

ADULTOS MAYORES Y LA PARTICIPACIÓN E INCLUSIÓN FAMILIAR



Cristina Borja
Yadira Peláez
Daniela Albán

**CURSO VIRTUAL
SISTEMATIZACIÓN DE
EXPERIENCIAS 2018
CEAAL-PLAS**

Tutora: Iara Duarte Lins



1. INFORMACIÓN GENERAL

1.1. Organización o personas que han realizado la experiencia

Adultos mayores que participaron en los proyectos de Adultos Mayores de Quito y Guayaquil, ejecutados por la Fundación Mariana de Jesús (FMJ).



"Un hombre no envejece cuando se le arruga la piel sino cuando se arrugan sus sueños y sus esperanzas."

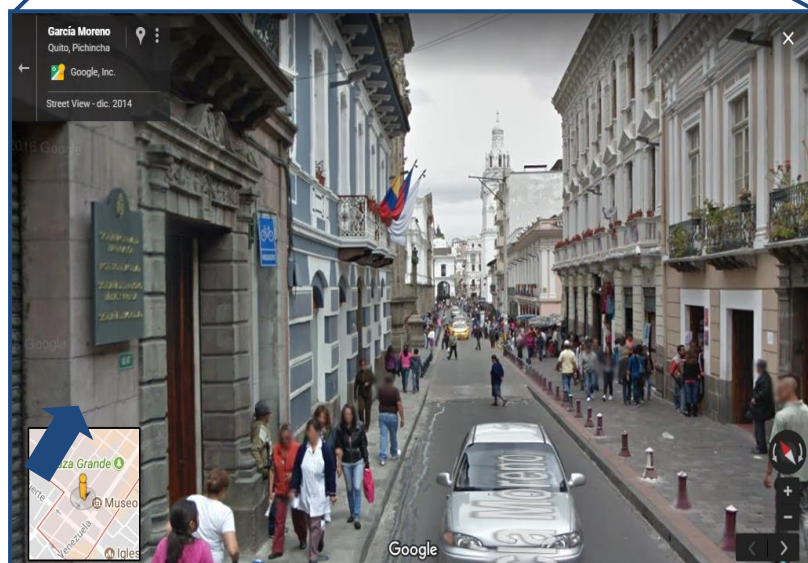
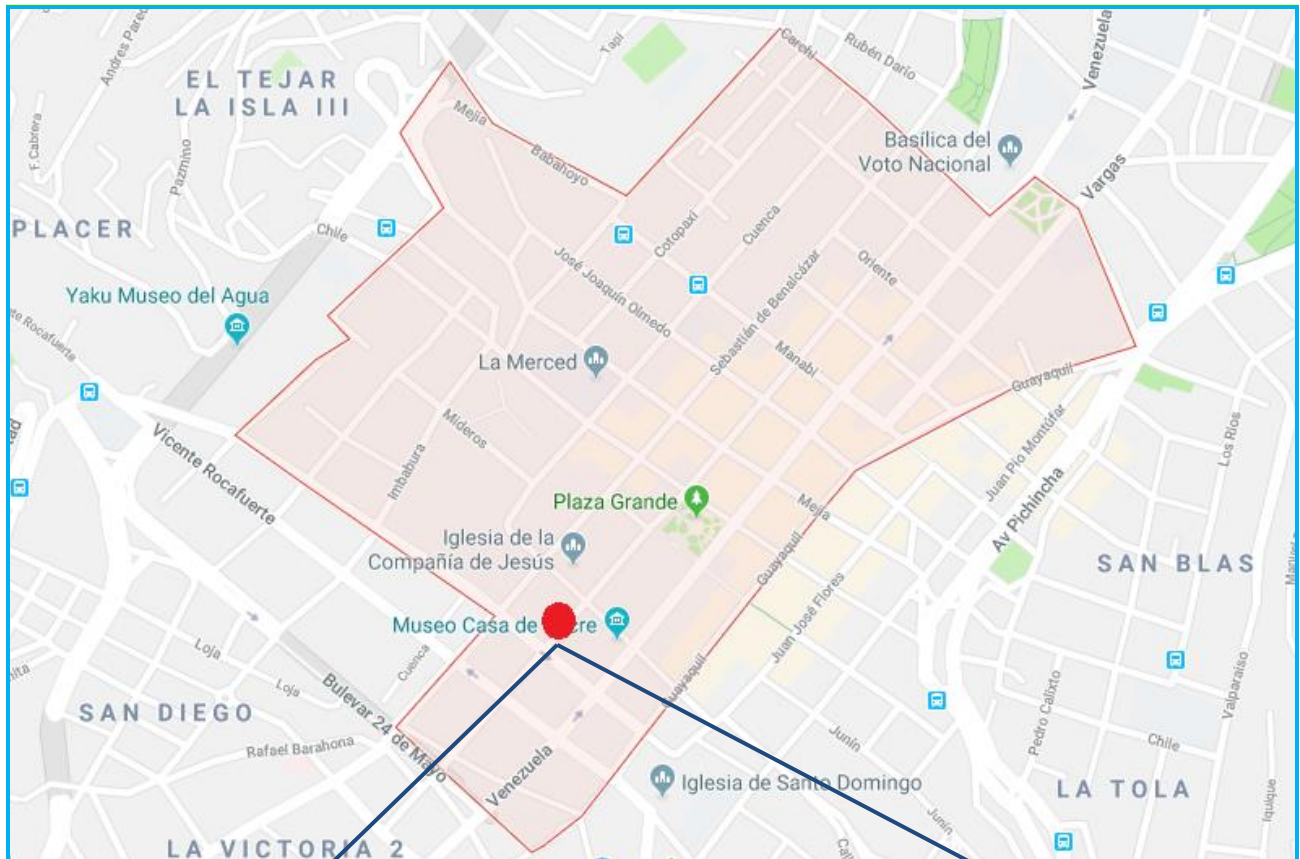
Grafitti callejero

1.2. Lugar y periodo de realización de la sistematización

Provincia de Pichincha, Centro Histórico de Quito - Proyecto de Adultos Mayores “La Dolorosa”. Marzo 2018- Julio 2018.

Provincia de Guayas. Perimetral Norte - Guayaquil, Proyecto de Adultos Mayores.

Mapa del Centro Histórico de Quito



Centro de Atención de los Adultos Mayores ubicado en Calle García Moreno N2-57

La Provincia de Pichincha es una de las 24 provincias que conforman la República del Ecuador. Quito, es la capital de la Provincia de Pichincha y también de Ecuador.

El centro histórico de Quito se encuentra ubicado en el centro sur de la ciudad de Quito, y es considerado el conjunto histórico mejor conservado y uno de los más importantes de América Latina. En el centro histórico existe un Edificio ubicado en la calle García Moreno N2-57 y Sucre, allí se desarrolla el Proyecto de Adultos Mayores de la Dolorosa ejecutado por la Fundación Mariana de Jesús. Quito tiene varios problemas de connotación social, éstos se hacen evidentes en la parte más antigua de la ciudad - centro histórico, que a pesar de ser el sitio más turístico de la ciudad, también es el sitio que recibe a los migrantes con pocos recursos de todas las zonas rurales en busca de una mejor condición de vida, muchas de estas personas quedan en abandono y hacen de la calle su hogar, siendo el adulto mayor es el rostro más común de la mendicidad.




3. OBJETIVOS DE LA SISTEMATIZACIÓN.

General:

El objetivo de sistematizar esta experiencia es obtener aprendizajes que contribuyan a la reflexión y la valorización de las capacidades propias del adulto mayor, en el marco de la promoción de la ciudadanía a través de los procesos de participación e inclusión familiar desarrollados en el año 2015 en el Proyecto de Adultos Mayores - “La Dolorosa” del Centro Histórico de Quito - Provincia de Pichincha, realizado por la Fundación Mariana de Jesús.

Específicos:

- 
- Conocer cómo se realiza una sistematización, a través de la experiencia de los Adultos Mayores “La Dolorosa” y capacitarse para realizar otras sistematizaciones de experiencias de Fundación Mariana de Jesús (FMJ).
 - Formular sugerencias y recomendaciones para la Unidad de Coordinación Regional (UGR) de la Fundación Mariana de Jesús (FMJ), sobre la participación de las familias de los adultos mayores a partir de los aprendizajes de esta experiencia.
 - Elaborar un documento que sirva de insumo para desarrollar actividades de trabajo de la institución FMJ que contribuyan con aprendizajes para mejorar las prácticas de al desarrollo integral de los adultos mayores.

3.1. Aspecto central a sistematizar / Eje central

Se plantea como aspecto central de la sistematización las acciones desarrolladas por los adultos mayores y sus familias para promover sus derechos y mejorar su trato como ciudadano.

3.2. Periodo de la experiencia sobre la cual realizará el ejercicio de sistematización


Periodo de enero del 2015 a julio 2015 (6 meses)

3.3. Personas que van a participar y/o le van a apoyar en la realización de la sistematización

- ✓ Adultos Mayores que participaron en el Proyecto Adultos Mayores La Dolorosa, Quito - Pichincha.
- ✓ Coordinadora del Proyecto Adultos Mayores La Dolorosa, Quito - Pichincha.
- ✓ Cristina Borja Técnica del Proyecto Adultos Mayores La Dolorosa, Quito - Pichincha.
- ✓ Yadira Peláez Técnica del Proyecto Adultos Mayores, Guayaquil - Guayas.
- ✓ Daniela Albán Técnica del Proyecto Educación Inclusiva, Participación Social y Desarrollo Local de Archidona - Napo.

4. ENFOQUE EPISTEMOLÓGICO

Desde el enfoque de Educación Popular, se plantea el concepto de sistematización como la creación participativa de diversos niveles de conocimiento sobre las experiencias con intencionalidad política de transformación, en contextos sociales específicos, que reconoce



y potencia la particularidad de cada experiencia. La sistematización tiene una intencionalidad comunicativa que puede fomentar procesos de aprendizaje desde las prácticas, internamente y al divulgarlas.


Compartiendo algunas de las fuentes que Oscar Jara (2012) afirma que nutren la Sistematización de Experiencias, especialmente el enfoque de la liberación, procurando contribuir a la transformación de la desigualdad y la injusticia, esto en razón al acceso al conocimiento y la producción de conocimientos y, desde ahí, aumentar las condiciones de acción ciudadana. Este trabajo busca aportar a la creación de conocimiento tomando en cuenta la realidad de nuestro pueblo latinoamericano, específicamente Ecuador. El grupo de Adultos Mayores del Centro Histórico de Quito puede aportar mucho en relación a las acciones que llevaron a promover los derechos y el buen trato como ciudadano con la participación de los familiares y la comunidad a través del Proyecto de Adultos Mayores la Dolorosa que nos ayudaran a comprender y valorar las capacidades propias del adulto mayor, en el marco de la promoción de la ciudadanía.

a. Descolonización del ser y saber

Como señala Bernal (2013), en un momento en que la modernidad está siendo cuestionada, es necesario romper la lógica de que los subalternos viven dominados, sin esperanza, con su vida en peligro constante, sin utopía, sin futuro, y en cambio afianzar nuestra propia identidad y construir nuestros propios saberes desde una perspectiva descolonizadora.

En Colonialidad del Saber, los grupos dominantes han establecido la capacidad cognitiva de los dominados y substraído, en parte. La alternativa para la descolonización del saber está en reconocer nuestros saberes locales y valorizarlos. La Colonialidad del Ser naturaliza la esclavitud y la servidumbre, legitima el genocidio en nombre del progreso (y de Dios) y banaliza la violencia, la desigualdad y la injusticia. La descolonización del ser se crea al generar conciencia de la existencia de la injusticia y desigualdad. Cuando no tenemos conciencia de lo que nos pasa, la injusticia y desigualdad puede perpetuarse en nuestra vida y las generaciones futuras.

Los Adultos Mayores cuando fueron niños y jóvenes pasaron por la dificultad de acceder a educación y salud, lo que incidió en la calidad de vida que llevan hoy, se puede recordar que en el tiempo que debían estudiar solo un grupo selecto de personas y con dinero tenían la oportunidad de estudiar, las mujeres no tenían permiso para estudiar, predominaba el



machismo, la desigualdad de género, en ese tiempo no había una buena atención en el área de salud pública como lo hay hoy en día, podríamos decir que las políticas de gobierno mantuvieron excluidos a los niños y jóvenes que ahora son adultos mayores y no se garantizó el cumplimiento de los derechos.

En la presente práctica de sistematización sería interesante abordar la descolonización del ser a través de la generación de conciencia y valoración de las capacidades propias del adulto mayor. Todo ser humano necesita ser reconocido por los grupos con los cuales se relaciona. El adulto mayor igualmente necesita este reconocimiento; sin embargo, los cambios biosicosociales desestabilizan sus valores cuando deberían reafirmarse.

Es importante resaltar los cuidados que muchos adultos mayores dan a los nietos y a otros miembros de la familia. Por lo general los abuelitos se responsabilizan de los nietos, se encargan de retirarlos de las escuelas, alimentarlos, acompañar la realización de las tareas escolares, jugar con ellos, atenderlos, mientras sus hijos terminan la jornada de trabajo. En algunos casos este cuidado también significa aportar con recursos económicos.

Para lograr el cumplimiento de derechos y el trato como ciudadano de los adultos mayores se debe reconocer la importancia de las relaciones sociales, la participación y la productividad. La participación en la sociedad es un punto clave, con la familia, en eventos sociales y culturales de nuestra comunidad, en la práctica religiosa, o temas de interés de los adultos mayores, considerando la autonomía en la decisión y capacidad crítica para poder decidir cómo quieren participar e intervenir.

5. PROCESO DE SISTEMATIZACIÓN

a. Descripción de la información existente

- ✓ Entrevistas a los adultos mayores.
- ✓ Entrevista a la coordinadora del proyecto de Adultos Mayores la Dolorosa.
- ✓ Entrevista a la fisioterapeuta de los Adultos mayores.
- ✓ Documentos de planificación.
- ✓ Diagramaciones cronológicas.

b. Cronograma

FECHA	ACTIVIDAD	PARTICIPANTES	RESPONSABLES
MARZO 2018	Establecer el plan de sistematización.	Coordinadora Iara Duarte Técnicas FMJ	Cristina Borja Yadira Pelaez Daniela Alban
ABRIL 2018	Recopilar información digital existente. Establecer el contexto de la experiencia y vincularlo con el eje de la experiencia.	Técnicas FMJ	Cristina Borja Yadira Pelaez Daniela Alban
MAYO 2018	Realizar la recuperación de la experiencia y vincularla con el eje de la experiencia.	Coordinadora Iara Duarte Técnicas FMJ	Cristina Borja Yadira Pelaez Daniela Alban
JUNIO 2018	Realizar entrevistas a las personas que fueron parte de la experiencia del Proyecto de Adultos Mayores "La Dolorosa" Análisis crítico de la experiencia. Identificar aprendizajes de la experiencia. Plantear conclusiones finales y recomendaciones	Técnicas FMJ	Cristina Borja Yadira Pelaez Daniela Alban
JULIO 2018	Correcciones, aportes finales del documento de sistematización.	Coordinadora Iara Duarte Técnicas FMJ	Cristina Borja Yadira Pelaez Daniela Alban

6. CONTEXTO DE LA EXPERIENCIA

La experiencia se desarrolló en el Centro Histórico de Quito, teniendo como antecedente que en el año 2001 se crea y entra en funcionamiento del Centro de Atención la Dolorosa para contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de los AM en situación de pobreza y extrema pobreza o desprotección social, como respuesta solidaria ante la acción de institucionalizar a los AM, para tal efecto planteó una intervención que recogió requerimientos sentidos de este



grupo, siendo estas la alimentación, la acogida, la integración social, la salud y la complementación de acciones a través de la coordinación interinstitucional.



En el año 2001 estaba vigente la Constitución de la República del Ecuador de 1998 donde se reconocía a las personas adultas mayores, como un grupo vulnerable, concepto que fue cuestionado por tener efectos discriminatorios, cambiando posteriormente con la constitución del 2008 donde se reconoce a las personas adultas mayores, como un grupo de atención prioritaria.

El Gobierno ecuatoriano garantiza a los adultos mayores los siguientes derechos: La atención gratuita y especializada de salud, así como el acceso gratuito a medicinas. Rebajas en los servicios públicos y en servicios privados de transporte y espectáculos (tales como galerías de arte, obras teatrales y otros artes). Desde el año 2007 hasta la presente, el Ecuador ha tenido una serie de cambios jurídicos, revisiones y reformas a leyes que marcan el ejercicio de los derechos de la sociedad en general y de grupos de atención prioritaria como son los Adultos Mayores, lo que evidencia un avance positivo en el proceso de reconocimiento y ejercicio de los derechos de esta población. A partir de ese año, el Ecuador ha aprobado 103 leyes, de las cuales el 30% se encasillan en la garantía de Derechos de los adultos mayores.

En el año 2015, cuando se realizó la experiencia, Fundación Mariana de Jesús, implementó el componente Participación e inclusión familiar, comunitaria y social en el Proyecto de Adultos Mayores La Dolorosa durante el año 2015, con el objetivo de fortalecer la integración y participación inclusiva de las personas adultas mayores mediante la promoción de sus derechos, buscando disminuir los niveles de exclusión intrafamiliar y social.



A continuación, se realiza una breve reseña cronológica del centro de Atención la Dolorosa hasta la actualidad.

En el año 2001 se crea el Centro de Atención la Dolorosa. En los años 2003- 2004, Fundación Mariana de Jesús, propone crear una RED, hacia finales del 2003 se da la conformación de la RED de Adultos Mayores, la misma que está integrada por: CEAM, Centro de salud 1, Patronato San José Centro, Organización de voluntariado, Comedor San Roque, Asociación 5 de la tercera edad, Fundación 11 de Febrero.

A partir del 2004 y de una confirmación de datos por Visita Domiciliaria al 100% de los destinatarios, se rediseña el proyecto con la participación de un grupo de AM (directiva) y se establecen los componentes de cuidado diario en alimentación, salud primaria (prevención y curación); recreación, organización social.

Desde el 2006 se incluye la participación en medios de comunicación, formación en derechos/ responsabilidades; y terapias ocupacionales con aporte del Patronato Municipal o de Voluntariado organizado

En marzo del 2011, Fundación Mariana de Jesús firma un convenio con la Dirección Nacional de Gerontología del MIES para ejecutar el proyecto de Atención a los Adultos mayores en situación de riesgo del Centro Histórico de Quito, Parroquia Calderón y Comunidad de Pactoloma de la parroquia de Pacto; durante este tiempo se trabaja en los componentes de nutrición, salud primaria, terapia física, terapia ocupacional, recreación, fortalecimiento organizacional.

En julio del 2012, Fundación Mariana de Jesús firma un convenio de cooperación con la Coordinación Zona 9 MIES - Pichincha para atender una cobertura de 80 AM, distribuidos en 60 AM que asisten de forma permanente de lunes a viernes, y 20 AM en la modalidad de atención



domiciliaria en San José de Monjas en el Programa Salud y Vida quienes recibían asesoramiento en acceso a derechos: jubilación universal, derivación a centros de atención especializada a servicios fiscales u otras prestadoras de servicios de salud, terapias físicas y psicológicas, trabajo con familias, gestión y conformación de redes.

En el año 2013 se mantiene el Convenio de Cooperación Económica entre la Coordinación zonal 9- MIES y la Fundación Mariana de Jesús, con el Proyecto "Adultos Mayores del Centro Histórico de Quito, Ejercen sus Derechos y Responsabilidades", atención diurna y los componentes el mismo que continúa hasta la actualidad."

Para el año 2013 -2017 En el plan apostólico en la frontera de exclusión, se identifica una de las Prioridades de adultos mayores, en donde se manifiesta: conscientes de que en la sociedad ecuatoriana mantiene invisibilizados y desatendidos las necesidades de los AM.

La FMJ tendrá presencia activa con este grupo excluido de la sociedad, organizando programas participativos con sus familias, comunidades para que tengan una calidad de vida digna, y acompañado de procesos de integración social, organización grupal y exigibilidad de derechos.

7. RECUPERACIÓN DE LA EXPERIENCIA

El envejecimiento y la vejez, como fenómenos sociales representan temas de gran trascendencia para la orientación del desarrollo de los países. El estado está llamado a responder desde las políticas públicas a las nuevas dinámicas y transformaciones en las estructuras sociales, comprendiendo las implicaciones de tener una población que envejece todos los días y aumenta de manera acelerada y constante.

El derecho a la protección de las personas de la tercera edad, al establecer que el Estado, la sociedad y la familia concurren en el deber de proteger y asistir a las personas mayores y deben así mismo, promover su integración a la vida activa y comunitaria. Adicionalmente se previó que el Estado está en la obligación de garantizar a las personas mayores en caso de indigencia los servicios de seguridad social integral.

Al ejecutar las vistas domiciliarias y el análisis de la información recopilada, fue posible identificar las condiciones de vida de algunas personas mayores que se beneficiaban del Centro la Dolorosa y teniendo en cuenta aspectos relevantes es esta información, como la ocupación, el nivel de escolaridad, las relaciones intrafamiliares y los ingresos, fue posible generar una



propuesta que en general pensara en las necesidades , intereses y problemáticas presentadas en las adultas y adultos mayores, buscando así contribuir en el mejoramiento de su calidad de vida.

Surgió la propuesta de brindar a personas mayores, espacios en donde se trabajaron temas relevantes para su vida familiar, social y personal, haciéndolos participes de ambientes favorables que les permitieron se parte activa de un grupo y de una sociedad. Se implementaron talleres y conservatorios desarrollando focos como el conocimiento de si mismo, autoestima, los valores, los derechos, los deberes, el liderazgo, la residencia, la salud, la buena alimentación, la política para el envejecimiento y la vejez, temas de cultura general y aprovechamiento de tiempo libre a partir de actividades complementarias, en donde mujeres mayores pudieron involucrarse desarrollando destrezas manuales.

Ocupar su tiempo libre, sentirse parte importante de un grupo y en general vivir experiencias que ayudaran a mejorar su calidad de vida, y donde se espera que las personas que participaron en dicha propuesta de intervención, multipliquen los saberes adquiridos, compartiéndolos y siendo agentes generadores de cambios sociales, teniendo en cuenta que en la actualidad las personas mayores son parte importante en nuestra sociedad y es necesario que ellos se empoderen y dejen de lado el asistencialismo siendo parte activa. Compartiendo las vivencias y experiencias que les permitan el desarrollo social, recreativo y económico.

Para construir la recuperación de la experiencia de los Adultos Mayores y la participación e inclusión familiar se tomará en cuenta dos aportes, el primero del Proyecto de Adultos Mayores del Centro Histórico de Quito y el segundo aporte será del proyecto de Adultos Mayores de Guayaquil.

Aporte Proyecto de Adultos Mayores la Dolorosa Centro Histórico de Quito – Pichincha

El componente Atención integral planteó como objetivo mejorar el nivel de autonomía, habilidades y relaciones interpersonales de las personas adultas mayores a través de servicios de calidad que aporten a su desarrollo integral, durante el primer semestre del año 2015 la directiva de AM contó un plan de gestión, realizaron reuniones mensuales con los AM y participaron en cuatro talleres para promover la participación y liderazgo.



La directiva de AM con apoyo técnico gestiona visitas trimestrales con las autoridades locales el MIES - Salud, Municipio - vialidad terrestre para informarse sobre el avance de políticas públicas. Así mismo la directiva gestiona la participación en eventos culturales, musicales, en la radio y prensa escrita.

El componente Participación e inclusión familiar, comunitaria y social en el Proyecto de Adultos Mayores La Dolorosa durante el año 2015, tuvo como objetivo fortalecer la integración y participación inclusiva de las personas adultas mayores mediante la promoción de sus derechos, buscando disminuir los niveles de exclusión intrafamiliar y social.

Los AM participaron en 2 casas abiertas en febrero y mayo del 2015 promoviendo los derechos de los AM, los AM participaron activamente junto con los familiares en eventos festivos de integración realizados en mayo y julio, Los familiares de los AM participaron activamente todos los meses en las actividades de los AM, realizaron acompañamiento a citas médicas, sesiones de terapias de rehabilitación, además los familiares recibieron capacitaciones sobre manejo de recetas saludables de los AM, manipulación de alimentos, técnicas de cuidado y protección de AM. Los AM también participaron paseos y giras de observación en febrero y mayo.

Los componentes de Atención integral - Organización de Adultos Mayores y participación e inclusión familiar de acuerdo a Cristina Borja, fisioterapeuta del Centro, fueron importantes en varios aspectos: “El 2015 es un año de mucha actividad en cuanto a organización y visibilización de AM trabajando con familiares, realizando incidencia pública trabajando de forma organizada con AM, fue un año trascendental porque los AM tenían mayor empoderamiento, se auto-direccionaban y crearon su propio plan de actividades de acuerdo a las necesidades de ellos”.



Con relación a la familia del adulto mayor “Hubo mayor interés y responsabilidad de los familiares, muchas veces los familiares no conocían las responsabilidades y abandonan a los adultos mayores”.

La compañera Olga Díaz, participo en el Proyecto La Dolorosa en el año 2015, comenta: “En la plaza de Santo Domingo hacíamos reclamos para que nos traten bien a los adultos mayores en los transportes”. Este año fue importante la organización de los AM porque realizaban de forma autónoma sus reuniones y empezaron a gestionar peticiones para dar cumplimiento a sus derechos con las instituciones de la ciudad.

Cuando se hicieron talleres con los familiares la compañera Olga Díaz indica que “Los familiares se dedicaron a estar más pendientes de los Adultos Mayores que participaban en el proyecto”. Durante los talleres realizados con los familiares se abordaron temas de nutrición, derechos de los AM y gerontología, también se creaban espacios de integración y recreación esto permitió que los familiares comprendan mejor a los AM y se mejore los vínculos entre AM y familiares.

En el proceso fue fundamental que los familiares colaboren y se comprometan a apoyar a los AM, permitiendo que participen en grupos y se relacionen con otras personas. Además, fue sustancial que conozcan las actividades que realizan en el centro de AM, de esta manera los familiares fueron conscientes de las necesidades de los AM en la salud, recreación, alimentación, participación con la familia y la sociedad, de esta manera se ayudó a promover los derechos y se mejora el trato como ciudadano. Los adultos mayores que participaron en este proceso tomaron más conciencia de sus derechos y responsabilidades.

Raquel Cepeda ha participado varios años en el Centro la Dolorosa, ella comento: “cuando mi nuera participó en los talleres del proyecto, se encargó de informar a mis hijos sobre las actividades que yo realizaba en el Centro de Adultos Mayores La Dolorosa”, en muchas ocasiones los hijos de Raquel no comprendían que el Centro de Adultos Mayores (AM) era importante para ella. En el Centro Raquel cantaba, tocaba guitarra, realizaba actividades de recreación con las y los compañeros del centro de AM la Dolorosa. Raquel indicó que sus obligaciones y responsabilidades las cumplía cuando dejaba todo en orden en casa, madrugando a las 4H30, ayudando con la preparación del desayuno y almuerzo para la familia.



Es importante resaltar los cuidados que muchos adultos mayores dan a los nietos y a otros miembros de la familia. Estas vivencias ayudaran a comprender y valorar las capacidades propias del adulto mayor, en el marco de la promoción de la ciudadanía.

Aporte Recuperación de La Experiencia Adultos Mayores Guayaquil



El trabajo con los adultos mayores se inició en el sector de la perimetral norte de la ciudad de Guayaquil (sector marginal), donde se cuenta con un centro médico de atención primaria tanto curativa como preventiva. Uno de los trabajos preventivos realizados fueron las visitas domiciliarias a los adultos mayores que por situación de salud o situación económica no acudían a un centro médico. A través de las visitas domiciliarias se pudo identificar las condiciones de vida de 45 personas de la edad comprendida entre 60 a 80 años. Adultos mayores que prácticamente pasaban solos en sus casas, unos se encuentran al cuidado de sus nietos y otros se encuentran abandonados por sus hijos, algunos viven con sus parejas, otros simplemente solos a espera que en cualquier momento Dios se acuerde de ellos y se los lleve, sin tener una esperanza de vida.

Algunos adultos mayores manifestaban que se querían dedicar a algo, que ya no quería estar sin realizar alguna actividad, que si existiera algún lugar donde ellos puedan estar activos y puedan compartir con otros adultos mayores ellos irían. De este interés y necesidad se identificó en los adultos mayores la idea de realizar algo por ellos y darle una esperanza de vida y de que ellos se sientan útiles en la vida, porque ser adulto mayor no es sinónimo de vejez más bien es un ser lleno de luz y de experiencia.



La propuesta surgió en implementar estrategias de intervención de trabajo social, con espacios donde se realizarán talleres y conservatorios sobre temas de importancia para la vida familiar, social y personal, haciéndolos participe de ambientes favorables que les permitieran ser parte activa de un grupo y de una sociedad. Entre los temas que se trabajaron estuvieron: el conocimiento de sí mismo, autoestima, los valores, los derechos, los deberes, el liderazgo, en temas de salud como nutrición una correcta alimentación, enfermedades más frecuentes de la edad, bailoterapia, terapias ocupacionales, donde puedan fortalecer sus conocimientos y ponerlos en práctica, también enseñarles a leer y escribir, ya que algunos de ellos no sabían leer ni escribir. Así mismo se les enseñó a desarrollar destrezas manuales como elaboración de jabones, almohadas, y bocaditos y que muchos de ellos aprovecharon esos conocimientos adquiridos como fuente de ingreso para ellos.



Después de realizar la implementación de dichas estrategias de intervención, se realizó un análisis de estas a través de una entrevista semiestructural , para identificar cuáles fueron los beneficios , obteniendo como resultado que estas ayudaron a que las personas mayores aprovechen su tiempo libre fortalecieran y compartieran saberes de temas de interés y cultura general, desarrollaran y fortalecieran habilidades manuales y sobre todo que su autoestima se elevara, sintiéndose importantes , activos y que son independientes.



Al finalizar se realizó un taller mostrando las destrezas de los adultos mayores a la comunidad y a la familia de esta manera demostraron que son seres que a pesar de su edad tienen grandes oportunidades en la sociedad.

8. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN CRÍTICA DE LA EXPERIENCIA

La sistematización del proyecto se enfocó en la vivencia de cada una de las personas. Más allá de las estrategias técnicas que se haya utilizado, hay un proceso que es válido de documentar, es el cambio el crecimiento emocional y psicológico que cada una de las personas que llegaron a los talleres lograron trabajar sin darse cuenta de ello. El objetivo principal del proyecto es darle un cambio en su vida para su mejoramiento tanto en el estado físico, mental y emocional. Para lograr este aprendizaje, fue necesario fortalecer la confianza y la seguridad en ellos. Romper mitos, barreras psicológicas y críticas que hace la sociedad sobre las personas adultas mayores.



El compartir, escuchar y ser escuchadas, facilitó un ambiente de solidaridad y sonoridad. Al comienzo no fue fácil lograr que ellos participaran en los talleres debido a que algunos de ellos tenían responsabilidad de cuidar a sus nietos y otros tenían miedo o vergüenza de participar porque consideraban que ya estaban muy mayorcitos para realizar ese tipo de actividades, otros en cambio no dudaron en participar, fue una lucha constante en poderles cambiar su mentalidad de hacerles sentir que son seres que tienen vida y que deben disfrutar cada momento.



Para esto se tuvo que realizar varias visitas a sus casas con ayuda de personas profesionales en psicología para ayudar en elevar su autoestima. Los que tenían nietos que muchos eran niños de etapa escolar lo invitábamos para que sean partícipes de las actividades que realizaban sus abuelitos.

Al comenzar de los 45 abuelitos asistían 10 y todas mujeres, con paciencia y amor y al ver el cambio de su vida, que se las veía más contentas y que se sentían queridas escuchadas y que tenían su tiempo ocupado, fueron poco a poco integrándose más personas.

Cada día que asistían ellos al taller era una alegría, ver el comportamiento de ellos como si fueran niños, cada uno contaba cómo se sentía y lo feliz que estaban y de que al fin hubo alguien que se acordó de este grupo etario.

Con ellas al final del mes se realizaba ferias para que la comunidad y algunas instituciones tanto públicas como privadas vean el trabajo que realizaban los AM y que a pesar de la edad que tenían ellos son personas productivas.

Sistematizar este proyecto es una experiencia inolvidable, permite conocer la transformación social de los adultos mayores, en brindarles una mejor calidad de vida y darles la atención que se merecen, y el amor que muchos de ellos los había perdido, es darle una nueva oportunidad de vida y de sentirse vivos y productivos, porque la vejez no es signo de invalidez sino de experiencia y sabiduría.

9. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES



Fundación Mariana de Jesús, implemento el componente Participación e inclusión familiar, comunitaria y social en el Proyecto de Adultos Mayores La Dolorosa durante el año 2015 en el centro Histórico de Quito, con el objetivo de fortalecer la integración y participación inclusiva



de las personas adultas mayores mediante la promoción de sus derechos, buscando disminuir los niveles de exclusión intrafamiliar y social. Durante el proceso de sistematización el aporte de la experiencia del proyecto de Adultos Mayores de Guayaquil mostro que se ha logrado la visibilización y valorización de las capacidades propias del adulto mayor, en el marco de la promoción de la ciudadanía a través de los procesos de participación e inclusión familiar.

Es necesario apoyarse en el desarrollo de hábitos de vida saludable, físicos y mentales, la formación a través del reconocimiento de capacidades y competencias, la promoción de la igualdad de oportunidades, el fomento de la autoestima y la participación de las personas mayores en la sociedad, desde su experiencia, formación, valores, incidiendo en el papel de la familia y la comunidad.

Este aprendizaje en la sistematización nos ha llevado a algunos resultados como es el plasmar y visibilizar la necesidad de seguir incentivando al Adulto Mayor a su visibilización e inserción familiar.

Sistematizar el proceso que han tenido los Adultos Mayores es una experiencia inolvidable, que permite conocer la trasformación social de los adultos mayores, en brindarles una mejor calidad de vida y darles la atención que se merecen, y el amor que muchos de ellos los había perdido, es darle una nueva oportunidad de vida y de sentirse vivos y productivos, porque la vejez no es signo de invalidez sino de experiencia y sabiduría.

La familia debe ejercer un papel con mayor protagonismo ante el Adulto Mayor, para lograr que el mismo tenga una mejor visibilización en la sociedad. Es muy importante el papel de las redes familiares, sociales y comunitarias para lograr el bienestar general de los adultos mayores.

El trabajo realizado en el Proyecto de Adultos Mayores de Fundación Mariana de Jesús en cuanto a su participación es grande, pero debemos buscar nuevas estrategias que permitan aumentar esta visibilización y por qué no proponer un trabajo en RED con otros grupos o centros de Adultos Mayores, para lograr una mejor participación de este grupo etario.



Es recomendable capacitar al Adulto Mayor sobre sus derechos, responsabilidades ante la sociedad, para que los mismos puedan exigirlos y cumplirlos. Con el fin de que se presenten con voz activa y sean tomados en cuenta en los accionares sociales.

La formación permanente ayuda a mejorar el bienestar social de los Adultos Mayores. Hay que mencionar los centros de adultos mayores, son espacios donde no sólo se organizan actividades de ocio, cursos, sino que de manera progresiva los usuarios de estos centros se han ido incorporando no solo a la participación en actividades sino también en la planificación y organización.

