

**RESULTADOS DEL PROYECTO:**  
"Sistematización del proceso de conformación, funcionamiento y fortalecimiento de redes de apoyo de adultos mayores originadas por la operación del Programa de Educación no Formal, en el Distrito Federal y el estado de México."

---

Ciudad De México,

Enero de 2007

Fundación Cáritas Bienestar del Adulto Mayor  
**FUNBAM**

## **INTRODUCCIÓN.**

Los datos presentados en este documento incluyen básicamente resultados del ejercicio de sistematización realizado en una muestra de 100 personas adultas mayores y 17 educadores solidarios, quienes aportaron información valiosa respecto del proceso seguido en materia de la conformación, funcionamiento y fortalecimiento de las redes de apoyo generadas a partir de la aplicación de un programa educativo no formal operado por la organización denominada Fundación para el Bienestar del Adulto Mayor, IAP, (FUNBAM) institución que desde hace más de 10 años promueve una estrategia de intervención social mediante la cual propicia, entre otras acciones, la formación de redes o bien fortalecerlas, de manera que las personas mayores dispongan de un mecanismo que les permita incrementar sus niveles de bienestar.

El trabajo de sistematización fue posible realizarlo gracias al apoyo financiero facilitado por el Instituto Nacional de Desarrollo Social (Indesol); merece también destacarse el apoyo brindado por las y los voluntarios, los adultos mayores y diversos líderes participantes en el proceso educativo impulsado por la FUNBAM en comunidades de las jefaturas delegacionales Iztapalapa y Xochimilco, los municipios de Naucalpan de Juárez y Tlalnepantla de Baz, estado de México, además del personal institucional de la propia FUNBAM.

A lo largo del tiempo empleado para realizar el estudio, se integraron básicamente tres documentos técnicos: en el primero se recupera y reconstruye el proceso generado en materia de la creación, funcionamiento y fortalecimiento de las redes de apoyo generadas a partir de un programa educativo no formal impulsado por la FUNBAM; en el segundo se integra una diversidad de testimonios provenientes de quienes participan como educadores solidarios en dicho programa educativo y de los propios adultos mayores, respecto de los beneficios atribuidos al hecho de trabajar en red; en el tercer se analizan los mecanismos y la lógica que ha permitido a las personas mayores trabajar

en red y finalmente, en este documento se proporcionan los resultados del estudio en su conjunto, donde se recuperan los elementos que han facilitado u obstaculizado el trabajo en red, las formas de participación de las personas mayores, los apoyos que se transfieren e intercambian, la percepción de los beneficiarios hacia esa modalidad de trabajo, entre otros.

La participación de los AM en los procesos educativos de la red grupal, refuerza su percepción de que son personas valiosas que merecen un trato digno y el que los aprendizajes los llevan a fortalecer el ejercicio de sus derechos, contribuyendo a la conformación de una percepción desde sí mismos contraria al supuesto que atribuye pasividad les considera incapaces de buscar recursos propios o salir del ámbito familiar para gestionar la satisfacción de sus necesidades.

La opinión de los AM denota su percepción de que la sociedad debe cambiar la imagen que tiene de quienes se encuentran en esta etapa de la vida en el sentido de revalorizar a la población considerando lo que han aportado a la sociedad a lo largo de sus vidas y que el ser AM no los hace incapaces de ser responsables, concientes y participantes de lo que ocurre en la comunidad y en la sociedad.

Los adultos mayores participantes en las sesiones de los grupos del PENF manifiestan sentido de pertenencia o de comunidad cuando hablan en plural de sus luchas por servicios dignos para adultos mayores, cuando expresan sus deseos de trabajar por el grupo y por una imagen valorada del adulto mayor.

Es notorio que los hombres son quienes menos presencia tienen en los grupos. Por otra parte, en las actividades que se desarrollan como parte del proceso educativo del PENF se evidenció que una estrategia para mantener la participación de los miembros de un grupo es el modelo educativo que promueve en el que parte de su funcionamiento descansa en la participación de AM que intervienen como educadores solidarios.

Resulta interesante como los AM identifican claramente lo que en su opinión son los asuntos de interés público o de la comunidad más importantes en estos momentos son: la inseguridad, la pobreza y la falta de trabajo y las elecciones.

Los efectos de la percepción de los adultos mayores derivados de su participación en el PENF, refuerza su motivación por participar en la comunidad como un grupo de apoyo.

A pesar de que muchas mujeres no tuvieron estudios y algunas no saben leer, la enseñanza y el aprendizaje de actividades resultan muy importantes como motivadores de la participación en los grupos. La autorrealización en las mujeres adultas mayores tiene un significado notable en su calidad de vida desde el hecho de que el reconocimiento de sus capacidades hace que recuperen o fortalezcan la autoestima.

El significado de las mujeres adultas mayores con respecto al papel de las redes de apoyo por medio de su participación en grupos organizados refleja otras necesidades en la vida de la población adulta mayor. Dichas necesidades incluyen afecto, compañía, apoyo recíproco y fortalecimiento de la autoestima.

El funcionamiento de las redes comunitarias de apoyo derivadas de la operación del PENF tiene un impacto significativo en el mejoramiento de la calidad de vida de la población adulta mayor participante en este estudio.

Conforme a sus testimonios, tanto para las mujeres como para los hombres, su participación en estos grupos les permite tener un sentido de pertenencia y una identidad entre pares con experiencias similares.

Es notable el aprecio por parte de los AM de las acciones que se dirigen a ellos y valoran especialmente su posibilidad de aprender, de participar en procesos educativos que les permitan tener acceso a nuevos conocimientos o consolidar los que han adquirido a lo largo de sus vidas.

**RESULTADOS DE LA EXPERIENCIA DEL PROYECTO:** “Sistematización del proceso de conformación, funcionamiento y fortalecimiento de redes de apoyo de adultos mayores originadas por la operación del Programa de Educación no Formal, en el Distrito Federal y el estado de México.”

### **1. Equipo y metodología de sistematización.**

El equipo de sistematización se integró por una coordinadora general, dos investigadoras titulares que formularon la propuesta y desarrollaron el proyecto, además de una ayudante de investigación. La coordinadora y las dos investigadoras son parte de Tránsito AC y la auxiliar de la FUNBAM.

Para los propósitos de este proyecto la sistematización se concibe como ordenamiento, reconstrucción y reflexión analítica sobre una experiencia, reconociendo la lógica del proceso y distinguiendo aciertos y errores.

La sistematización se centró en el proceso de conformación, funcionamiento y fortalecimiento de las redes de apoyo de adultos mayores, generadas a partir del desarrollo de un programa educativo no formal impulsado por la FUNBAM con voluntarios locales y adultos mayores.

La metodología utilizada para desarrollar el proyecto, se apoyó en las orientaciones y lineamientos generales de las propuestas metodológicas para la sistematización de experiencias provenientes de: “Escuela para el Desarrollo” (Ma. de la Luz Morgan, 1995) y “Alforja” (Oscar Jara, 2000) así como en el “Método de análisis cualitativo basado en conceptos” (José Cortéz, 2000)

El proyecto de sistematización se diseñó conforme a los siguientes objetivos:

➤ General:

Sistematizar la experiencia de conformación, funcionamiento y fortalecimiento de redes de apoyo de adultos mayores, originadas por la operación del Programa de Educación no Formal con Adultos Mayores para reconocer, analizar y reconstruir el proceso, las características y perspectivas de las redes e identificar los aprendizajes que signifiquen bases para su extensión, para apoyar experiencias similares y para contribuir al diseño de políticas públicas tendientes a fortalecer mecanismos para enfrentar las condiciones de vulnerabilidad de este grupo de población.

➤ Específicos:

- Ordenar la experiencia en materia de fortalecimiento de redes de apoyo, a partir de una descripción cronológica de la práctica y de los actores participantes, identificando propósitos y resultados obtenidos.
- Reconstruir y recuperar desde la práctica el proceso de fortalecimiento de las redes de apoyo del adulto mayor a partir de las experiencias de las figuras participantes en un programa educativo no formal.
- Determinar relaciones y lógica interna del proceso de fortalecimiento de las redes de apoyo social del adulto mayor a partir de su experiencia en un programa no formal.
- Reconocer los aprendizajes identificados para integrar el reporte de sistematización de la experiencia en materia de fortalecimiento de redes de apoyo del adulto mayor participante en un programa no formal.

## 1.1 Método

El método desarrollado para la sistematizar esta experiencia consideró 2 fases:

### **A. Reconstrucción/recuperación del proceso.**

El propósito de esta fase consistió en reconocer el proceso de construcción de la capacitación de los educadores solidarios hasta llegar a la etapa de aplicación de contenidos, metodología y materiales utilizados con adultos mayores.

Para llevar a cabo esta fase del proceso de sistematización, se sostuvieron encuentros con los responsables del Programa de Educación No formal (PENF) de la Fundación para el Bienestar del Adulto Mayor, los voluntarios que han sido capacitados como educadores solidarios (ES) y una muestra de 100 adultos mayores (AM) apoyados por la institución referida.

Las actividades realizadas para esta fase fueron:

- Revisión y análisis de documentos que sustentan el proceso de capacitación de los educadores solidarios de 2004 a la fecha, así como reportes de bitácoras, evaluaciones diagnósticas y sumativas aplicadas en los cursos taller de capacitación impartidos por el equipo de capacitación de la institución.
- Entrevistas con la Coordinadora del Programa de Formación de Educadores Solidarios de la Fundación para el Bienestar del Adulto Mayor.
- Reconstrucción de la cronología de la experiencia de capacitación del PENF.
- Integración de la matriz de preguntas de sistematización.
- Determinación de los contenidos de los instrumentos de sistematización.

- Diseño de los instrumentos de sistematización.
- Aplicación de instrumentos de sistematización:
  - Cuestionarios al equipo institucional participante en la capacitación en el D. F. y México, 3 personas.
  - Entrevistas al equipo institucional participante en la capacitación en el D. F. y México 6 personas.
  - Observación de 4 sesiones de capacitación a educadores solidarios en el D. F. y México.
  - Cuestionarios a 14 educadores solidarios en el D. F. y México.

La aplicación de los instrumentos enunciados se llevó a cabo durante los meses de septiembre a mediados de noviembre del 2006.

## **B. Análisis/interpretación.**

En esta fase se explica en un primer momento el proceso, identificando los aprendizajes surgidos de la experiencia. Se analiza el proceso en sus distintos elementos para identificar la lógica interna y las relaciones que se establecieron. Las actividades realizadas para esta fase fueron:

- Integración de los siguientes catálogos de clasificación de respuestas:
  - Ejes de sistematización
  - Operacionalización de preguntas de sistematización aportadas por el equipo institucional y los educadores solidarios.
  - Recuperación de experiencias desde la perspectiva del equipo institucional y los educadores solidarios y,
  - Guía para la reconstrucción de la experiencia con adultos mayores

El reporte presenta los resultados más destacados respecto de la contribución que la redes grupales tienen, mismas que se construyeron a partir de la operación del PENF, en la vida de los AM participantes en las



zonas donde se realizó la investigación: las Delegaciones Iztapalapa y Xochimilco del DF y en Tlalnepantla de Baz y Naucalpan de Juárez, del Estado de México.

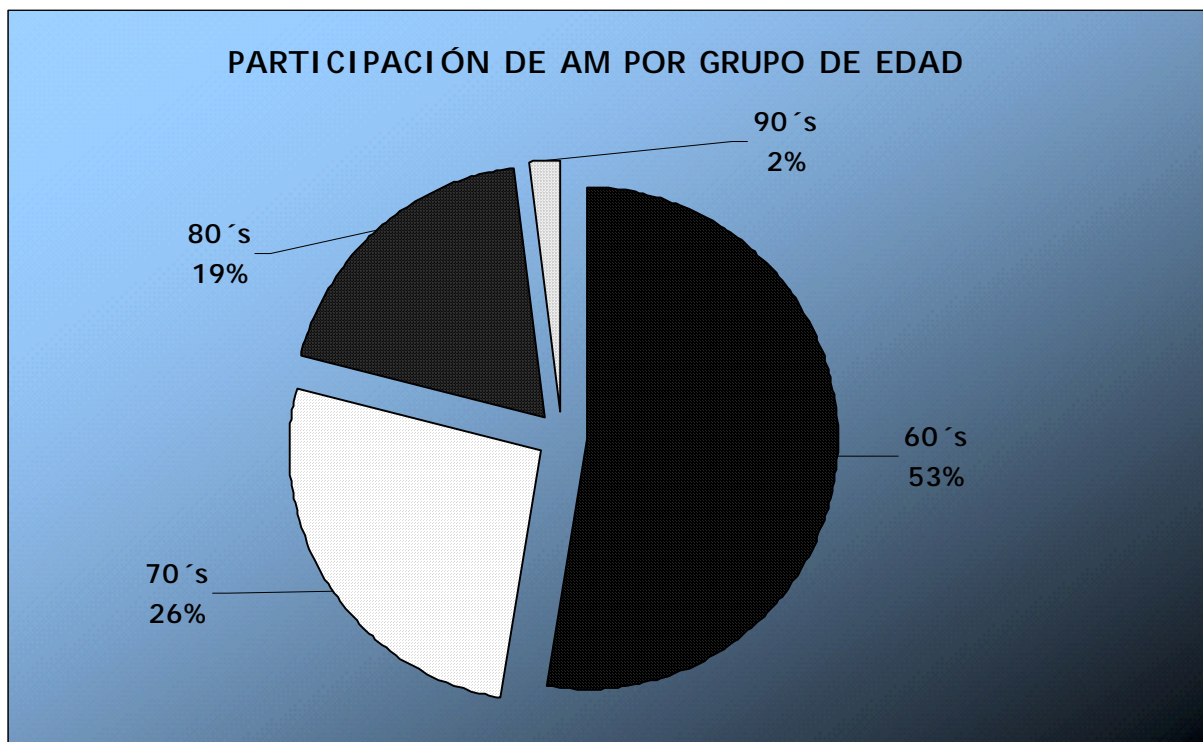
Para fines de este estudio la población seleccionada fueron hombres y mujeres mayores de 60 años, el universo se conformó por 100 adultos mayores que participan en 25 grupos en los que opera el PENF en las zonas indicadas.

Se trato de incluir a todos los participantes del grupo que asistieron los días de levantamiento de la información (cuestionario y entrevista) sin considerar el tiempo de participación en el grupo como criterio de selección.

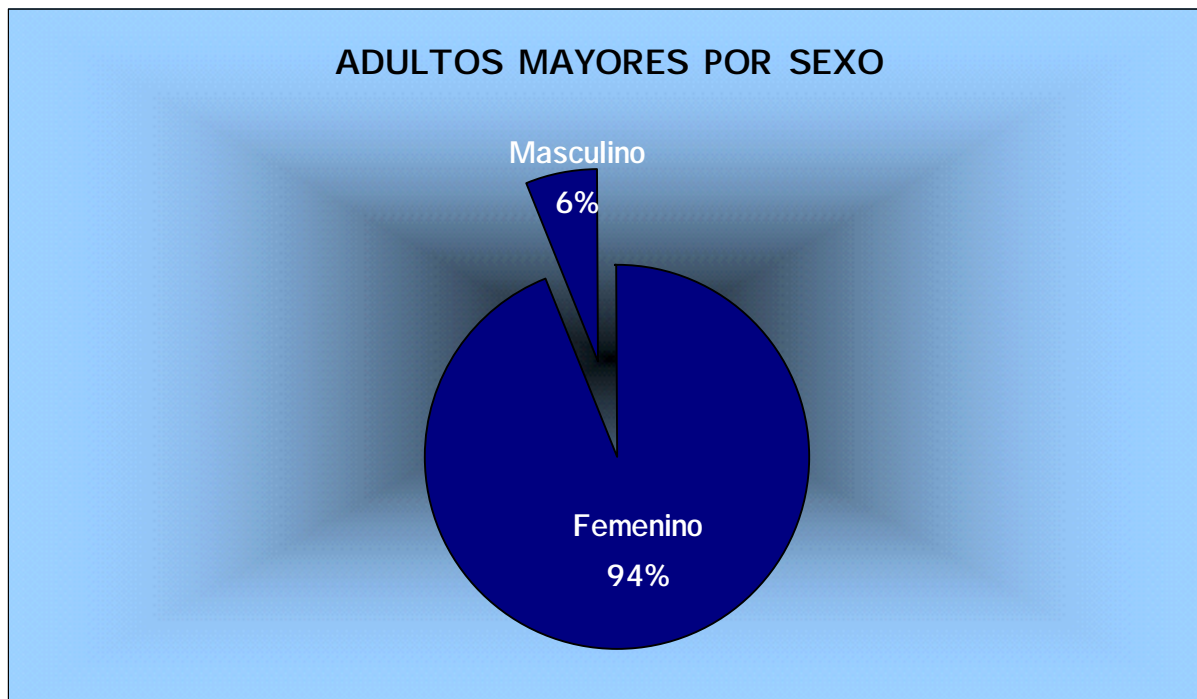
## 2. PERFIL DEL ADULTO MAYOR

### 2.1 CARACTERÍSTICAS GENERALES

El universo de la muestra de estudio fue de 100 AM cuyas edades oscilan entre los 60 y los 95 años. La población que tiene entre 60 y 69 años de edad representa más del 50% de los AM que participan en el PENF.



Del total de AM es notable la participación femenina que representó el 94% lo que significa que la mayoría de los grupos se conforma únicamente por mujeres.



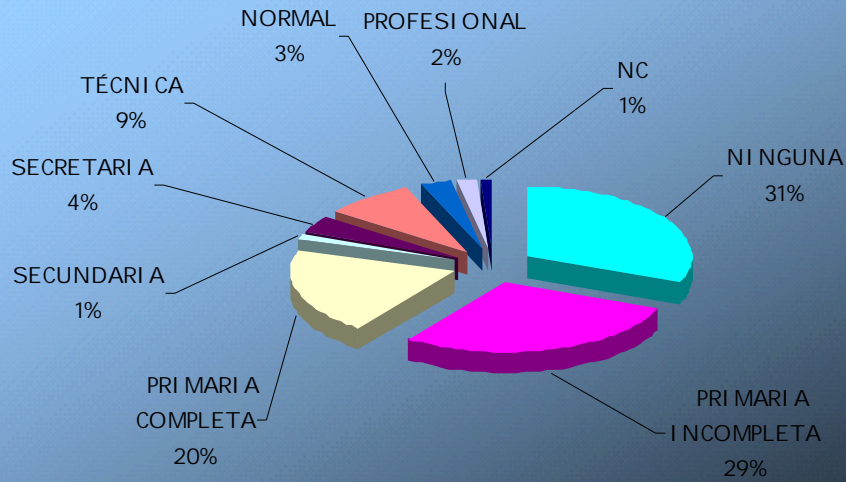
La religión católica corresponde al 100% de los AM.

Con relación a su estado civil, destaca que cerca del 60% declaró viudez y sólo un 4% correspondería a personas de sexo masculino. Considerando su condición de estado se observa que la mayoría viven sin pareja ya que solo el 30% declara estar casado o vivir en unión libre.

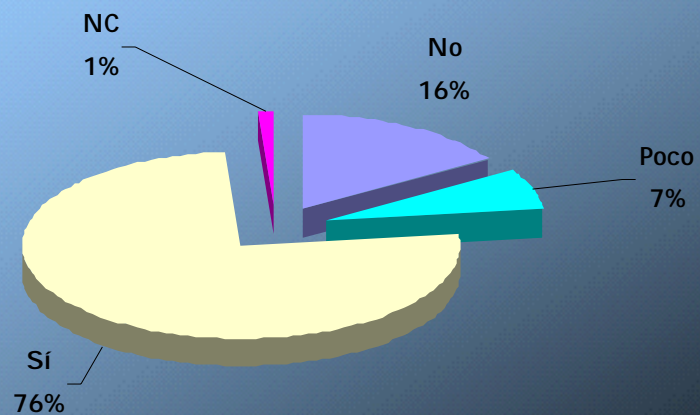


Con relación a la escolaridad casi un tercio de los AM (31%) no asistió a la escuela y otro tanto (29%) no concluyó la educación primaria, condición que corresponde a una de las características de los AM en el país, su menor nivel de instrucción. El nulo o escaso manejo de la lectura y escritura alcanza al 23% de la muestra; quienes se declararon en condición de analfabetismo representan el 16% de los AM mientras que el reconocimiento de saber leer y escribir poco o únicamente saber leer ocurre en el 7%.

## ESCOLARIDAD DE LOS ADULTOS MAYORES



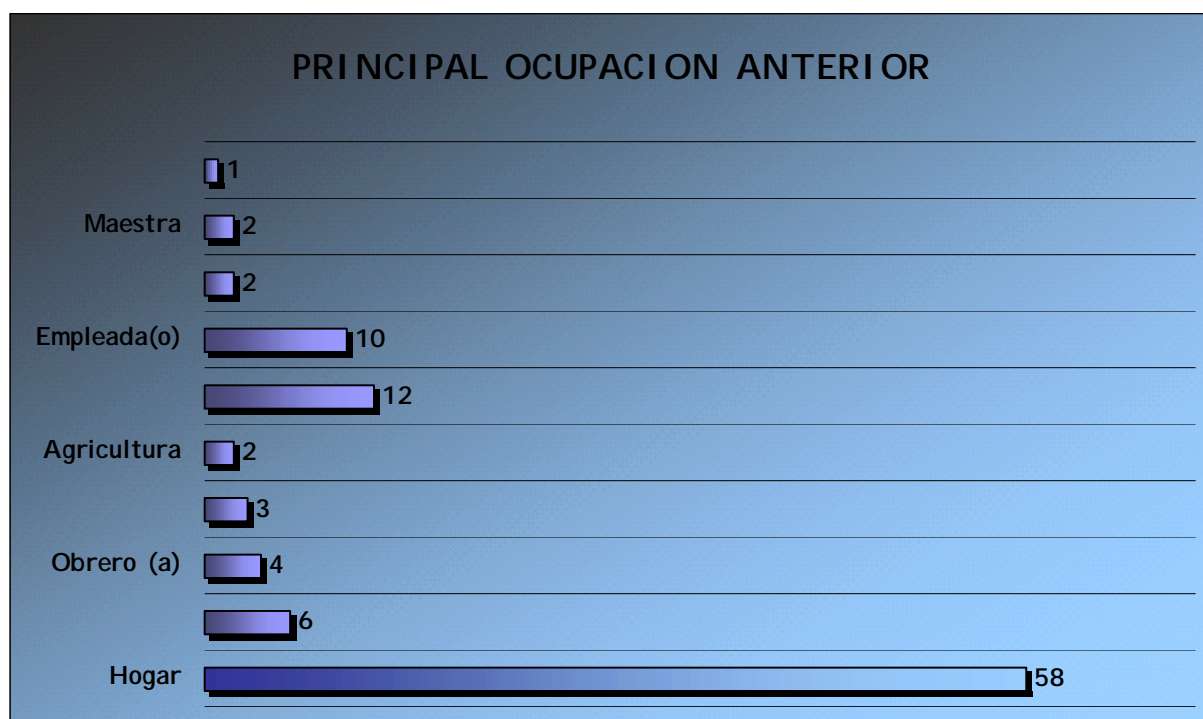
## CONDICIÓN DE ALFABETISMO DE LOS ADULTOS MAYORES

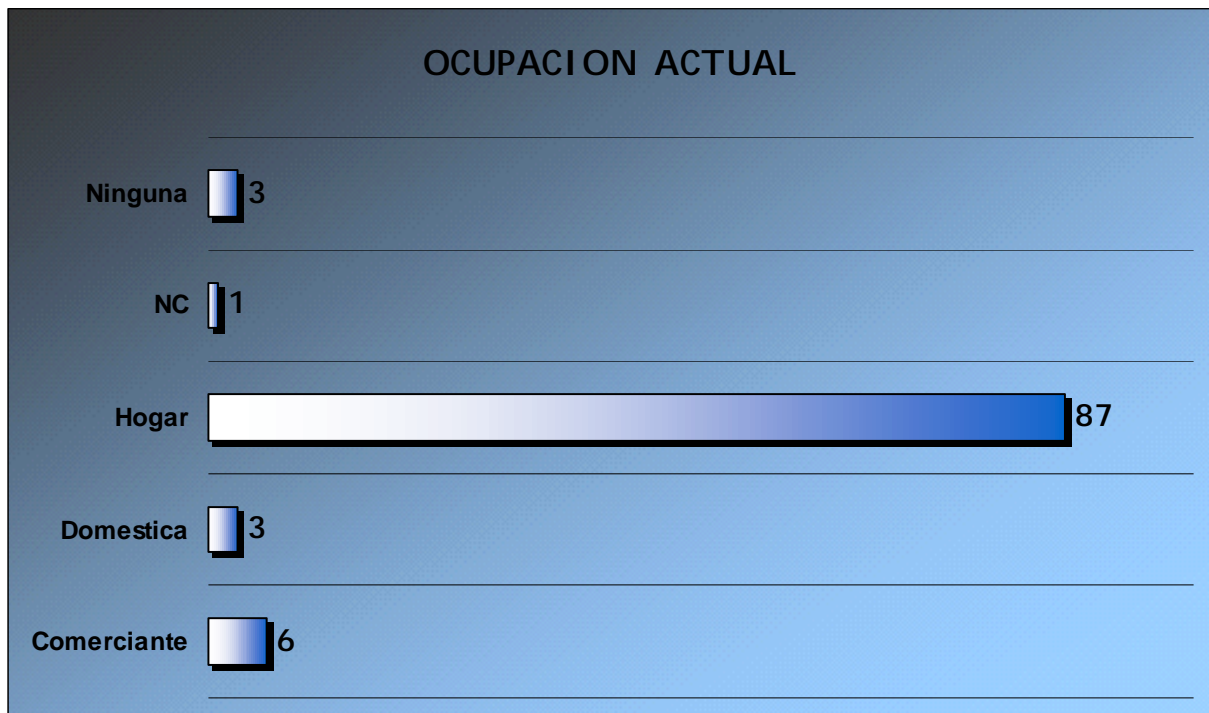


Al relacionar el nivel de escolaridad declarado con otras variables del cuestionario, se observó una tendencia general de los AM a mantenerse autónomos e interesados en adquirir nuevos conocimientos,

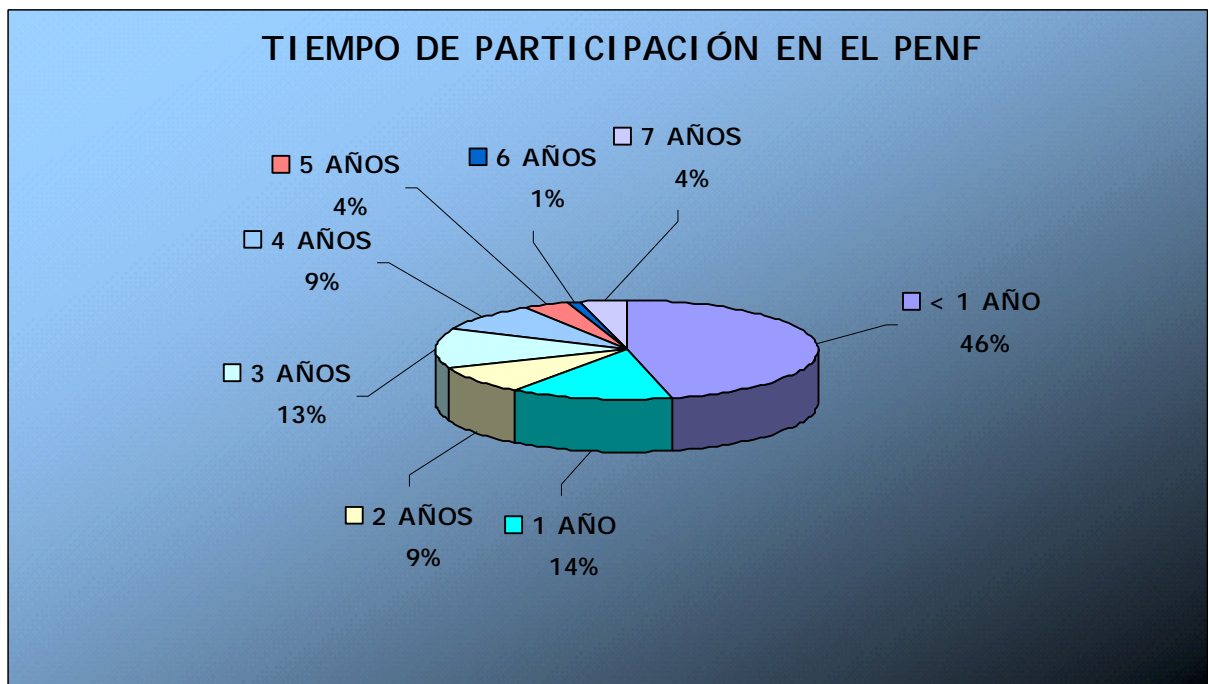
especialmente sobre formas de entenderse y cuidarse a sí mismos y tener una vejez mejor en términos de su calidad de vida.

El 58% de la muestra declaró al hogar como su principal ocupación anterior, característica que se asocia a tratarse de un universo conformado principalmente por población femenina, perteneciente a una generación en que uno de los roles de género determinantes fue su dedicación a la actividad doméstica en su hogar. Respecto a su ocupación actual, 87% declara tener como actividad principal el hogar, mientras el 16% indicó seguir teniendo una actividad diferente que les significa una percepción económica.





Cerca de la mitad de los AM (46%) tiene un tiempo de participación en su grupo menor a un año, el 36% ha participado entre 1 y 3 años en su grupo y 4% tiene 7 años en el PENF.



Un aspecto relevante, asociado a los cambios demográficos, es el relativo a la disposición del tiempo libre de los AM. La principal limitación que manifestaron los AM para dejar de asistir a las sesiones del grupo, se refieren a problemas de salud, ya que en general se reconoce al grupo como el principal espacio en que pueden relacionarse con otros pares y en el que perciben amplias posibilidades para: entenderse, identificarse, distraerse, ayudarse.

El destinar parte de su tiempo libre en asistir al grupo es la condición para la conformación y funcionamiento de las redes de apoyo al AM, de ello depende la operación regular de los grupos en que se desarrolla el PENF.

En la totalidad de los AM entrevistados, destaca la importancia que le conceden al uso de su tiempo libre para participar en actividades que les permiten relacionarse con otros AM y tener aprendizajes sobre temas que les ayudan a tener un mejor cuidado de si mismos. Por las respuestas de los AM, su participación en este tipo de grupos contribuye de manera notable a atenuar problemas de autoestima y soledad además de estimular su capacidad de seguir aprendiendo.



### 3. PROCESO DE FORMACIÓN, FUNCIONAMIENTO Y FORTALECIMIENTO DE LAS REDES DE APOYO DE LOS ADULTOS MAYORES.

#### 3.1. Mecanismos para la formación de redes.

- De cómo se han formado las redes en el marco del PENF.

	ANALISIS
1. ¿Participa usted en el grupo desde que se formó?	A excepción de uno, todos los educadores solidarios entrevistados participaron en la formación de su grupo. De los adultos mayores encuestados, 32 participaron en la formación de su grupo y el resto no.
2. ¿Recuerda cómo se formó el grupo? Sí/No	De los adultos mayores encuestados, 21 recuerdan como se formó el grupo, 32 no y el resto no contestaron
2. Bis. ¿Quién lo impulsó, cómo lo organizaron, cómo se enteró y empezó a participar?	<p>Los grupos se iniciaron a través de invitación en las Iglesias, principalmente de los sacerdotes, aunque también se menciona la participación de otras personas, visitando a los adultos mayores en sus casas, pidiendo a los asistentes a las sesiones que invitaran a los que conocieran, haciendo carteles y trípticos y recorriendo las colonias con un micrófono para invitar.</p> <p>Los adultos mayores se enteraron en las misas o fueron invitadas por los organizadores o por otros adultos mayores.</p> <p>Uno de los grupos inició con el propósito de hacer ejercicio y otro fue promovido directamente por la Fundación para el Bienestar del Adulto Mayor.</p> <p>En uno de los casos, ya formado el grupo, los participantes contribuyeron para amueblar y acondicionar el local.</p> <p>Los educadores solidarios participaron en la capacitación del PENF antes de convocar a la integración del grupo de AM</p>

### 3.1.1 Elementos para formar las redes.

- De qué favorece la formación de redes.
- De qué limita u obstaculiza la formación de redes
- De si ha cambiado la formación de redes y cómo
- Si ha cambiado, en qué ha mejorado o retrocedido

	ANALISIS
3.- ¿Qué elementos piensa que ayudaron en la formación del grupo?	<p>La participación de los organizadores y del ES, es muy importante para la formación de una red de apoyo.</p> <p>Es sus respuestas, los AM hacen referencia a la comunicación, la confianza y la libertad que sienten en el grupo, para expresar sus sentimientos como elementos que ayudan a la formación de redes.</p> <p>La constancia, la cooperación, la armonía y la unión del grupo son elementos que mencionan los AM</p> <p>Otro elemento muy importante para los AM es el hecho de que aprenden y de que pueden convivir con personas de su edad y que comparten su situación y se apoyan entre todos.</p> <p>Para los educadores solidarios la preparación que recibieron en la Fundación, la consistencia y disciplina en el trabajo y el interés por los AM son elementos muy importantes para la formación de las redes de apoyo.</p> <p>Además de el hecho de reconocer que hay mucho por aprender acerca de la tercera edad y por hacer para que no estén marginados ni aislados.</p>
4. ¿Recuerda si tuvieron alguna dificultad para que se formara el grupo?	<p>En general, tanto los AM como los ES reportan que no tuvieron dificultades o que estas fueron mínimas, la falta de información acerca de las características y necesidades de los AM por parte de los facilitadores, algunas dificultades prácticas para asistir como el cuidar de la familia o el trabajo, y la falta de un local adecuado son algunas de las mencionadas.</p>
5. ¿Cuál y cómo se resolvió?	<p>Con relación a la falta de un local adecuado, los adultos mayores mencionan que la parroquia lo resolvió,</p>

	ANALISIS
	acondicionando un local más chico.
5. ¿Sabe si se han realizado cambios en la manera de formar los grupos? Si. Descríbalos	<p>La mitad de los educadores solidarios entrevistados coinciden en reconocer que si se han realizado cambios en la manera de formar grupos de adultos mayores, mencionan el hecho de que se hace más difusión, de que se ha ido dejando de lado la visión asistencial del trabajo con AM.</p> <p>La otra mitad respondió que no considera que se hayan realizado cambios en la manera de formar grupos de AM</p>

### 3.2. Mecanismos para el funcionamiento de las redes.

- De cómo funcionan las redes en el marco del PENF.

	ANALISIS
6. Describa cómo es el trabajo y la actividad en el grupo?	<p>Para los adultos mayores el trabajo y la actividad que realizan en sus grupos es considerada de manera muy positiva. Se menciona que hacen ejercicio, bailan, aprenden cosas muy útiles para ellos, para su edad, hacen amistades, festejan diferentes fechas, realizan las actividades del PENF y participan en diferentes eventos. Las respuestas refieren que el trabajo que se realiza en el grupo es muy bueno, bonito, provechoso, agradable, un ejemplo:</p> <p>“Las actividades son muy buenas. El trabajo para la coordinadora es fuerte pero para el grupo es bonito y se aprende mucho.”</p> <p>De la totalidad de los AM participantes solamente 2 respondieron que el trabajo no es bueno y hacen referencia a las condiciones del local en que se reúnen. Los ES describen el funcionamiento de los grupos también en términos positivos, describen el trabajo del PENF y refieren que realizan también otras actividades</p>

	ANALISIS
	<p>como manualidades, ejercicios, actividades recreativas y que se busca el apoyo de otras instituciones.</p> <p>Consideran que el trabajo se realiza siguiendo una secuencia, buscando que los AM se sientan bien y que se eleve su autoestima. Ejemplo de respuesta:</p> <p>"En el grupo, han llegado a una cierta madurez de respeto y ayuda"</p>

### 3.3. Elementos para el funcionamiento de las redes.

- De qué favorece el funcionamiento de las redes.
- De qué limita u obstaculiza el funcionamiento de las redes.
- De si ha cambiado la manera de funcionar la red y cómo ha cambiado.
- De en qué ha mejorado o retrocedido el funcionamiento de las redes.

	ANALISIS
7. ¿Qué elementos ayudan a que el grupo funcione mejor?	<p>Entre los elementos que se mencionan por parte de los AM están, la permanencia, la continuidad en la asistencia, el apoyo de los ES, la comunicación, organización y unión que se ha desarrollado entre las participantes.</p> <p>Mencionan también que ha sido muy importante tener una buena disposición, participar, convivir y ser respetuosos y tolerantes.</p> <p>Adicionalmente se menciona el clima de libertad y calidez que se ha creado en el grupo y el hecho de que todos realizan las actividades del PENF aún cuando les de pena. Consideran que el grupo es un espacio de ellos. En cuando a los ES, mencionan la confianza, la tolerancia, el respeto y la solidaridad como elementos que ayudan al funcionamiento del grupo, el interés de los AM y el hecho de que le encuentran utilidad a la información y a las actividades que realizan.</p>

ANALISIS	
<b>8. ¿Qué elementos limitan o dificultan el funcionamiento del grupo?</b>	<p>En cuanto a los elementos que limitan o dificultan el funcionamiento del grupo, en general los AM refieren que ninguno.</p> <p>Quienes identifican alguna dificultad lo hacen en términos de que no siempre están en posibilidades de asistir, ya sea por enfermedad o porque dependen de que alguna persona los lleve a las reuniones del grupo. Los ES coinciden en que el tiempo que pueden dedicar los AM al grupo es una limitación, así como la enfermedad y la depresión. Mencionan también la falta de recursos, el que hay algunos AM que no saben leer y escribir y que los mismos ES requieren una mejor preparación para trabajar con los AM.</p>
<b>9. ¿Ha cambiado la manera de trabajar en su grupo? Si/No</b>	<p>29 AM consideran que si ha cambiado la manera de trabajar en el grupo mientras que 58 respondieron que no y el resto que no saben.</p> <p>Los ES respondieron que si ha cambiado la manera de trabajar en su grupo, solamente uno respondió que no.</p>
<b>9. Bis.- ¿En qué?</b>	<p>En general tanto los AM como los ES coinciden en que los cambios consisten en que se han aumentado y diversificado las actividades que realizan, en que se han incorporado en algunas acciones otras instituciones como el DIF, en que los grupos han crecido y en que ahora trabajan de manera diferente. Se menciona también que los grupos son más unidos, participativos y reciben un trato más digno.</p>
<b>10. ¿Por qué piensa que ha cambiado?</b>	<p>En cuanto a las razones por las que piensan que ha cambiado la manera de trabajar en el grupo coinciden en que la participación de todos los integrantes del grupo es el elemento fundamental, mencionan también los AM que hay más cordialidad entre ellos, que saben más y saben también cómo trabajar juntas, que son más unidas y porque ha aumentado el número de participantes. Los ES consideran que los AM son más positivos y</p>

ANALISIS	
	<p>participativos, reciben un trato digno, están más preparados y han evolucionado.</p> <p>Mencionan también que se reúnen más frecuentemente porque ya no les alcanzaba el tiempo para todas las actividades que tenían que realizar.</p>
<p><b>11. ¿En qué le parece que haya mejorado el funcionamiento del grupo?</b></p>	<p>En cuanto a en qué les parece que haya mejorado el funcionamiento del grupo, los AM consideran que ha mejorado en que todas cooperan y participan, en que tienen el apoyo de otras instituciones como el DIF, en que son más y realizan más actividades que responden a sus intereses y necesidades y en que no hay discriminación, todas reciben trato igual y con cariño.</p> <p>Los ES consideran que ha mejorado el funcionamiento del grupo en la organización de las sesiones y actividades, en la motivación y participación de todos los AM, en que se ha fortalecido el grupo y son más unidos.</p>
<p><b>12. ¿En qué consiste el apoyo del grupo en que participa?</b></p>	<p>Con relación a la pregunta de en qué consiste el apoyo que reciben del grupo los AM respondieron que en todo se ayudan y se apoyan, se escuchan unos a otros y están muy unidas.</p> <p>Mencionan que reciben apoyo moral, médico y económico, algunas (quienes más lo necesitan) reciben una dispensa. En general mencionan que el recibir atención, ser escuchadas, participar en las actividades y estar unidas es un gran apoyo.</p> <p>6 AM respondieron que no saben en que consiste el apoyo de su grupo y 15 que no reciben ningún apoyo.</p>

### 3.4. Mecanismos para el fortalecimiento de las redes.

- De cómo se han fortalecido redes en el marco del PENF.

Elementos para el fortalecimiento de las redes.

- De qué favorece que las redes se fortalezcan: permanezcan, crezcan, generen mayor identidad y solidaridad, etc.
- De qué limita u obstaculiza el fortalecimiento de las redes.

	ANALISIS
13. ¿Considera que su grupo se ha fortalecido con el tiempo? Si/No	Con relación a si consideran que su grupo se ha fortalecido con el tiempo, todos los ES respondieron afirmativamente, de los AM 3 respondieron que no, dos que no saben y el resto también respondieron afirmativamente.
13. Bis.- ¿Por qué?	<p>En cuanto a las razones por las que consideran que se ha fortalecido su grupo, los ES hablan de que los grupos han crecido, están muy unidos, se conocen mejor, tienen una buena comunicación, se apoyan y ayudan unos a otros, los AM han aprendido a ser más independientes y se han dado cuenta de que necesitan cuidados e información, conocen sus derechos y se defienden.</p> <p>Para los AM, respondieron que los grupos han crecido y son muy unidos, participan todos y aprenden cosas que les sirven.</p> <p>La unión, participación y apoyo mutuo es lo que mas se menciona por parte de los AM como señales de fortalecimiento de los grupos.</p>
13. ¿qué elementos considera que han dificultado que los grupos de adultos mayores crezcan, permanezcan y tengan otras actividades?	En cuanto a los elementos que consideran los ES que han dificultado que los grupos de adultos mayores crezcan, permanezcan y tengan otras actividades mencionan la falta de interés, enfermedades y el hecho de que ellos mismos piensan que ya no pueden hacer nada. Las expectativas de los AM de recibir apoyo económico o despensas es uno de los elementos

	ANALISIS
	considerados. La falta de preparación de los ES también es un factor que se menciona

### 3.5. Mecanismos de participación en las redes

- De cómo se genera la participación.
- De cómo participa
- De por qué participa
- De qué limita la participación en las redes (especialmente de los hombres)

	ANALISIS
14. ¿Cuál considera que sea la razón por la que su grupo permanece?	Los AM consideran que su grupo permanece porque realizan actividades, se sienten más activas y con ánimo de vivir. El grupo es su espacio, un lugar en el que se sienten queridas, apoyadas y respetadas. Mencionan el interés, la participación y la convivencia, la calidez que encuentran en el grupo, el hecho de aprender cómo vivir la vejez y de sentirse comprendidas y apoyadas como elementos que favorecen la permanencia en el grupo.
14. ¿Por qué piensa que participan los adultos mayores en el grupo?	Los ES piensan que los AM participan en el grupo porque así no se sienten solos, en el grupo se les acepta y quiere como son, se identifican entre ellos y son más solidarios y unidos. Se sienten personas amadas y respetadas.
15. Describa en qué consiste su participación en el grupo?	Para los AM su participación en el grupo consiste en hacer ejercicio, ayudar a muchachos con discapacidad, bailar, convivir, asistir y participar en todas las actividades, ayudar a sus compañeros, aprender, trabajar juntas, aplicar lo que aprenden en sus casas.
15. ¿Usted por qué participa?	Los ES participan porque les gusta trabajar con AM, no solo ayudan sino que se ayudan a si mismas. Aprenden de los AM, los atienden y el trabajo con ellos las hace



	ANALISIS
	<p>sentir que son útiles y realmente servir a otros.</p> <p>También mencionan que les gusta trabajar con AM, que consideran que tienen que dar lo que han recibido y para que vean desde otro punto de vista la vejez.</p>
<p>16. ¿Cuáles son las razones más importantes por las que participa en el grupo?</p>	<p>Entre las razones más importantes por las que los AM participan en los grupos mencionan el ejercicio y la relajación, la unión, atención y cariño del grupo, estar con sus compañeras y sentirse útiles y productivas, aprender, sentirse acompañadas y bien, física y emocionalmente.</p> <p>Porque se sienten en confianza para expresar todo, incluso en lo que no está de acuerdo. Mencionan también que el grupo es un soporte espiritual muy grande que hace que no se sientan solas y que a partir de su participación en él su vida ha mejorado.</p>
<p>17. ¿Qué favorece y qué dificulta su participación en el grupo?</p>	<p>En cuanto a qué favorece y qué dificulta su participación en el grupo, la dificultan sus "achaque" y enfermedades, limitaciones propias de la edad como dolor en las rodillas por ejemplo y compromisos como cuidar a sus nietos, que les impiden asistir de manera regular a las reuniones del grupo.</p> <p>Lo que la favorece es su voluntad de hacer cosas, de participar, de ser independientes. Mencionan además que aprenden y se divierten, reciben atención y se sienten bien con ellos mismos al participar en el grupo.</p>
<p>16. ¿A qué piensa que se debe que participen más mujeres que hombres en los grupos?</p>	<p>Con relación a lo que piensan los ES que son causa de que participen más mujeres que hombres en los grupos, mencionan que los hombres piensan diferente, prefieren otro tipo de actividades, son más cerrados, les da pena, no les gusta platicar con otras personas, por el machismo, porque los hombres no aceptan su edad y no participan, están acostumbrados a que les den y no a participar. Algunas de las respuestas hacen referencia a</p>

ANALISIS	
	que las mujeres viven más que los hombres y a que como son mujeres en su mayoría quienes asisten al grupo eso desalienta la posible integración de los hombres.

### 3.6. Integración a las redes

- Del significado de su integración a la red: opinión, utilidad, gusto, relación con otros,

ANALISIS	
18. ¿Para usted qué ha significado su participación en el grupo?	<p>Para los AM su participación en el grupo ha sido muy importante, todas las respuestas son positivas, refieren a que su participación les ha significado mejorar en su salud, en su ánimo, les ha hecho darse cuenta de que son capaces, de que pueden ayudar a otros, superar sus limitaciones ("antes era muy tímida"), ser mejores y entender mejor las cosas.</p> <p>Se menciona también que el grupo les ayuda a no sentirse solas, lo consideran su espacio, en el que se sienten tranquilas y contentas, en el que manifiestan su alegría.</p> <p>Ejemplos de respuestas:</p> <p style="padding-left: 40px;">"Mucha satisfacción y es increíble, pero ahora ya no se enferma"</p> <p style="padding-left: 40px;">"Nuevos aprendizajes, pero sobre todo encontrarme a mí misma"</p> <p style="padding-left: 40px;">"Es como un eslabón para estar mejor"</p>
17. ¿En su opinión, qué significa para los adultos mayores ser parte del grupo?	<p>Los ES consideran que pertenecer al grupo significa mucho para los AM, porque se sienten identificados con los demás miembros del grupo, desarrollan un sentido de pertenencia, se sienten aceptados, dejan de sentirse solos. Establecen lazos afectivos y encuentran un lugar en el que reciben respeto y reconocimiento además de que pueden hablar de sus problemas, ser escuchados y recibir consejo y apoyo.</p>

ANALISIS	
19. ¿Qué apoyo es más importante de los que recibe del grupo?	<p>Para los AM el apoyo más importante que reciben del grupo es afecto, unión, acompañamiento. Mencionan también que es muy importante lo que aprenden, las despensas que reciben, el tener un lugar en el que pueden hablar de sus problemas y ser escuchadas, el solo hecho de estar con sus compañeros del grupo es muy importante.</p> <p>Del total (100) de los AM, 2 respondieron que no saben cual es el apoyo más importante que reciben y 9 que no reciben apoyo.</p>

### 3.7 Elementos de identidad

- De qué le aporta la red para la construcción de la identidad en la vejez.

ANALISIS	
20. ¿Ha cambiado su manera de pensar acerca de la vejez por participar en el grupo? Si/No	Todos los ES entrevistados han cambiado su manera de pensar acerca de la vejez a raíz de su participación en el grupo y 90 de los 100 AM encuestados también.
20. Bis. ¿Por qué?	<p>Todas las respuestas, tanto de los ES como de los AM hacen referencia a cambios hacia una visión positiva del envejecimiento, que implica una actitud más activa, participativa y segura, se sienten capaces de hacer muchas cosas y de disfrutarlas</p> <p>Ejemplos de respuestas de AM:</p> <p>“Porque aprendí realmente lo que significa la vejez, que no es enfermedad, cuido mi salud, hago ejercicio y todo aquello que me ayuda”</p> <p>“En todos los meses si ha cambiado porque ahora se da cuenta de lo bella que es como persona, y de todo lo que puede dar”</p> <p>“Ya no me siento como un estorbo, me esta gustando la edad que tengo”</p>

	ANALISIS
	<p>“Para mi el ser viejo es el haber vivido y poder enseñar a los jóvenes para que no cometan los mismos errores que uno”</p> <p>“Aquí nos han dicho que tenemos derechos y que de nosotros depende el que se cumplan”</p> <p>“Antes de asistir al grupo pensaba que a nadie le importaba, que no valía ya nada porque me hacían a un lado y ahora ya no es así, mis hijos han cambiado y me siento contenta.”</p> <p>Ejemplos de respuestas de ES:</p> <p>“He aprendido lo que es ser viejo y entender que es una etapa positiva en la cual se puede sobresalir”</p> <p>“Ahora la vejez la veo como una etapa que hay que vivir y disfrutar plenamente, me siento diferente y tengo una nueva visión”</p> <p>“Ahora sé aceptar la vejez, al yo ayudar me ayudo yo a estar mejor y más activo”</p> <p>“Porque antes pensaban en que ya no servían o no podían hacer muchas cosas pero eso no es verdad, porque todos merecemos respeto”</p>

## 4. CONCLUSIONES y RECOMENDACIONES.

### 4.1 CONCLUSIONES

Conforme las respuestas de los participantes en los grupos de adultos mayores estudiados, éstos se conformaron en respuesta a una convocatoria, en estos casos, se trata de redes de apoyo que surgen alrededor de iniciativas provenientes de líderes de comunidades parroquiales, voluntarios locales, el personal de la FUNBAM y de otras figuras comunitarias..

A partir de la convocatoria se realizan otras acciones como, recorrer las colonias con un micrófono invitando a los adultos mayores, visitar las casas de los adultos mayores y, ya en las reuniones, pedir a las personas de edad que inviten a sus conocidos.

Inician con pocos participantes y van creciendo poco a poco. Al principio se centran en una actividad y van aumentando el número y tipo de actividades que realizan.

Para la conformación de las redes consideran que es muy importante la participación de los organizadores y del educador solidario designado.

El interés y la motivación de los adultos mayores es otro de los elementos que se reconocen como muy importantes.

El hecho de que los grupos respondan a necesidades como la compañía, la comunicación y el afán por aprender cosas relevantes para ellos, son otros de los elementos identificados como importantes para la conformación de la red.

En general no se identifican dificultades en la conformación de las redes de adultos mayores aunque se menciona: el no contar con un lugar fijo y adecuado para reunirse, la falta de constancia en la asistencia y el desconocimiento inicial de los organizadores acerca de las características de esta población.

El trabajo en grupo, el hecho de ser escuchados, aprender a escuchar a los otros y la ayuda mutua son algunas de las formas de participación que se reconocen.

Recibir información importante para mejorar su calidad de vida y aprender son elementos que favorecen la permanencia de los adultos en las redes.

Definitivamente el hecho de contar con la posibilidad de convivir con otros adultos mayores es el factor más importante por el que asisten, en su mayoría aceptan que se sienten muy solos y que pertenecer a un grupo les hace sentir acompañados y útiles.

Adicionalmente, el hecho de que las redes van creciendo, incrementando y diversificando las actividades que realizan favorece la permanencia de los adultos.

Como limitantes de la participación de los adultos mayores se reconoce el hecho de que a su edad tienen distintos problemas de salud, que tienen una imagen negativa de si mismos y de la vejez, que se hacen cargo de cuidar a sus nietos o a familiares enfermos e incluso, en algunos casos que trabajan cuando los llaman.

Destaca que la mayoría de los AM no identifica explícitamente recibir un apoyo por su participación en el PENF, ya que los apoyos los relacionan a la recepción de beneficios específicos como ayudas de despensa y tarjetas de apoyo económico. Sin embargo, al indicar sus razones para participar en el grupo se revela en forma evidente que reconocen el beneficio que les significa para enfrentar por un lado situaciones de vulnerabilidad, soledad y tristeza. Por otro lado, también identifican que los temas que tratan en las sesiones les implican aprendizajes que ayudan a vivir y cuidarse mejor en esta etapa de su vida.

Con relación a que participan más mujeres que hombres, se reconoce que los roles sociales dificultan el que los hombres asistan y se involucren en las actividades de la red.

El sentido de pertenencia, descubrir que son capaces de aprender y de ayudar a otros es un factor determinante para su integración a las redes.

Las redes aportan elementos a los participantes para construir su identidad como ancianos.

Se sienten útiles y se saben productivos y capaces de aprender, reconocen que tienen derechos y que es su responsabilidad velar por que se cumplan.

Los educadores solidarios también cambian su percepción de la vejez a una visión positiva.

*"He aprendido lo que es ser viejo y ahora entiendo que es una etapa positiva en la cual se puede sobresalir"*

#### **Por lo anterior se concluye que:**

De acuerdo a los resultados de la aplicación de instrumentos, las redes de apoyo derivadas de la operación del PENF propician que:

- ❖ Los AM fortalezcan su red en la comunidad y su sentido de pertenencia con su participación en los grupos, al compartir actividades y experiencias específicas.
- ❖ Se refuerce su identidad en la vejez al reconocerse como un colectivo en la comunidad. Su integración a un grupo de pares les permite compartir experiencias individuales y reconocer situaciones semejantes ante las que se generan apoyos emocionales y de ayuda física para quienes tienen mayores limitaciones.
- ❖ Los apoyos más importantes que reciben los adultos mayores que participan en las redes estudiadas es el soporte emocional del grupo y la información que reciben en el PENF acerca de la etapa de la vida en que se encuentran.

- ❖ Participar en las redes cambia la percepción negativa de la vejez a una más positiva, por lo que contribuye a promover una cultura del envejecimiento positivo.
- ❖ Los adultos mayores que forman parte de una red de apoyo que surge a partir del PENF se involucran en actividades de aprendizaje, autocuidado y recreación que mejoran su calidad de vida.
- ❖ Sería importante desde las instituciones responsables de atender a esta población, promover la conformación de redes de apoyo, sobre todo entre los adultos mayores que se encuentran en situación de pobreza y abandono.
- ❖ Los resultados de este trabajo apoyan la afirmación de que la población de adultos mayores sufre problemas serios de soledad y abandono y que, su participación en un grupo que desarrolla un programa educativo contribuye de manera importante a mejorar su calidad de vida.

#### **4.2 RECOMENDACIONES.**

A lo largo de muchos años, se instalaron estereotipos negativos asociados con la vejez individual y el envejecimiento de las poblaciones. La preeminencia del paradigma que considera al envejecimiento como "problema social" incentivó la identificación de esta etapa de la vida con aspectos esencialmente negativos: dependencia funcional y económica, pérdidas cognitivas y físicas, padecimiento de enfermedades crónicas y empobrecimiento. En este marco, las políticas instrumentadas tuvieron como propósito la asistencia a necesidades en lugar de dar respuesta a derechos ciudadanos. Se exageró la vulnerabilidad de la población de más edad y se difundieron discursos compasivos referidos a las condiciones de vida de las personas mayores.

No obstante, el estudio de sistematización revela resultados importantes en términos de cómo las propias personas de edad, con apoyo



naturalmente de facilitadores locales y la propia institución civil que les ha acompañado, han desarrollado acciones importantes que comprenden, entre muchas otras, la asociación informal para participar en la búsqueda de su bienestar individual y del conjunto de las personas mayores, la conformación de redes de apoyo (grupos de trabajo) a través de las cuales se intercambian apoyos adecuados a lo que requieren en esta etapa de la vida (materiales, de apoyo afectivo, cuidados, entre otros), disfrutar de la recreación y el ocio, demandar respeto de sus derechos, entre otras.

Las redes de apoyo constituidas por las personas de edad, son un claro ejemplo de cómo se puede avanzar en la modificación de la perspectiva que estereotipa a las personas de edad avanzada e identifica la vejez con enfermedad. Las personas mayores tienen potencialidades, recursos y capacidad de lucha diversos – de acuerdo con sus particulares trayectorias vitales –, pero poseen comunes aptitudes transformadoras que vale la pena impulsar y fortalecer.

Por ello, después de las conclusiones obtenidas mediante el trabajo de sistematización realizado, se recomienda a las autoridades responsables del diseño de políticas con adultos mayores:

- ❖ Promover acciones de sensibilización que fomenten imágenes positivas de la vejez y el envejecimiento, así como mitigar los estereotipos negativos que afectan a las personas mayores.
- ❖ Fomentar la asociatividad y participación de las personas mayores, a partir del impulso de formas autogestionadas de personas de edad que favorezcan su autonomía y desarrollo ciudadanos, así como favorecer prácticas de inclusión en espacios de participación ciudadana distintos a las organizaciones de gente de edad.
- ❖ Impulsar un programa de capacitación de representantes y miembros de organizaciones formales e informales de personas de edad, de manera que cumplan con mayor eficacia y eficiencia sus objetivos organizacionales.

- ❖ Fomentar la creación de redes informales de apoyo en las cuales las personas de edad se sensibilicen respecto de los cambios producidos en la etapa de la vejez, adquieran herramientas que les permitan fortalecer su autonomía y modificar estilos poco adecuados de vida, así como en los cuales se creen espacios de encuentro con pares de manera de forjar nuevos lazos u mantener aquellos con los que cuentan.
- ❖ En el caso de las mujeres mayores, que son las que mayores dificultades encuentran en el acceso y disponibilidad de las redes de apoyo formal (seguridad social especialmente), se precisan medidas específicas que favorezcan a la actual generación de mujeres de edad, así como crear condiciones para aumentar el acceso a las fuentes formales de apoyo sin discriminación de género.
- ❖ Se recomienda también seguir apoyando la realización de estudios como el llevado a cabo, con objeto de identificar elementos en materia de la serie de mecanismos aplicados por las propias personas mayores para generar opciones de participación, organización y fortalecimiento de sus competencias.