formación o a procesos educativos para ellas.	

Anexo 2. Características de las participantes

P1	Mujer de 57 años de edad, Coordinadora del Club y fundadora del mismo desde el año 2008, no tiene hijos, por lo que vive sola, es pensionada y viuda.
P2	Mujer de 60 años, participa del club hace 5 años; ahora vive con su hija menor, un sobrino y una sobrina, es viuda y no tiene pensión.
P3	Mujer de 72 años de edad, hace parte del Club hace 8 años, tiene 2 hijas y 1 hijo, actualmente vive con una de ellas y sus dos sobrinos, es la tesorera del club hace más de 6 años, y es pensionada
P4	Mujer de 64 años de edad, hace parte del Club hace 5 años, actualmente vive con su único hijo y su esposo, no cuenta con pensión.

P5	Mujer de 29 años de edad, contractada por el Inder para prestar el servicio de la gimnasia a las mujeres mayores, lleva brindando los ejercicios físicos y funcionales 4 años en el Club, de Licenciada en Educación física y desde que ha ejercido su profesión ha trabajado con el adulto mayor en la ciudad de Medellín.
P6	Mujer de 54 años de edad, trabaja por días en una casa de familia realizando labores domésticas, tiene 3 hijos y actualmente vive sola, lleva participando el Club 1 año, y hace parte de la junta, desempeñando el papel de asistente.
P7	Mujer de 75 años de edad, tiene 3 hijos, actualmente vive con un sobrino, participa del Club desde hace 6 años, al mismo tiempo desempeña el papel de administradora, y no cuenta con pensión.
P8	Mujer de 55 años de edad, vive con tres de sus hijos y hace 3 años hace parte del Club como participante del mismo.
P9	Mujer de 61 años de edad, vive con su esposo y sus dos hijos, lleva participando del Club hace más de 4 años.

Anexo 3. Cuestionario aplicado a las mujeres del Club encantos por la Vida.

Preguntas realizadas	Si	No	Total
Estar en este club la hace sentir feliz	28	0	28
Este club le ha permitido realizar actividades diferentes a las del hogar	28	0	28
Es importante para usted seguir aprendiendo cosas/temas/ actividades nuevas	28	0	28
Tiene proyectos personales que aún no ha podido realizar	25	3	28
Tiene amistades adquiridas en el club de vida	26	2	28
Siente que sus capacidades se han potenciado gracias al club	28	0	28

Considera que el club aporta de manera significativas a sus expectativas frente a la vida	28	0	28
Considera que ser parte del Club mejora su calidad de vida	28	0	28
Siente que el Club le aporta a su bienestar afectivo y social	28	0	28
Siente que el Club le aporta a su bienestar físico	28	0	28
Le gusta el nombre del club “Encantos por la vida”	25	3	28
Le gusta donde se realiza las actividades de gimnasia	28	0	28
Le gusta las actividades o celebraciones que realiza el club	28	0	28
Cree que el club debería tener otro lugar para el encuentro, que no sea el centro cultural de Moravia	0	28	28
El club es un espacio que le permite conocer otras personas	28	0	28
Está de acuerdo con las actividades que se realizan	25	3	28
Cree que ha adquirido mejores hábitos de vida	28	0	28
El club le permite proyectarse para realizar otras actividades	28	0	28
Le gusta ser parte de club Encantos por la vida	28	0	28
Habla con otras personas sobre el club de vida	28	0	28
Lo aprendido en la gimnasia lo ha replicado en casa	13	15	28
Ha compartido con otras personas los ejercicios que ha aprendido	24	4	28
Dentro del club se reconocen sus capacidades	28	0	28
Estar en este club la hace sentir feliz	28	0	28

Este club le ha permitido realizar actividades diferentes a las del hogar	28	0	28
Es importante para usted seguir aprendiendo cosas/temas/ actividades nuevas	28	0	28
Tiene proyectos personales que aún no ha podido realizar	25	3	28
Tiene amistades adquiridas en el club de vida	26	2	28
Siente que sus capacidades se han potenciado gracias al club	28	0	28

Anexo 4. Matriz general

Título de la Investigación	Lo que no se mueve se muere: expectativas y sentidos de vida en mujeres del Club de Vida Encantos por la Vida		
Pregunta de Investigación	¿De qué modo el Club de Vida Encantos por la Vida reconoce, promueve y/o potencia los sentidos y expectativas de vida de las mujeres adultas mayores?		
Objetivo General	Comprender las formas utilizadas del Club de Vida Encantos por la Vida para reconocer, promover y potenciar los sentidos y expectativas de vida de las mujeres adultas mayores.		
Objetivos específicos	Prácticas	Percepciones/ Conclusiones	Estrategias de recolección de información
1. Identificar enfoques y estrategias mediante las cuales el Club de Vida Encantos por la Vida reconoce, promueve y potencia los sentidos y expectativas de vida de las mujeres adultas mayores.	-Programarse: tiempo de llegada es mas temprano de la hora inicial del encuentro - Se congregan en el mismo lugar y se reúnen juntas antes de la hora - Conversación y compartir - Conocer y saber de sus compañeras, de como se sienten - Participar de diferentes actividades , planeadas por ellas, bingo, celebración de fechas, gimnasia	- Las mujeres se muestran de manera entusiastas y feliz en las diferentes actividades, podria decirse que es un espacio que les da felicidad, - el enfoque funcional se observa por parte de la acompañante del inder, mostrando un interes por que las mujeres puedan mejorar su movilidad y al mismo tiempo aspectos de salud mental, asi mismo buscan el mejoramiento de las condiciones de vida, por medio de la socialización. Sus enfoques principalmente van de la mano la percepcion de promover el envejecimiento activo.	- Entrevistas semi-estructuradas, observaciones, notas de campo, participacion de las actividades
2. Interpretar los diversos sentidos, expectativas y proyectos de vida de las mujeres del Club Encantos por la Vida.	- Comparten de manera afectiva lugar de vida y salud - Relacionamiento y socialización con otros, establecern red de vinculos - Valoración de la gimnasia (se promueven entre ellas para realizar ejercicio) - Gimnasia como medicina (se escucha que desde que estan aqui, esta mejor su salud) - Gimnasia vs bienestar, (corporalidad de estar en un entono agrdable) - Amistades, hermandad y cuidado (se acompaña al baño y caminan juntas) - La gimnasia les da vida	- Se percibe el sentido de vida en las mujeres en relación con el movimiento. - Reconocimiento de las mujeres como pares - Relación y compartires desde las experiencias de vida - Compañerismos y construcciones de relaciones desde la similitud, desde el cuidado.	-Colcha de retazos, participacion de las actividades, observacion participante, cuestionarios
3. Recomendar ideas para la consolidación de estrategias de acompañamiento pedagógico en el desarrollo de los procesos formativos con las mujeres adultas que hacen parte del Club de Vida Encantos por la Vida.	- Empezar acciones que posibiliten escuchar las voces de las mujeres, desde sus intereses y expectativas, - ejecutar actividades que proporcion seguir formandose a lo largo de la vida,- emprender y visibilizar proyectos de vida	- se hace necesario trascender los enfoques de funcionalidad, pues promover el enjecimiento activo no es lo unico importante, ya que hay otras dimensiones subetivas a trabajar, desde las capacidades de las mujeres, desde las potencialidades y desde los deseos propios por ser y estar.	-apartir del trabajo conjunto con las mujeres, en la formulacion, y ejecucion de las propuestas para ellas mismas, - establecer un trabajo interdisciplinario con las mujeres y profesionales del area, junto con agentes externos que llegan

Anexo 5. Instrumentos aplicados

CATEGORÍA	Entrevistas	Observaciones participantes	Colcha de retazos
GÉNERO	<p>Dora Suarez (10/05/2023) "vea esta esta me cae mal, no, porque nos vamos a caer mal si todas somos las mismas entre grupo, como nos vamos a poner a pelear, ni riesgo, o pues es como nos va a caer mal la otra si esta por lo mismo que estamos nosotras, por hacer la gimnasia, por pasarla bueno y yo paso muy bueno"</p> <p>Dora Suarez (10/05/2023) "por ejemplo si una niña (niña porque allá no nos llamamos viejas, el trato allá es de niña), si hay una niña que ella invita a helado ahí cerca del Centro Cultural, otras invitan a tinto, como este del bolsillo usted invitó, vamos, le dice a tres, pues usted no va a invitar a diario a las mismas porque todas somos un grupo "</p> <p>Dora Suarez (10/05/2023) "solo hay un hombre que vive en robleado y tiene 81 años, y había otro que iba con la mujer, pero ella se murió y él no volvió, yo lo he convidado, pero él dice que no, que él se levanta a caminar con la hija y que él iba era por la mujer, por llevarla a ella"</p> <p>Noemi Mejía (20/05/2023) "Muy bien, me gusta mucho porque uno comparte con las amigas, con las compañeras, los llevan a los paseos. Muy bien todo muy bien, las amigas son todas muy amigables y muy queridas"</p> <p>María Ofelia Gonzales (30/05/2023) "hay muchas que son amistades muy queridas que sí, muy duraderas, de todas maneras yo estoy muy bien con todas. Entre todas son muy queridas, muy formales, aquí no hay preferencia con nadie."</p> <p>Luz Edilma Calle (18/05/2023) "hay vecinas que se hicieron amigas, porque ni se saludaban y aquí se vinieron a conocer, hay otras que como viven lejos solo son como amistades de aquí y se reúnen así y hacen los ejercicios, pero aquí todas somos muy compañeritas"</p> <p>Luz Edilma Calle (18/05/2023) "sí, siempre hemos sido más mujeres anteriormente no habían hombre, ahora es que de vez en cuando viene don Jose, que ni siquiera vive por aquí vive en robleado."</p> <p>Isabel Cristina Rojas (13/07/2023) "Pero el tema de las mujeres es más cultural, por el tema de Colombia, porque nosotros y más en la edad que ellos fueron enseñados fueron muy machistas, cierto, entonces al ser ellos machistas, eh, consideran que la gimnasia es tiene una idea de concepción de que es solamente baile y no, en la gimnasia se abordan todas las capacidades funcionales del adulto mayor e generalmente al ser ese rango de la edad y por cultura, ellos dicen no, yo prefiero salir a caminar, esa es mi actividad física que hacer ejercicio."</p>	<p>(14/05/2023) "ellas forman un grupo de más de 28 mujeres en edades entre aproximadamente los 55 y 78 años de edad, están atentas y su postura puede indicar que están a la espera de recibir indicaciones de alguna actividad e información"</p> <p>(23/05/2023) "las mujeres que van llegando, siempre antes de iniciar la clase de gimnasia o cualquier actividad que hayan planeado, se van integrando unas con otras, inician a contarse y conversar sobre el día a día, otras llegan a ver los murales, o simplemente a organizar sus materiales para la gimnasia, la mayoría de encuentros se evidencia la mismos hábitos"</p>	<p>Como veo, siento y vivo la vida "ah la vida es muy buena para compartirla entre amigas, así de la misma edad de uno, que saben las dolencias y las cosas que uno hace y no"</p>
VEJEZ Y ENVEJECIMIENTO	<p>Dora Suarez (10/05/2023) "yo primero no lavaba trastes, nada, no hacía nada, entonces una niña donde yo hacía terapias me dijo, de las terapias pa' los pies- vea Dora usted no se puede quedar quieta como un mosco ahí, como un maniquí ahí, no usted no se puede quedar quieta, usted haga algo en la casa"</p> <p>Dora Suarez (10/05/2023) "cuando el niño pequeñito de mi otra hija lo traían, yo lo cuidaba, pero ya después mi hija la mayor me dijo que no que yo antes ya estaba para que me cuidaran, entonces ella es la que no permite que yo ni lave ni losa"</p> <p>Dora Suarez (10/05/2023) "entonces allá no nos fuerzan a hacerlo, o si uno tiene mucho dolor en una pierna o en la mano uno se sienta y la profesora no dice nada, se acerca y nos dice que tiene que le paso y brega a ayudarlo a uno, trae un elástico y es diciendo le duele, dígame si le duele, ahí pendiente, allá hay mucha colaboración ahí con esa profesora también"</p> <p>Noemi Mejía (20/05/2023) "el ejercicio que le hace mucho bien a uno, porque ya uno tan adulto no debe estar muy quieto, hay que hacer ejercicio para sí, para que los huesos no se le paralicen a uno y para para varias enfermedades que debido a la quietud uno coge, entonces por eso nos gusta venir a la gimnasia."</p> <p>Dora Gutierrez (16/05/2023) "Es muy importante porque, qué más que podemos tener una buena salud, eh porque el ejercicio es muy importante para el adulto mayor, ya que una vida sedentaria nos causa muchas enfermedades, tanto como al corazón y a los que son diabéticos, y así"</p> <p>María Ofelia Gonzales (30/05/2023) "es un centro para hacer gimnasia por la salud es más, yo lo hago por la salud (...)para la salud porque yo soy muy enferma, entonces vengo"</p> <p>Isabel Cristina Rojas (13/07/2023) "el adulto mayor es aquella persona que tiene ya una edad avanzada y que detrás de esa edad avanzada viene con ciertas patologías y condiciones físicas, que lo convierte depende de la persona, según su estado de vida, si funcional o no funcional, autónomo o no autónomo."</p> <p>Isabel Cristina Rojas (13/07/2023) "hay que sacar y poner y posicionar el tema de que los adultos tienen que ser adultos funcionales y autónomos; porque la misma cultura nos ha enseñado que ya el adulto mayor ya no sirve, ya se tiene que estar sentadito, ya guardar, no, el adulto mayor a través de sus capacidades físicas que ha desarrollado, puede seguir desarrollando habilidades y capacidades. Entonces, entre ellos, más funcionales y autónomos tienen que ser para nosotros es nuestra prioridad, nuestro objetivo y como meta y además conllevando a eso, eso viene desencadenando resultados positivos para ellos en relación a que, a su estado de salud mental, a su estado de salud físico"</p>	<p>(14/05/2023) "los uniformes tienen el logo de la Alcaldía de Medellín y en el caso de algunas mujeres no hay logo en su vestimenta, lo que podría significar que son integrantes nuevas y que se motivaron a comprar un uniforme parecido al real del club de vida"</p>	<p>Que quiero ser cuando sea grande "Yo vivo la vida muy feliz" "quiero poder seguir viniendo aquí" "me hubiera gustado ser más activa, porque uno antes no tuvo esta posibilidad" "de grande solo quiero seguir viviendo así"</p>

<p>EXPECTATIVAS Y SENTIDOS DE VIDA</p>	<p>Dora Suarez (10/05/2023) "con todo el grupo con todas tratas, pero si hay unas que, pues como que nos estamos iguales, digamos al mismo lado, entonces hacemos ahí la recocha" Dora Suarez (10/05/2023) "yo me siento muy bien ahí, yo veo que mis compañeras están bien, todas las del grupo decimos nada, ni las viejas dicen nada, hay muy buen compañerismo, que yo también digo que hay muy buen compañerismo, dos niñas que no hablan y uno hablándoles, aunque una de ella si habla un poquito" Dora Suarez (10/05/2023) "Nosotras cantamos el himno del adulto mayor, también cantamos, no nos falta la cantada, así la profesora, cada mes hacemos un bingo y pasamos más bueno, con algo y hay veces, hasta nos pasamos de la hora, entonces ya, ya nos vamos, la profesora también muy contenta, muy amable con nosotros, también participa ahí en el algo, nosotros damos como una mensualidad, como unos fondos, para invertir en las actividades y en los paseos, con que son con desayuno y todo en carretera" Dora Gutierrez (16/05/2023) "el club de vida se dedica a que nosotros tengamos una mejor vida en cuanto a lo físico, mental y espiritual, porque acá pasamos 3 veces a la semana, nos dan 1 hora de gimnasia o de varias cosas que nos podemos recrear en cuanto mental y físicamente." Luz Edilma Calle (18/05/2023) "una experiencia que agradezco mucho porque también gracias a ellas yo me proyecte en un futuro y en un bienestar, por que comparto con ellas, y también hago la gimnasia, claro que a veces uno esta tan enfermo que quisiera descansar" Luz Edilma Calle (18/05/2023) "Lo que más me gusta es que uno puede salir de la rutina y hacer otras actividades que lo hacen sentir a uno más vivo, compartir con compañeritas de la misma edad y aprender ejercicios, reirse y también conocer otras personas que son hasta del mismo barrio, muchas veces hasta de la misma cuadra y que es gente que uno a veces como que no conocia bien y ahí en el Club tiene ese momento como para uno integrarse" Luz Edilma Calle (18/05/2023) "Todas las expectativas, por que desde el momento que inicié con este proyecto, tenía mas ganas de hacer cosas, de planear y buscar estrategias para que llegaran más y se integraran buscando un bienestar, mis expectativas cada vez se agradecian y eso se iba contagiando a otras mujeres" Isabel Cristina Rojas (13/07/2023) "la calidad de vida de ellas se potencializa en la compañía, por qué el adulto mayor, al ser un adulto mayor se convierte en una persona sola, en qué sentido, porque ya él se va convirtiendo en adulto y va soltando cargas de sus etapas de vida, entonces al soltar cargas se va encontrando un entorno de soledad porque ya los hijos se van de la casa y generalmente estos espacios incrementan la calidad de vida y la socialización en un entorno psicológico porque se vuelven la compañía la una de la otra"</p>	<p>(23/05/2023) "La musica es conocida, musica parrandera, mezclada con electronica, las mujeres bailan y cantan al mismo tiempo que hacen los ejercicios propuestos por la profesora del inder, cada clase se ve diferente, con ejercicios y materiales diferentes, unas veces con ulas ulas otras con cuerdas, pelotas, mancuernas" (23/05/2023) "en repetidas ocasiones llegan tres mujeres de edades muy avanzadas, de 82, 88 y 91 años, siempre llegan acompañadas de un familiar, llegan uniformadas y se sientan las tres juntas, no realizan ningún tipo de ejercicios, pero cada vez que van llegando las mujeres se acercan para saludar y preguntar por sus estados de ánimos, pues son mujeres que lleva más de 5 años en el club, son reconocidas por todas, y aunque su estado de salud ya no les permite moverse mucho, pueden conversar y ver lo que pasa, dicen que es una forma de mantenerse fuera de sus camas y respira otro aire, una forma de mantenerse vivas"</p>	<p>Que es la vida, como la representan "la vida para mí es oportunidades" "con la alegría de cada cual y como la quieren representar" "la vida es alegría animo, dando a las personas lo mejor" "La vida es poderme levantar y hacer mis cosas tranquilas" "yo la represento en mi forma de estar bien y saludable" "la vida es esto, poder hacer lo que uno quiere" "la vida es poder uno seguir haciendo cosas, así que impliquen moverse" Que me hubiera gustado aprender o estudiar "Me hubiera gustado aprender más" "Con lo que estudie me siento contenta" "no, yo siento que lo que se me ha servido para todo, igual cuando uno no sabe uno conoce a alguien que si sabe" "me hubiera gustado estudiar más para así ayudar a otros, pero bueno, con lo que uno sabe se defiende" "a mí me gusta aprender de todo, entonces uno aquí viene y si dan algún curso de algo uno se mete a aprender, porque uno todavía aprende" "no se, ya uno sabe que uno no tuvo tantas oportunidades, pero igual todo es muy bueno"</p>
<p>LECTURA EN CLAVE PEDAGÓGICA</p>	<p>Dora Suarez (10/05/2023) "la doctora, la que manda ahí- me dice parece- haga de cuenta que usted tiene algo pa' hacer diario, usted no se va a quedar sentada ahí, pues que se tulla , y salga a caminar y así tenga la gimnasia salga, salga los días que no tiene que gimnasia. Y en mi gimnasia yo vivo muy contenta porque uno siempre lo ponen a moverse y me gusta mucho" Dora Suarez (10/05/2023) "pasamos también bueno con él, pa' que voy a decir que no, también duró mucho tiempo, después de que yo ya estaba ahí, en el grupo, pasábamos bueno, pero el casi no nos enseñaba la gimnasia, nada. Ya después de él llegó esta niña Isabel... Ah esta si es una excelente profesora" Noemi Mejía (20/05/2023) "porqué vea uno en la casa se estresa todo, mi esposo murió y al otro al otro año entré yo porque los hijos me dijeron que no me quedara en la casa encerrada, que saliera a caminar, que me entrara a alguna parte, pues para hacer o para salir pues a hacer ejercicio y todo eso, entonces debido a eso yo me entre" Maria Ofelia Gonzales (30/05/2023) "es muy importante por la salud, me siento muy bien, volví a renacer de nuevo y ya." "yo me pensé este espacio y también para poder mejorar mi calidad de vida, esto ha significado para mí mucho, por que me soñe con este grupo y vea , vea no más usted todas las que somos y cómo pasan de bueno" Luz Edilma Calle (18/05/2023) "yo digo que si hay amistad, porque uno las ve llegando, muchas llegan acompañadas de otras o las que llegan solitas se integran así en los grupitos que ya estén, entonces si, se establece amistad unas se vuelven muy amigas y otras no tanto pero en general todas nos llevamos muy bien y compartimos bien en los espacios." Isabel Cristina Rojas (13/07/2023) "nosotros abordamos capacidades funcionales, resistencia, fuerza, flexibilidad, velocidad, potencia y trabajo mental. En el trabajo mental nosotros abordamos lo que es coordinación, en cierta parte aunque también se vuelve funcional, el tema de memoria y trabajo de agilidad mental, porque ellos a través del tiempo, se pierde por la edad, porque ya empieza a un deterioro degenerativo cognitivo porque se creen, porque en cierta parte ellos se creen la historia, que es que ellos van perdiendo memoria, es que ya es un adulto" Isabel Cristina Rojas (13/07/2023) "uno siempre aprende de ellos y ellos aprenden de uno y profesional porqué es un reto cada día, es un reto cada día. ¿En qué sentido? Porque vos llegas, por ejemplo, particularmente te hablo de este club de vida, yo aquí ya voy a cumplir 2 años y cuando yo llegué, ellos permanecían sentados. Su movilidad articular, su funcionalidad era muy limitada; entonces uno a ellos, al adulto mayor hay que exigirle y al adulto mayor hay que sacarle ese tabú no, es que soy adulto mayor, soy una tacita de té, no me pueden quebrar, no me puedo mover, no venga, vamos en este proceso y vamos enseñándole a lo que es hoy ellos están totalmente funcionales, se tienen habilidades y capacidades que cuando yo llegué no tenía, pues ese es el reto y como el resultado"</p>	<p>(14/05/2023) "Cuando es el día del bingo y del compartir, se ve como fiesta, se ríen y como dicen ellas la recocha viene y va, sin embargo e independiente de ella realiza un rato de gimnasia, un poco más corta como de costumbre pero la realizan."</p>	<p>Como veo, siento y vivo la vida "Una buena y linda vejez" "La vida la siento vida cuando la vivo de la mejor manera que puedo, pero no faltaran las dificultades, los problemas, aunque sean menores y faciles son otras cosas que representan la vida" "la vida la vivo lo mejor que puedo, buscando no tener muchos problemas, aunque a veces me siento un poco frustrada por tantas cosas y problemas que no faltan en la familia"</p>

Anexo 6. Análisis de entrevistas

Lo que no se mueve se muere: expectativas y sentidos de vida en mujeres del Club de Vida Encantos por la Vida					
¿De qué modo el Club de Vida Encantos por la Vida reconoce, promueve y/o potencia los sentidos y expectativas de vida de las mujeres adultas mayores?					
Comprender las formas utilizadas del Club de Vida Encantos por la Vida para reconocer, promover y potenciar los sentidos y expectativas de vida de las mujeres adultas mayores.					
<p>P1: esto es un grupo de nosotras y para nosotras, vea esto aquí es mas que todo un bienestar para ellas, empecé con amigas del barrio, gracias a ellas yo me proyecte en un futuro, hay vecinas que se hicieron amigas, cuando llegamos todas nos saludamos, contando historias que a este le paso esto y cosas así</p> <p>P2: el trato de nosotras es de niña, excelentes compañeras, no importa la edad, hacemos ahí la recocha, recibimos bien a las nuevas, reímos, compartimos, compañerismo</p> <p>P3: las amigas son todas muy amigables y muy queridas,</p> <p>P4: todas somos muy unidas, compañerismo, amistades</p> <p>P5: esto se convierte en una hermandad, acogen al ser humano que llega nuevo, socialización, comparten, entre ellas se incrementa la calidad de vida</p> <p>P6: compartir con las compañeras, hablar de todo,</p> <p>P7: hablar, sentirse escuchada, ser parte de un grupo, hablar de la actividad</p> <p>P8: la amistad entre todas, todas hacemos un lugar seguro, se habla muy bueno de todo</p>	<p>P1: solicitar y gestiona el pestanos del espacio, inicie con este proyecto, buscando un bienestar, somos el grupo con el mejor espacio, este espacio no lo pueden quitar, así llueva podemos hacer la gimnasia, este espacio es el mejor, sentimos muy feliz haciendo la gimnasia aquí, todas las expectativas, porque desde el momento que inicie con este proyecto, tenía más ganas de hacer cosas, de planear y buscar estrategias para que llegaran más y se integrarán</p> <p>P2: es un espacio de nosotras, Centro Cultural</p> <p>P3: nos respetan el espacio</p> <p>P4: Eso aquí es como el patio de la casa, es un espacio muy bueno</p> <p>P6: es un centro para hacer gimnasia por la salud</p> <p>P7: ese patio es de nosotras, hay gente que viene y nos ve ahí, es como otra casa</p> <p>P8: ahí en donde nos reunimos, eso ahí organizamos muchas actividades</p>	<p>P1: compartimos algo, paseamos, jugamos al bingo, una de las actividades principales es la gimnasia, celebramos algunos eventos como el día de la madre, del amor y la amistad, navidad</p> <p>P2: actividades como el bingo, amigo secreto, participar, colaboración, bailamos, cantamos, gimnasia, paseos, actividades diferentes al de la casa</p> <p>P3: el ejercicio que le hace mucho bien a uno, todas las actividades que hacemos, los paseos</p> <p>P4: nos podemos recrear en cuanto a lo mental y físico, no solamente ejercicio, sino que también hacemos otras actividades, bingo, gimnasia, compartir</p> <p>P5: en la gimnasia se abordan todas las capacidades funcionales, capacidades funcionales, resistencia, fuerza, flexibilidad, velocidad, potencia, trabajo mental, coordinación, agilidad mental, nosotros generamos actividad física, les dan manuales, paseos, cursos</p> <p>P6: Gimnasia, el último jueves de cada mes se realiza un bingo, se da un algo, celebran</p>	<p>P1: prácticamente la alcaldía no nos ayuda a nada, algunas veces vienen personas así de brigadas de salud pero eso es como muy raro, a veces disque de la alcaldía quieren hacernos charlas de violencias contra los adultos y hablamos de nuestro derechos pero eso no vienen</p> <p>P2: excelente profesora, cantamos el himno del adulto mayor, rezamos, tenemos fondos propios, mensualidad, siempre estamos uniformadas</p> <p>P3: Los recursos se reparten para las actividades, la mensualidad es acorde, la Alcaldía trae algunos proyectos</p> <p>P5: más funcionales y autónomos, nuestra prioridad, nuestro objetivo y meta, el enfoque es meramente funcional.</p> <p>P7: talleres que da la alcaldía, el linder solo nos presta la profesora</p>	<p>P1: poder mejorar mi calidad de vida, un espacio muy bueno para estar y hacer cosas diferentes, salir de la rutina, hacer otras actividades que lo hacen sentir a uno más vivo, compartir con compañeritas de la misma edad, el Club tiene ese momento como para uno integrarse, mis expectativas cada vez se agradecen y eso se iba contagiando a otras mujeres, todos estos años he estado comprometida con el proceso y con ellas</p> <p>P2: desestrea</p> <p>P3: entretenimiento para uno, uno en la casa se estresa todo, lo recomendaría para que salgan de la rutina de la casa de los quehaceres</p> <p>P4: mejor vida en cuanto a lo</p>	<p>P1: trabaje para la secretaria mucho tiempo entonces eso me ayudó a saber cómo llevar procesos aquí,</p> <p>P2: Uno viene aquí a aprender</p> <p>P3: muchas capacidades por desarrollar</p> <p>P4: capacidades que cuando yo inicie no tenía</p> <p>P5: abordan todas las capacidades funcionales del adulto mayor, pueden seguir desarrollando habilidades y capacidades</p> <p>P7: Uno comparte lo que sabe y aprende, desarrolla capacidades, aprende como se hacen las cosas</p>

Relacionamiento/ vínculos afectivos	Escenario de socialización	Prácticas	Institucionalidad	opiniones sobre la práctica	Formación
Género		Vejez y envejecimiento		Expectativas y sentidos de vida	Lectura en clave pedagógica
<p>1. Si bien las mujeres del Club cuentan que en relación al trato se siente a gusto, habría que pensarse sobre como se nombran, se nombran como "niñas", aspecto que puede ser visto desde la infantilización, ubicándolas en el lugar donde las mujeres mayores son tratadas de manera similar a los niños, ya sea en la forma en que son habladas, cuidadas o percibidas, postura sobre la vejez que tiene impactos negativos en la autoestima y la calidad de vida. 2. Es importante reconocer que aun que el Club no desarrolla e forma sistemática propósitos en pro de la formación de las mujeres, ellas valoran las relaciones como un componente importante en sus vidas, proporcionando compañerismo de risas, de alegría y de sentidos. 3. Se establece una configuración de una red de vínculos y relaciones significativas en su presente, construyen conexión y comunidad, compartiendo intereses similares, adicionando otros sentidos a la vida, así las relaciones y colaboración entre ellas se convierte en una fuente importante de apoyo y satisfacción, fortaleciendo y creando emociones y afectos.</p>	<p>1. represento un lugar importante en sus vidas, ya que allí comparto de manera afectiva con las diferentes personas, sienten que llegan a un lugar que proporciona vida y salud, que valora el ciclo vital en el que están y que a partir del relacionamiento y la socialización permanente se va convirtiendo en la configuración de una red de vínculos y relaciones que trascienden el espacio. 2. Pertenecer al Club de Vida les posibilitan espacios de socialización solidarios, desarrollando componentes de bienestar, desde la autogestión, acción y participación con programas de salud, recreación, algunos componentes legales, esto desde la alcaldía o agentes externos, sin embargo, es poco esos acercamiento a temas educativos y formativos y sobre todo a temas de su interés, ya que lo que uno puede observar es que las actividades aunque proporcionen encuentros y compartir agradables para ellas, no aborda conversaciones profundas sobre sus proyectos de vida</p>	<p>1. la gimnasia ha sido el puente o el insumo que dentro de los encuentros tiene un significado espacial, representan para las mujeres un espacio importante en sus vidas, el valor relevante que le dan es compartido, todas mujeres del Club Encantos por la Vida manifiesta que la gimnasia es la principal actividad que les gusta realizar, es aporta a la disminución de dolores y les permite estar en movimiento, son mas felices, les proporciona un bienestar no solo físico si no emocional, ya que hay un sin fin de detalles que disfrutan cuando en medio del movimiento y el ejercicio conversan cuando se sonríen de una esquina a la otra, cuando bailan y comparten la similitud del movimiento. 2. La juntanza de las integrantes del club provoca por medio de sus encuentros la oportunidad directa e indirecta de aprendizaje continuo, por medio de los talleres, cursos, actividades y programas que llegan de la secretaria de inclusión social, que pueden aportar un desarrollo personal y colectivo, pero en cierto modo con sus propias planeaciones y organizaciones internas las que les posibilita un diálogo constante de experiencias, saberes y conocimientos, así como el disfrute mismo de la vida, ya que entre ellas diseñan estrategias y planes de celebración, de convites, reuniones, conversaciones, de aventuras, lo que genera, convoca y crea sentidos a la colectividad.</p>	<p>1. Se evidencia que están conformadas desde la seriedad institucional, consolidando toda un tramo discursivo en relación a la organización y conformación de grupo y comunidad, construyendo una junta directiva, estableciendo roles y funciones que aportan a la continuidad y la funcionalidad del Club.</p>	<p>1. si encontrar un espacio diferente al de a casa, y con directos formas de socializar, donde ellas cuentan que son felices y que pasan bueno, se genera un estado de bienestar, aspecto que para sus expectativas de vida es importante, pues al pensarse en el espacio, en las celebraciones, en la amistad, en la salud, en el disfrute proporciona sentidos de vida</p>	<p>1. Si bien la formación no es un aspecto concreto en las practicas de las mujeres de Club, ni manifestado de forma directa en sus proyecciones, es importante rescatar que el espacio de socialización como un escenario que reconoce a las mujeres en su autogestión, en el significado de la experiencia que han tenido como grupo, desde las capacidades de muchas de ellas por hacerse cargo de aspectos de administración, coordinación, tesorería entre otros. 2. Desde el enfoque de género, que se cuestiona y reflexiona desde una comprensión más amplia ya que estas mujeres no solo son conscientes de las instituciones sociales por las que han pasado, si no las presiones culturales que se han ejercido sobre ellas, y como ahora resignifican la institución de la que hacen parte, un Club de mujeres mayores, que de manera organizada y constituida, les permite denaturalizar lo que significa ser mujer y ser mujer adulta. 2. La pedagogía tiene un lugar en este proceso ya que lee la vida de las personas resignificando sus trayectorias y su presente, le da un nombre a las prácticas, potencializando sus propios saberes alrededor de sus experiencias, proponiendo miradas y planes que aporte a la orientación de sus intereses y metas, trayendo propósito formativo en el espacio de socialización.</p>

Anexo 7. Análisis colcha de retazos

Colcha de retazos	Análisis o reflexión
<p>Como veo, siento y vivo la vida "ah la vida es muy buena para compartirla entre amigas, así de la misma edad de uno, que saben las dolencias y las cosas que uno hace y no"</p>	<p>Para iniciar es importante mencionar que este planteamiento sobre como veo y siento la vida quería acercarme a ellas en la manera de conocer un poco sus perspectivas sobre la vida, sobre esas expectativas, imaginarios o vivencias de lo que es para ellas el vivir o estar vivas. En las respuestas obtenidas las mujeres sienten total libertad de decir como se siente entre ellas mismas, sienten que es un espacio en común, donde tienes similitudes en cuanto a edades, en cuanto a dolencias y en cuanto pensamiento y sentires, además, conocen y</p>
<p>Que quiero ser cuando sea grande "Yo vivo la vida muy feliz" "quiero poder seguir viniendo aquí" "me hubiera gustado ser más activa, porque uno antes no tuvo esta posibilidad" "de grande solo quiero seguir viviendo así"</p>	<p>Aquí mi intención era conocer eso que quizás en algún momento se proyectaron y no sucedió, pero también eso que aún quieren aprender, conocer o ser. En las respuestas se manifiesta que la actividad física y el espacio de socialización para estas mujeres significa sentido de vida, que las posibilidades que tuvo en su pasado están sujetas a otras actividades que no eran precisamente pensadas en relación a sus deseos. En la actividad de ese día se hablo sobre la pregunta y sonreían con una mención "ya no fuimos" "mucho es movernos" y desde ahí comprendí que por eso asocian el movimiento con la vida, porque es un día a la vez, hoy están y se divierten en lo</p>
<p>Que es la vida, como la representan "la vida para mi es oportunidades" "con la alegría de cada cual y como la quieran representar" "la vida es alegría animo, dando a las personas lo mejor" "La vida es poderme levantar y hacer mis cositas tranquilas" "yo la represento en mi forma de estar bien y saludable" "la vida es esto, poder hacer lo que uno quiere" "la vida es poder uno seguir haciendo cosas, así que impliquen moverse"</p> <p>Que me hubiera gustado aprender o estudiar "Me hubiera gustado aprender más" "Con lo que estudie me siento contenta" "no, yo siento que lo que se me ha servido para todo, igual cuando uno no sabe uno conoce a alguien que si sabe" "me hubiera gustado estudiar más para así ayudar a otros, pero bueno, con lo que uno sabe se defiende" "a mi me gusta aprender de todo, entonces uno aquí viene y si dan algún curso de algo uno se mete a aprender, porque uno todavía aprende" "no se, ya uno sabe que uno no tuvo</p>	<p>La indagación por la vida y su representación surge para dar respuesta a mis cuestionamientos sobre los sentidos y expectativas de vida, entonces, la representación de la vida para las mujeres la muestran desde un la autonomía y libertad que puedan sentir frente a la cotidianidad, para poder hacer sus cosas. También como la oportunidad de vivir libremente y a la manera que cada una considere pertinente y la haga feliz. Adicional, los procesos formativos aunque son poco evidentes podrían retomarse como un proyecto para las mujeres en busca de que ellas reflexionen y/o analicen el envejecimiento y todas sus dinámicas de una manera más acorde y comprensible, además de seguir construyendo las prácticas de significatividad sobre el bienestar y sobre las prácticas que realizan.</p>
<p>Como veo, siento y vivo la vida "Una buena y linda vejez" "La vida la siento vida cuando la vivo de la mejor manera que puedo, pero no faltaran las dificultades, los problemas, aunque sean menores y fáciles son otras cosas que representan la vida" "la vida la vivo lo mejor que puedo, buscando no tener muchos problemas, aunque a veces me siento un poco frustrada por tantas cosas y problemas que no faltan en la familia"</p>	<p>Estar en el grupo influye de manera contundente en las percepciones de cómo ven y visualizan la vida, en su mayoría muy positiva diciendo que la vida es bella, y que a pesar de los achaques, la alegría y el positivismo, deben estar presentes cada día. la vejez como una oportunidad de vivir mejor. Por otro lado, una actividad que permitió que las mujeres se reconocieran en su pasado en su presente, el conocer que hubieran querido ser, y encontrarse con unos gustos, con unos intereses y unas capacidades que quizás hubieran querido desarrollar, nunca se preguntaron qué les hubiera gustado hacer en la vida, siempre estuviera sujetas a otros, o condicionadas por las diferentes dimensiones sociales, culturales y sobre todo económicas</p>