



# Red Latinoamericana de **GERONTOLOGÍA**

## **CONCURSO DE EXPERIENCIAS GERONTOLÓGICAS “UNA SOCIEDAD PARA TODAS LAS EDADES”**

**Cuarta Edición  
Año 2010**

### **PRIMERA NOMINACIÓN CATEGORÍA ORGANIZACIONES**

#### **PROYECTO: SOLARES PRODUCTIVOS Y GENERADORES DE VIDA**

Fundación Hogar Madre Marcelina\*  
COLOMBIA

Autora  
Myriam Cantor Cortés\*\*

#### **Ejes temáticos:**

- Promoción de una cultura positiva de la vejez; superación de estereotipos y prejuicios acerca de las personas adultas mayores.
- Promoción de solidaridad y convivencia entre generaciones

\* El Hogar Madre Marcelina, es una de las 34 instituciones gerontológicas sin ánimo de lucro, fundada por la congregación religiosa Hermanitas de los Pobres de San Pedro Claver, el 19 de marzo de 1963, con el objetivo de brindar atención integral a las personas mayores mediante la satisfacción de sus necesidades bio-psico-sociales y espirituales, en un ambiente de hogar, dignificando así sus condiciones y calidad de vida.

\*\* Myriam Cantor Cortés es gerontóloga, especialista en promoción en salud y desarrollo humano. Correo-e: [cantorcortesmyriam@hotmail.com](mailto:cantorcortesmyriam@hotmail.com)

## **RESUMEN**

La primera experiencia similar a este proyecto sobre Agricultura Urbana se dio en 12 centros carcelarios del país con el apoyo de la empresa privada y entidades del Estado, los resultados arrojados fueron tangibles (alimentos cosechados) e intangibles (procesos de sensibilización individual y familiar) en los (as) internos (as).

La segunda replica correspondió a la convocatoria nacional realizada por la Fundación Saldarriaga Concha quien seleccionó y financió el proyecto para ser implementado con un grupo de 80 personas mayores, residentes en dos hogares gerontológicos ubicados en Bogotá y Chía, en junio de 2009.

Articulándose este proyecto a la Política Nacional y Distrital de Envejecimiento y Vejez y al Plan Nacional de Alimentación y Nutrición, su formulación estuvo bajo el enfoque constructivista, contó con la orientación de un equipo asesor externo y la participación de los profesionales de cada organización.

**Objetivos:** Diseñar e implementar un solar productivo, a través de la técnica de Agricultura Urbana; Promover la disponibilidad, el acceso y el uso de los alimentos, por medio de la educación alimentaria y la recopilación de saberes; Reivindicar el valor de la Persona Mayor, mediante el acompañamiento psicosocial para la recuperación del vínculo afectivo. Desarrollados estos bajo tres componentes: técnico, alimentario y psicosocial.

Como logros está la reivindicación del rol como personas productivas socialmente, identificación de fortalezas y habilidades adquiridas durante la vida, iniciativas de producción, consumo y venta, oportunidad de nuevos aprendizajes e intercambio de experiencias entre generaciones.

**Palabras Claves: Calidad de vida, Anciano, Vulnerable**

## **INTRODUCCIÓN**

El Hogar Madre Marcelina (Bogotá) como organización operadora y responsable del proyecto y el Hogar San Rafael (Chía) como organización en asocio para el mismo son instituciones gerontológicas sin ánimo de lucro, fundadas por la Congregación Religiosa Hermanitas de los Pobres de San Pedro Claver, con presencia en Colombia desde hace 98 años.

La Fundación Hogar Madre Marcelina actualmente alberga a 65 personas mayores cuyas edades oscilan entre los 65 y 98 años de edad, el 90% de su población es de género femenino, de diferentes estratos socio económicos (del 0 al 4), provenientes de distintas regiones del país, algunos cuentan con red familiar estable y cumplidora de sus obligaciones pero de igual manera hay otras personas que su familia

esta ausente y este rol es asumido por los demás residentes, grupos de ayuda y personal que labora en la institución.

El Hogar San Rafael de Chía, presta sus servicios a 106 personas mayores, en edades similares al de la institución anterior, la mayoría de sus residentes son mujeres, la generalidad de ellos son de origen rural y con experiencia en las labores agrícolas, algunos con red de apoyo familiar y otros en estado de abandono. Un número considerable de las personas mayores no cuenta con seguridad social en pensión ya que ejercieron actividades informales durante su etapa laboral que no les permitió cotizar para alcanzar este beneficio.

En cuanto a las condiciones de salud de los residentes en ambas instituciones presentan alteraciones a nivel biológico siendo de mayor prevalencia las enfermedades de tipo cardiovascular, seguidas de las osteo-musculares, hay presencia de alteraciones en cuanto a salud mental como demencia tipo Alzheimer y depresión entre otras. Los niveles de funcionalidad para la realización de las actividades básicas de la vida diaria van desde dependencia leve a total en algunos casos, esto basado en la aplicación de la escala de Barthel, cuya puntuación orientativa de dependencia corresponde a leve, dependencia moderada, dependencia grave y dependencia total.

Correspondiendo al abordaje de los objetivos propuestos por la Fundación financiadora, en la convocatoria **apoyo a iniciativas que mejoren la calidad de vida de las personas mayores** y de igual manera a las Políticas Públicas tanto nacionales como distritales, en las cuales se detallan tanto el trabajo con las Personas Mayores ( Política Nacional de Envejecimiento y Vejez), como los procesos de Seguridad Alimentaria (Plan Nacional de Alimentación y Nutrición, Política Pública de Seguridad Alimentaria y Nutricional), se diseñó el Proyecto de **“SOLARES PRODUCTIVOS Y GENERADORES DE VIDA”** .

El Proyecto desarrolla acciones tendientes a que las personas mayores adelanten procesos de reflexión consigo mismo y con otros en el ejercicio de sus derechos en los contextos de interacción en el que se encuentran, a su vez fortaleciendo vínculos afectivos con la red de apoyo inmediata, como la familia, las personas vinculadas a las instituciones en los programas de voluntariado y con la familia institucional, logrando así una redefinición de este concepto y vivencia en la vida de cada uno de los participantes, así como el conocimiento y practica de los elementos de Seguridad Alimentaria en la población con el ánimo de avanzar hacia el autoconsumo y que los participantes establezcan una relación entre el proceso técnico, personal y la redefinición del significado de productividad en la ancianidad.

Como antecedentes del proyecto esta el desarrollado con grupos de población de características diferentes como son los internos de 12 Centros Carcelarios y Penitenciarios del país, en coordinación con la Empresa Privada y entidades del Estado, la implementación arrojó resultados bastante significativos a

nivel individual como familiar, así como resultados tangibles en cada una de las huertas a través de los alimentos cosechados y el desarrollo de actividades para promover su autoconsumo.

La segunda replica en junio del 2009 fue realizada a través del convenio con la Fundación Saldarriaga Concha quien en convocatoria nacional, seleccionó y financió el proyecto para ser implementado inicialmente con un grupo de 80 personas mayores, atendidos en el Hogar Madre Marcelina (Bogotá), como no se alcanzaba la cobertura requerida por la Fundación financiadora se vio en la necesidad de vincular al proyecto al Hogar San Rafael (Chía). El realizar este proyecto ha permitido que las personas mayores reivindiquen su rol como personas productivas socialmente, que recreen su identidad personal a través de la identificación de las fortalezas y habilidades que poseen y que han sido adquiridas a lo largo de la vida, también ha fortalecido procesos de terapia ocupacional y los desarrollados a través del área de gerontología que les permite ser participes y protagonistas en su desarrollo humano y caminar en torno a una mejor calidad de vida.

El contacto con la tierra los ha llenado de vitalidad, pues han puesto en práctica muchos de los conocimientos adquiridos en su vida laboral o personal, finalmente han fortalecido su habilidad de líderes y de interacción con sus compañeros en el desarrollo de actividades de seguimiento y mantenimiento del solar productivo.

Es importante precisar que cada una de las actividades desarrolladas en el proyecto fueron cuantificables, especialmente las del componente psicosocial, ya que a través de la aplicación de una encuesta se logró medir los resultados de acuerdo a los indicadores de logro propuestos en el marco lógico.

## **FUNDAMENTACIÓN**

Ya no es noticia hablar sobre el aumento de la expectativa de vida a nivel mundial, sobre las exigencias tan diversas que ello conlleva a los Estados y Organizaciones que buscan brindar servicios de calidad que den respuesta a las necesidades de las personas mayores, es decir, de aquellas que tienen la fortuna de alcanzar una edad enmarcada en la etapa de la vejez, fortuna por que ello quiere decir que los intentos y deseos del ser humano por alcanzar unos años mas de vida están dando resultado, ¿Cuál sería entonces la noticia?.

La preparación, aceptación, adaptación y conciencia plena sobre el proceso de envejecimiento y el envejecimiento durante la vejez debería ser el tema central de la nueva noticia y el interés de diferentes actores sociales para llevar acciones eficaces, oportunas y acordes a los intereses, expectativas y al contexto de cada ser humano para que se prepare y viva su vejez con la autonomía, independencia y dignidad que merece.

El envejecimiento activo y productivo es una construcción colectiva donde deben interactuar factores económicos, de índole sanitarios, del entorno físico, personales, conductuales y sociales.

Basados en lo anterior, la Fundación Hogar Madre Marcelina (Bogotá) en asocio con el Hogar San Rafael (Chía) y en convenio con la Fundación Saldarriaga Concha desarrollaron el proyecto denominado “Solares Productivos y Generadores de Vida”.

El proyecto, se presenta como una nueva alternativa de actividad ocupacional en los residentes basada en los intereses y expectativas de los mismos. También el desarrollo de proyectos como este facilitan la adopción de estilos de vida saludables, de igual manera permiten desmitificar diferentes aspectos negativos en torno a la etapa de la vejez, donde se considera que ya las personas dejan de ser productivas socialmente y no pueden emprender procesos de aprendizajes nuevos, así se esta promocionando con acciones claras una cultura positiva sobre la etapa de la vejez en otras generaciones.

## **DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA**

El Proyecto nace de otros que ya se habían realizado en diferentes zonas del país a través de Convenios de Cooperación Internacional, dirigido a la población Femenina y Masculina privada de la libertad, por tal el proyecto se ejecutó como segunda replica . Se diseño en tres componentes ha saber el Técnico, Psicosocial y Nutricional, estableciendo una relación entre los tres que permiten a los participantes el desarrollo de un proceso integral.

En cuanto a la cobertura del proyecto, esta es ampliada por solicitud de la Fundación Saldarriaga Concha, por lo que la Fundación Hogar Madre Marcelina establece una alianza con el Hogar San Rafael de Chía, dando origen a la legalización del Convenio.

Una vez establecida la fecha de iniciación del convenio (junio de 2009) el equipo asesor procedió a socializar el proyecto con los profesionales en cada uno de los Hogares, dando a conocer los componentes, las actividades ha desarrollar, los indicadores de logro y metas trazadas, así como la participación de cada uno de los profesionales en la ejecución del mismo.

Igualmente se realizó la socialización con las personas mayores en cada uno de los Hogares la cual estuvo incluida en el desarrollo de la de la primera jornada del componente técnico.

## **OBJETIVOS**

- Diseñar e implementar un solar productivo, a través de la técnica de Agricultura Urbana.
- Promover la disponibilidad, el acceso y el uso de los alimentos, por medio de la educación alimentaria y la recopilación de saberes.
- Reivindicar el valor de la persona mayor, mediante el acompañamiento psicosocial para la recuperación del Vínculo Afectivo.

## **PARTICIPANTES**

Inicialmente el proyecto contempla a 80 Personas Adultas Mayores, de estratos 1, 2, 3 y 4, vinculadas a la Fundación Hogar Madre Marcelina y al Hogar del Anciano San Rafael de Chía, en estado de vulnerabilidad bien sea económica, social y/o afectiva, ya que algunos no cuentan con redes familiares de apoyo.

Ya durante el trascurso del proyecto en cada una de sus etapas se fueron sumando más beneficiarios en cada uno de los componentes, a la fecha se puede decir que los beneficiarios y participantes son la totalidad de Personas Mayores residentes en los dos Hogares ya que se benefician de una u otra manera de los componentes psicosocial y/o alimentario mediante las actividades y los productos que se consumen internamente y que se derivan del componente técnico. Los participantes entonces son:

- Personas mayores como beneficiarios directos e indirectos; 171
- Profesionales a cargo en las instituciones; 14
- Equipo Asesor; 4 profesionales

## **ACTIVIDADES**

### **COMPONENTE TÉCNICO**

- **Plan de Suministros.**

Al encontrar espacios y poblaciones heterogéneas en los dos Hogares el diseño de los solares debía ser distinto, así: en Bogotá se trabajó con camas de madera y contenedores, colocando además una cobertura plástica con el fin de lograr que los adultos mayores salieran al solar sin exponerse a lluvias o sol fuerte, se adaptaron dos camas de tal forma que las personas en sillas de ruedas tuvieran acceso, permitiendo la inclusión de todos los que quisieran unirse al proyecto; en Chía se adaptó tanto camas de madera, contenedores, como eras para la siembra, estos dos diseños como se mencionó anteriormente tenían la finalidad de lograr que las personas menos funcionales pudieran participar de los diferentes procesos de siembra, cuidado y recolección de los productos. Para lograr que los diseños fueran

efectivos se elaboró una lista de insumos a utilizar, se trabajo desde el documento base del proyecto de agricultura urbana del Jardín Botánico de Bogotá y en correspondencia con el cronograma propuesto.

- **Capacitación – Montaje del solar productivo**

Para los diseños de huerta para los solares productivos, se tuvo en cuenta los espacios seleccionados para los mismos, es decir, si era zona dura (sobre concreto) o si era zona blanda (sobre terreno) con base en las características de los Hogares se realiza un diseño con camas de siembra en madera forradas con plástico negro calibre 6 (las camas de siembra son estructuras forradas que sirven de medio de siembra en espacios reducidos y/o para personas con algún tipo de discapacidad física, evitando que se generen grandes esfuerzos), dichas camas tenían 3 tipos de alturas: 1 mt. 80 cm. Y 60 cm. estas alturas estaban seleccionadas en concordancia con la estatura promedio de las personas mayores y de las personas en silla de ruedas; para los semilleros (contenedores empleados para la germinación y emergencia de las plántulas), se emplearon las camas de madera, botellas plásticas, canastillas forradas, recipientes plásticos y sobre el mismo terreno; Ver **FOTO 1 y 2.**

**FOTO 1 y 2. SIEMBRA EN CAMAS Y SEMILLEROS**



Además de las camas de siembra, se emplearon otro tipo de contenedores conocidos como tubulares y cojines (Estructuras de plástico calibre 8 con forma de tubo vertical y/u horizontal que sirven para sembrar plantas para espacios reducidos); dentro de los tubulares se sembró fresa y lechuga. Ver **FOTOS 3 y 4.**

**FOTOS 3 y 4. SIEMBRA EN TUBULARES Y COJINES**



Las bases teóricas empleadas con las personas mayores de los 2 Hogares fue el intercambio de saberes, por lo tanto las charlas realizadas con ellos eran de carácter práctico y no teórico, para no generar cansancio en ellos con los nuevos métodos de siembra, aunque estos causaron incredulidad y generaron expectativas en los participantes que en repetidas ocasiones utilizaron la expresión *“hasta no ver no creer”*.

Los productos cosechados se han utilizado par el autoconsumo y algunos de ellos (especies) se han podido comercializar en pequeñas cantidades con la comunidad. Ver fotos 5 y 6.

#### FOTOS 5 Y 6 PRODUCTOS COSECHADOS



#### COMPONENTE NUTRICIONAL

**Cuadro No. 1 Formación Mediante 5 Talleres Didácticos**

TALLER	OBJETIVO (S)	DESARROLLO
1. Seguridad alimentaria y aspectos culturales de la alimentación.	Indicar a las Personan Mayores los determinantes de la Seguridad Alimentaria y su relación con los aspectos culturales de la alimentación.	Se desarrollo mediante una actividad de tertulia, utilizando una guía, donde se recordaron y/o recopilaron aspectos relevantes de su vida en referencia con la alimentación, resaltando la alimentación como Derecho.
2. Alimentación saludable y consumo de verduras.	Orientar las pautas de una alimentación saludable, a partir del consumo de las verduras, identificando la alimentación como componente de una vida sana.	Se desarrollo mediante el juego de <i>Bingo de la Alimentación</i> , donde los participantes pudieron reconocer los conceptos de alimentación Balanceada e importancia del consumo de



		verduras resaltando las especies cultivadas en el Solar Productivo.
3. Pasando el tiempo con las frutas.	Dar a conocer las funciones y propiedades de las frutas dentro de la alimentación saludable y su importancia para mantener una buena Salud.	Fue una sesión complementaria a la de Consumo de Verduras, en donde se identificaron las frutas cultivadas en el Solar Productivo.
4. Alimentación y vida sana	Orientar a la población acerca de cómo llevar una vida sana, a partir de la alimentación y los estilos de vida Saludable.	La actividad se desarrollo mediante el uso de un rotafolio con técnica de gerogogía, sobre aspectos de la alimentación y estilos de vida saludable (actividad física y mental).
5. Saboreando lo aprendido	Recopilar los temas tratados en los Talleres, con el fin de identificar las fortalezas frente a las actitudes de las personas mayores en sus hábitos alimentarios y el Cuidado de la Salud.	Se trabajo a partir de la construcción de rompecabezas que recopilaban toda la información de los talleres, el premio a los ganadores fue la degustación de frutas.

## ELABORACION DEL RECETARIO

La logística seguida para la construcción del recetario se dio en varios momentos:

- **Recolección de la información para El recetario:**

Para recolectar la información, el área de Gerontología trabajó con las Personas Mayores mediante actividades grupales e individuales en el programa de estimulación cognitiva, realizando ejercicios de memoria biográfica, percepción (en ancianos con discapacidad visual y cognitiva), atención, fluidez verbal, razonamiento (al organizar recetas de cocina). De igual manera se reforzaron habilidades sociales como la comunicativa.

- **Consolidación y Selección de la Información:**

Se seleccionaron la mayoría de las recetas, las cuales tuvieron ajustes de forma, mas no de fondo en relación al complemento y/o la descripción en los procedimientos de las recetas.

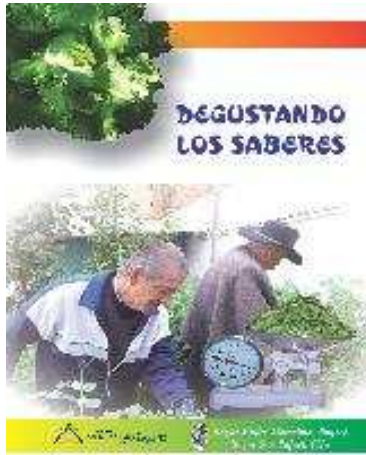
- **Diseño del recetario:**

Se contó con la asesoría de un profesional en el tema a quien se entregaron los insumos necesarios como el contenido y registros fotográficos, atendiendo a la política de Comunicación de la Fundación Saldarriaga Concha.

- **Impresión y publicación:**

La impresión y la publicación están en proceso, para su respectiva revisión y autorización de impresión y divulgación. Ver fotografía No. 7

### **FOTOGRAFÍA NO. 7 BOCETO INICIAL DEL RECETARIO**



Se espera que los recursos derivados de la venta del recetario ayuden para el auto sostenimiento del proyecto. Adicionalmente esto ha generado gran expectativa en las personas mayores al ser ellas las autoras intelectuales del mismo, motivo este para sentirse orgullosas de su esfuerzo y trabajo en los solares y en las actividades de recopilación de recetas.

### **COMPONENTE PSICOSOCIAL**

Este componente se desarrolla a través de dos módulos: Identidad personal y Vínculos Afectivos.

#### **Módulo Identidad Personal.**

**Cuadro 2. Resumen de actividades desarrolladas**

<b>TALLER</b>	<b>OBJETIVO (S)</b>	<b>DESARROLLO</b>
<b>1. Mi Autobiografía</b>	Reconocer la ruta de vida que se ha recorrido, los aciertos y desaciertos que se ha tenido en cada una de las etapas de la vida e identificar las fortalezas de su etapa actual.	Se diligenció la guía “Mi Autobiografía”, que permitió a los participantes considerar como fortalezas en la ancianidad el estar bien con los otros, amor por la familia, alegría, constancia, valentía, fuerza, tranquilidad con Dios, respeto a si mismo y a los demás. Finalmente la actividad llevo a las personas mayores a identificarse dentro de cada etapa del ciclo vital.
<b>2. Baile de Disfraces</b>	Motivar en cada uno de los participantes el reconocimiento de las fortalezas de la etapa de la Vejez identificando a través de cada uno de los disfraces, las características de cada fortaleza propia de la etapa de la Vejez.	Cada participante de manera voluntaria y autónoma elaboró un disfraz donde expresaba sus propias fortalezas, lo que lo diferencia de los otros y lo hace único, esto con el apoyo de estudiantes de servicio social. Uno de los aspectos más importantes que identificaron las personas mayores es como en la etapa de la Vejez, cada una de las fortalezas establecidas, los hacen sentir importantes y valiosos como personas mayores, haciendo énfasis en los aspectos positivos del envejecimiento.

<b>3. Mi Actitud Frente a la Vida</b>	Analizar las actitudes con las que se ha enfrentado diferentes eventos vitales y las influencias que se ha tenido desde la familia, los amigos etc.	Para el desarrollo de la actividad se utilizaron máscaras y elaboraron algunas preguntas, las cuales les permitieron identificar cual ha sido la postura de la persona mayor frente a determinada situación o evento vital (viudez, nido vacío, institucionalización, pérdida de la salud, participación en la huerta...)
<b>4. La Candidatura</b>	Lograr que los participantes descubran los propios valores y características positivas apoyados por el grupo.	El total de los participantes se dividió en sub-grupos y cada uno debía nombrar un candidato de acuerdo a sus fortalezas y liderazgo para ser nombrado democráticamente como líder de la huerta.
<b>5. El Jardinero de mi Vida</b>	Realizar un paralelo entre los participantes que permita un mejor reconocimiento de los componentes técnico y psicosocial del proyecto.	A cada participante se le entrega una semilla para que la identifique, siembre y cuide utilizando las técnicas aprendidas en el componente técnico, se le motiva a cuidarla relacionándola con la propia vida.

Las sesiones fueron ejecutadas por la Psicóloga en el Hogar Madre Marcelina y en el Hogar San Rafael de Chía por la Gerontóloga con el apoyo de una practicante de psicología.

Para el registro de los logros y conclusiones de cada una de las sesiones, se diseñó y elaboró una bitácora la cual fue diligenciada por las profesionales a cargo y de las cuales se extraen los resultados obtenidos por cada uno de los talleres.

### **MODULO VÍNCULOS AFECTIVOS**

Este módulo se desarrollo por medio de encuentros intergeneracionales, donde se invito a las familias de las personas mayores de los Hogares, grupos de apoyo (voluntariados, estudiantes, integrantes del

programa nietos adoptivos y plan padrino) a tratar temas sobre imaginarios de la vejez cuyo objetivo fue generar un espacio de reflexión a través del cual los participantes pudieron identificar los errores del concepto sobre los que han construido los vínculos afectivos con las personas mayores institucionalizadas. El segundo encuentro intergeneracional se tituló Decálogo de la Afectividad, donde se motivó a los asistentes a que expresaran sus sentimientos a las personas mayores institucionalizadas tanto familiares como a aquellas que no cuentan con red de apoyo familiar (ver fotos 8 y 9). Algunas conclusiones de dicho encuentro fueron:

- No hay que esperar que se presente un momento difícil para demostrar el afecto hacia los seres queridos.
- Siempre debe existir un amor incondicional
- Debe existir un gran apoyo entre los miembros de una familia reforzando el afecto especialmente a las personas mayores.
- Nunca es tarde para aprender a amar

#### **FOTOS 8 Y 9 ENCUESTRO INTERGENERACIONAL**



#### **CONCLUSIONES**

El proyecto ha facilitado un espacio para la reivindicación del rol de las personas mayores como sujetos de derechos productivos socialmente, dejando de lado la postura de objetos inactivos en su propio proceso de desarrollo personal, esto en concordancia con lo esperado en un proceso de envejecimiento activo y productivo.

La reflexión continua sobre las fortalezas y habilidades adquiridas durante todas las etapas del ciclo vital, los aspectos que diferencian a una persona de otra y la hacen única le permiten fortalecer su autoimagen e identidad personal, redescubriéndose a si misma y descubriendo en otras personas aspectos que facilitan y promueven la interacción personal, el ejercicio de un liderazgo y el desarrollo de nuevos vínculos afectivos, estos aspectos se alcanzaron por medio de las actividades propuestas en el componente psicosocial.

Las personas mayores son en ocasiones las primeras en enmarcarse en los denominados mitos y estereotipos de la vejez, cuando se les brinda la oportunidad de compartir su experiencia y conocimiento con otros y además se les involucra en procesos educativos adaptados a sus características (geragogía) se les da las herramientas para que rompan con sus propios conceptos erróneos sobre la vejez, especialmente aquellos que consideran que ya no están en edad de aprender cosas nuevas, o que todas las personas mayores son enfermas y por ello incapaces de desarrollar eficazmente una actividad productiva, también los que giran en torno a las personas que viven en residencias para personas mayores y que las relacionan con la improductividad o con un espacio al que se llega y no se hace nada, pensamiento este no solo de los ancianos (as) institucionalizados (as) sino también compartido en varias ocasiones por sus familiares. Trabajar el proyecto desde un enfoque constructivista permite este intercambio de saberes y experiencias aportando así a la construcción colectiva de conocimiento y al rompimiento de estos y otros estereotipos y mitos de la vejez.

El desarrollar actividades donde interactúen personas de diferentes edades promueve la solidaridad intergeneracional y la promoción de una cultura sobre envejecimiento y vejez basada en la realidad de las personas mayores, para el caso del proyecto desarrollado en los Hogares, se logró inquietar a los estudiantes de servicio social sobre los cambios normales y anormales de la vejez y el apoyo que cada joven debería darle a la persona mayor asignada para cada actividad, en contraprestación las personas mayores aprovechaban los espacios para contar su historia de vida y “aconsejar” desde su propio lenguaje a los jóvenes para que se cuidaran así mismos y evitaran desde edad temprana llegar a la vejez con complicaciones de salud (física, mental y social) de esta manera las personas mayores se convierten en gestores de estilos de vida saludables.

Las instituciones u organizaciones que prestan servicios a las personas mayores están obligadas a innovar continuamente y a escuchar las necesidades e inquietudes de sus beneficiarios en torno a la participación en actividades ocupacionales y del tiempo libre, que respondan a sus intereses y expectativas y que además generen espacios de crecimiento personal y grupal.

El proyecto ha generado iniciativas de producción, consumo y venta de productos, ayudando al auto sostenimiento del mismo, también el contemplar y degustar los alimentos cosechados genera en las personas mayores sentimientos de satisfacción y productividad, motivando al igual cambios en los

hábitos alimenticios ya que para ellos no es igual consumir una verdura comprada en cualquier lugar que la cosechada por ellos mismos ya que lleva ese valor agregado.

Mediante la ejecución de los Solares Productivos, las personas mayores conocieron y aplicaron una actividad ocupacional diferente a la que en sus inicios hicieron resistencia por salirse de los esquemas trabajados, allí se han generado espacios participativos en los cuales se fortalecen habilidades sociales, cognitivas y se fomenta la actividad física con la labor de cuidado de las plantas.

El trabajo psicosocial realizado con las familias incrementó el interés de las personas mayores por el desarrollo de las sesiones, ya que es una labor que pueden compartir con sus seres queridos.

## **BIBLIOGRAFIA**

**Arango Calad, Carlos.** Los Vínculos Afectivos y la Estructura Social Una Reflexión desde la Red de Promoción del Buen Trato. 2006.

**Alcaldía Mayor de Bogotá,** Plan de Desarrollo Distrital “Bogotá Sin Indiferencia un compromiso contra la pobreza y la exclusión” 2004-2008, Bogotá D.C., 2004.

**Oliveros Amador, Lina Paola.** El Vínculo Afectivo como Opción de Vida en la Convivencia Familiar. 2004.

**Organización Mundial De la Salud.** Envejecimiento activo: un marco político. Departamento de Prevención de las Enfermedades No Transmisibles y Promoción de la Salud Envejecimiento y Ciclo Vital. 2002.

**Política Pública de Seguridad Alimentaria y Nutricional** para Bogotá, Distrito Capital. 2007-2015.

**IDRC.** Título: Cultivando Mejores Ciudades. En: [http://www.idrc.ca/en\\_foco\\_ciudades/ev-95353-201-1-DO\\_TOPIC.html](http://www.idrc.ca/en_foco_ciudades/ev-95353-201-1-DO_TOPIC.html)