



UNIVERSIDAD VIÑA DEL MAR
MAGISTER EN INCLUSIÓN DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD

**Vivir con Sentido: propuesta para la integración comunitaria de personas
mayores**

Proyecto de grado para optar al grado de
Magister en Inclusión de Personas con Discapacidad

Autor: Francisco Javier Venegas Pezo

Nombre profesor guía: Dr. Felipe Herrera Miranda

26 de Junio, 2025

Viña del Mar, Chile

AGRADECIMIENTOS

Al llegar al final de este camino, no puedo sino detenerme a agradecer profundamente a todas las personas e instituciones que hicieron posible esta investigación. Este trabajo no nace solo desde la academia, sino desde el compromiso humano y social que muchas y muchos han demostrado día a día.

En primer lugar, agradezco de corazón a la Agrupación La Alegría de Vivir. A su directiva, por su confianza, por abrirme las puertas sin condiciones, por permitirme entrar en su espacio con respeto, y sobre todo, por creer que este tipo de iniciativas pueden generar cambios reales, que no deben quedar solo en propuestas sin una participación activa de las Personas Mayores, sino al contrario deben ser propuestas tomadas desde la experiencia de todos, es por esto que es importante agradecer a cada uno de sus integrantes, gracias por compartir sus experiencias, sus historias de vida, sus opiniones sinceras y su tiempo. Me voy no solo con datos, sino con aprendizajes personales que me acompañarán siempre, en mi vida personal y laboral.

A las y los profesionales del CESFAM con quienes pude trabajar de forma colaborativa e intersectorial, mi más sincero reconocimiento. El trabajo conjunto, el diálogo respetuoso y la disposición para participar en cada etapa del proceso fueron fundamentales. Ver cómo desde distintas disciplinas se puede aportar al bienestar de las personas mayores me reafirma el valor del trabajo comunitario.

Quiero agradecer también a las autoridades locales que han mostrado interés en avanzar hacia una ciudad más inclusiva. Su participación no fue solo simbólica, sino que demostró una real intención de escuchar, colaborar y abrir espacios de mejora. A veces, pequeños gestos institucionales pueden tener un gran impacto en la vida cotidiana de las personas mayores.

Y no puedo dejar fuera a las empresas y organizaciones del territorio que han comenzado a tender puentes para sumarse a esta visión de ciudad accesible. Que el sector privado se involucre en la reducción de barreras y en la promoción del envejecimiento digno, no solo es necesario, sino también esperanzador.

Este trabajo es una pequeña semilla sembrada con muchas manos. A todas las personas que, desde lo técnico, lo emocional o lo comunitario, colaboraron con esta propuesta, les doy las gracias más sinceras. Esto no es solo mío; es el reflejo de una comunidad que cree en la participación, la inclusión y en que el bienestar de las personas mayores debe ser un compromiso de todas y todos, gracias por acompañarme, por creer y por aportar. Sin ustedes, esto no habría sido posible.

INDICE

Portada.....	1
Página de Aprobación	2
Dedicatoria y Agradecimientos.....	3
Índice.....	4
Resumen.....	5
Abstract.....	6
1. Introducción.....	7
2. Marco de Referencia.....	9
2.1 Antecedentes.....	9
2.1.1 Personas Mayores.....	9
2.1.2 Participación Social.....	17
2.1.3 Persona con Discapacidad.....	11
3. Marco Metodológico.....	21
3.1 Área de Estudio.....	21
3.2 Población y Muestra.....	22
3.2.1 Población Objetivo.....	22
3.2.2 Pilotaje de Investigación.....	23
4. Metodología de Validación.....	25
5. Resultados del Diagnóstico Participativo.....	26
5.1 Estrategias Aplicadas.....	26
5.1.1 Focus Group.....	26
5.1.2 Trabajo en Equipo.....	27
5.1.3 Lluvia de Ideas.....	29
5.2 Principales Resultados y Reflexiones.....	31
6. Propuesta de Intervención.....	33
6.1 Descripción General de la Propuesta.....	33
6.2 Planificación y Costos.....	34
7. Validación de la Propuesta de Solución.....	37
7.1 Metodología y Fases.....	37
7.2 Resultados de la Validación Participativa.....	39
8. Reflexiones Finales y Conclusiones.....	46
9. Referencias.....	47
10. Anexos.....	48

RESUMEN

El presente proyecto nace desde una preocupación profunda por la realidad que enfrentan muchas personas mayores en nuestro país. A medida que envejecemos, se hace cada vez más evidente que las ciudades, los barrios y los espacios sociales no siempre están pensados para incluirnos a todos. En este trabajo, se pone el foco en la importancia de integrar verdaderamente a las personas mayores en la vida comunitaria, no solo como beneficiarios de servicios, sino como sujetos activos, con historia, opinión, capacidades y un profundo deseo de seguir siendo parte de su entorno social.

La investigación se desarrolló en base a un diagnóstico participativo que incluyó entrevistas, encuestas y actividades con personas mayores de distintas trayectorias de vida, muchas de las cuales viven con algún grado de discapacidad adquirida, ya sea producto del envejecimiento natural o de patologías reumáticas que afectan su movilidad y funcionalidad. Estos encuentros permitieron conocer, desde sus propias voces, las múltiples barreras que enfrentan en su día a día: veredas en mal estado, transporte con difícil acceso, pero también barreras menos visibles, como la soledad, el aislamiento, la subestimación de sus capacidades y la falta de espacios donde puedan expresarse y participar.

En este contexto, este proyecto propone una estrategia de intervención comunitaria basada en tres ejes fundamentales: la accesibilidad universal, la participación social activa y el reconocimiento del valor de la experiencia de las personas mayores. La propuesta busca no solo mejorar aspectos estructurales del entorno, sino también generar espacios de encuentro, de escucha y de construcción colectiva, donde envejecer no sea sinónimo de exclusión, sino de sabiduría, sentido de pertenencia y continuidad.

“Vivir con sentido” es más que una consigna: es una invitación a repensar la manera en que como sociedad miramos el envejecimiento. Es por esto que hoy plantea que cuando una persona mayor encuentra un espacio donde puede participar, aportar y sentirse valorada, mejora no solo su calidad de vida, sino también la salud emocional, la autoestima y el vínculo con su comunidad.

En conclusión, este proyecto no pretende entregar una receta única, sino abrir una puerta hacia nuevas formas de convivencia y construcción social. Porque envejecer con dignidad y sentido es un derecho, y también una responsabilidad que como sociedad debemos cumplir.

ABSTRACT

This project emerges from a deep concern about the reality faced by many older adults in our country. As we age, it becomes increasingly clear that cities, neighborhoods, and social spaces are not always designed to include everyone. This work focuses on the importance of truly integrating older adults into community life not merely as recipients of services, but as active individuals with history, opinions, abilities, and a deep desire to remain connected to their social environment.

The research was developed through a participatory diagnostic process that included interviews, surveys, and activities with older adults from diverse backgrounds. Many of them live with some degree of acquired disability, either due to the natural aging process or to rheumatic conditions that affect their mobility and functional capacity. These encounters made it possible to understand, in their own words, the multiple barriers they face in daily life: deteriorated sidewalks, inaccessible public transportation, as well as less visible barriers such as loneliness, isolation, underestimation of their abilities, and the lack of spaces where they can express themselves and participate.

In this context, the project proposes a community intervention strategy based on three fundamental pillars: universal accessibility, active social participation, and the recognition of the value of older adults' experience. The proposal aims not only to improve structural aspects of the environment, but also to create spaces for meeting, listening, and collective construction where aging is not synonymous with exclusion, but rather with wisdom, belonging, and continuity.

Living with meaning is more than a slogan; it is an invitation to rethink the way society views aging. The project suggests that when an older adult finds a space where they can participate, contribute, and feel valued, it enhances not only their quality of life but also their emotional well-being, self-esteem, and connection to their community.

In conclusion, this project does not aim to provide a single formula, but rather to open the door to new ways of coexistence and social construction. Aging with dignity and meaning is a right and a responsibility that we, as a society, must fulfill.

1. INTRODUCCIÓN

La inclusión social de las personas mayores, en especial de quienes viven con alguna discapacidad, es un desafío urgente para las sociedades actuales. A pesar del crecimiento de iniciativas orientadas a promover el envejecimiento activo, todavía persisten múltiples barreras como las físicas y culturales que limitan la participación plena de las personas mayores en sus distintas comunidades (Organización Mundial de la Salud (OMS), 2015). Estas limitaciones se expresan en prácticas de exclusión, en el debilitamiento de los vínculos sociales y en una escasa representación de sus voces en los espacios públicos.

La presente propuesta surge desde una preocupación social por el reconocimiento de las personas mayores como sujetos de derecho, capaces de aportar, decidir y participar en la construcción de su entorno. Considerar sus experiencias, trayectorias y conocimientos resulta clave para avanzar hacia comunidades más inclusivas, solidarias y cohesionadas. En este proyecto, se plantea la necesidad de trabajar condiciones que influyen en la participación social de las personas mayores con y sin discapacidad, con el fin de identificar factores que promuevan o dificultan su integración comunitaria.

Esta participación se concibe desde una perspectiva amplia, que incluye las dimensiones familiar, comunitaria y sociolaboral/educativa, entendiendo que la vida social no se restringe a lo productivo, sino que abarca el derecho a compartir, a pertenecer y a mantenerse activo dentro del tejido social (Instituto Nacional de Estadísticas (INE), 2017). Las personas mayores tienen mucho que decir respecto a cómo quieren vivir esta etapa, pero muchas veces sus voces son poco visibles o no consideradas en los procesos de toma de decisiones.

En ese sentido, resulta clave observar el papel de la comunidad como un espacio facilitador o limitante de la participación social. La existencia de entornos accesibles, redes de apoyo efectivas y oportunidades de vinculación significativas puede marcar una diferencia sustancial en la calidad de vida de las personas mayores. Esta propuesta busca contribuir a ese objetivo, promoviendo un enfoque centrado en el respeto, la escucha activa y el reconocimiento del otro como parte valiosa de nuestra sociedad.

La propuesta considera la aplicación de entrevistas semi-estructuradas y observación directa como herramientas para recoger la percepción de personas mayores sobre su participación en la comunidad. Esta aproximación busca no solo describir realidades, sino también relevar oportunidades para el fortalecimiento de políticas públicas locales que respondan a las necesidades reales de este grupo etario.

En definitiva, esta propuesta pretende abrir un espacio de reflexión y acción en torno al envejecimiento con dignidad, a la construcción de entornos accesibles y al

fortalecimiento de los lazos entre personas mayores y su comunidad. Promover su participación no es un gesto asistencial, sino una exigencia ética y social para avanzar hacia una sociedad más justa y humana.

Por lo tanto, en base a esto se considera que es importante trabajar en base a los siguientes objetivos.

Objetivo General

Diseñar una propuesta que contribuya a fortalecer la participación social de personas mayores, con y sin discapacidad, pertenecientes a la agrupación “La Alegría de Vivir” de Angol, promoviendo la creación de vínculos significativos con su comunidad y facilitando su inclusión en espacios sociales cercanos.

Objetivo Especifico

Recoger experiencias, desde la voz de las propias personas mayores, sus experiencias, necesidades y dificultades para participar activamente en la vida comunitaria.

Elaborar una propuesta accesible, clara y cercana que acerque a las personas mayores a su entorno, y que les permita sentirse parte activa de los espacios que habitan.

Generar espacios de encuentro y diálogo que reconozcan el valor de las trayectorias de vida de las personas mayores y promuevan su rol como protagonistas dentro de la comunidad.

2. MARCO DE REFERENCIA

2.1. Antecedentes

2.1 Personas Mayores

En el contexto chileno, se considera personas mayores a aquellas que tienen 60 años o más, tal como lo define el Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA). Sin embargo, más allá de una cifra etaria, hablar de personas mayores es referirse a una diversidad de trayectorias, experiencias y realidades. El envejecimiento, lejos de ser un proceso homogéneo, es profundamente influido por factores sociales, económicos, culturales y personales, los cuales determinan cómo se vive esta etapa de la vida.

El envejecimiento acelerado de la población, es lo que actualmente está enfrentando nuestro país. Según el Instituto Nacional de Estadísticas (INE, 2023), las personas mayores ya representan cerca del 20% de la población y se proyecta que en 2050 constituirán más del 30%. Este fenómeno plantea desafíos importantes, pero también abre una oportunidad invaluable para revalorizar el lugar que ocupan las personas mayores en la sociedad.

En el ámbito de la salud, las personas mayores en Chile enfrentan una alta prevalencia de enfermedades crónicas como hipertensión, diabetes y artrosis, lo cual demanda una reestructuración del sistema sanitario hacia un enfoque más gerontológico (Ministerio de Salud, 2020).

Es común que la vejez se asocie con la dependencia, la enfermedad o la inactividad, reproduciendo estereotipos negativos que invisibilizan la riqueza de esta etapa. Sin embargo, muchos adultos mayores siguen activos, comprometidos con sus comunidades, con un profundo deseo de compartir su experiencia y conocimientos. Tal como señala la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2015), es urgente superar la visión asistencialista del envejecimiento y avanzar hacia un enfoque centrado en los derechos, la dignidad y la autonomía de las personas mayores. Durante décadas, el envejecimiento fue abordado desde una mirada predominantemente asistencialista, centrada en la atención de necesidades básicas, la dependencia funcional y la protección pasiva de las personas mayores. Este enfoque, aunque en muchos casos respondió a contextos de urgencia y abandono, ha sido ampliamente criticado por reproducir estereotipos que infantilizan, invisibilizan o limitan la autonomía de las personas mayores (Huenchuan, 2018).

La visión asistencialista tiende a considerar a la vejez como una etapa de pérdida y deterioro, por lo que las personas mayores son vistas como sujetos vulnerables que requieren cuidados, pero no necesariamente participación o toma de decisiones. Según Sancho y Hernández (2020, p 112), esta perspectiva “relega a las personas

mayores al rol de beneficiarios pasivos, ignorando sus capacidades, intereses y derechos como ciudadanos plenos”.

Además, la calidad de vida en la vejez está influida por factores como el nivel de ingresos, el acceso a servicios y redes de apoyo. Según el Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA), uno de los principales desafíos es la integración social y la prevención de la dependencia funcional (SENAMA, 2021).

La Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores, adoptada en 2015, establece que las personas mayores tienen derecho a participar plenamente en la vida política, social, económica y cultural, sin discriminación por edad (Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL, 2023). Chile, que forma parte de la Organización de Estados Americanos (OEA), ha ratificado este instrumento, comprometiéndose a promover y proteger los derechos de las personas mayores.

El concepto de envejecimiento activo, promovido por organismos internacionales y adoptado en políticas públicas nacionales, enfatiza la importancia de crear oportunidades para que las personas mayores sigan participando en la vida social, cultural, económica y cívica de sus comunidades. Esto implica no solo garantizar el acceso a servicios, sino también fomentar la inclusión, la participación y el reconocimiento de sus voces.

A medida que la población envejece, también crece la diversidad dentro de este grupo. Muchas personas mayores viven con alguna discapacidad, lo que puede generar barreras adicionales para su participación social. Por ello, los enfoques inclusivos son fundamentales, no solo para garantizar el acceso, sino también para construir entornos que valoren la diferencia y promuevan relaciones más humanas, solidarias y justas.

En este contexto, reconocer a las personas mayores como agentes activos de cambio, con una historia, una identidad y un aporte único que hacer, se vuelve esencial para construir una sociedad más inclusiva y cohesionada. A través de iniciativas que fomenten su participación, se contribuye no solo a mejorar su calidad de vida, sino también a fortalecer el tejido social en su conjunto.

En la actualidad, la mirada hacia las personas mayores está cambiando. Desde distintas disciplinas se promueve una visión más inclusiva con vías a la integración, y que reconoce a las personas mayores como sujetos de derecho, con capacidad de decisión, deseos, intereses y un rol activo en la sociedad. En palabras de Barrientos (2019), “la vejez no debe entenderse como un tiempo de carencia, sino como una etapa con sentido, que merece ser vivida con plenitud, dignidad y acompañamiento” (p. 45).

Es fundamental considerar que el proceso de envejecimiento no ocurre en el vacío. Está profundamente marcado por las condiciones sociales, económicas y culturales en las que la persona ha vivido. Las personas mayores que han enfrentado pobreza,

discriminación o acceso limitado a educación o salud, tienden a experimentar mayores niveles de vulnerabilidad en la vejez (Huenchuan, 2018). Esta desigualdad acumulada repercute en sus oportunidades de participación y bienestar en los años posteriores.

El envejecimiento saludable es un proceso que permite a las personas mayores alcanzar su máximo potencial de bienestar físico, mental y social, manteniendo su autonomía y participación activa en la sociedad. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), se define como "el proceso de desarrollo y mantenimiento de la capacidad funcional que permite el bienestar en la vejez" (Organización Mundial de la Salud (OMS), 2021).

Por otra parte, la importancia del vínculo y del sentirse parte de algo es un factor protector esencial en esta etapa de la vida. La participación en organizaciones, agrupaciones comunitarias o actividades colectivas permite a las personas mayores mantenerse activas, fortalecer su autoestima y combatir el aislamiento. Como afirma Durston (2021), "la inclusión de los adultos mayores en la vida social no es un lujo, sino una necesidad para la cohesión de nuestras sociedades envejecidas" (p. 98).

Frente a este escenario, promover espacios de encuentro, diálogo y cooperación intergeneracional se vuelve una tarea ética y política. La sociedad en su conjunto tiene la responsabilidad de generar entornos accesibles, afectivos y estimulantes para sus personas mayores, permitiendo que sigan contribuyendo desde su experiencia y sabiduría.

2.1.3. Persona con discapacidad

La discapacidad según la Organización Mundial de la Salud la define como un "término general que abarca las deficiencias, las limitaciones de la actividad y las restricciones de la participación. Las deficiencias son problemas que afectan a una estructura o función corporal; las limitaciones de la actividad son dificultades para ejecutar acciones o tareas, y las restricciones de la participación son problemas para participar en situaciones vitales" (OMS, 2011).

A nivel internacional existe estudios sobre las personas con discapacidad, uno de ellos es el artículo del XII congreso internacional de teoría de la educación (2011) de la universidad de Barcelona, España, el cual lleva por título. "De la discapacidad a la participación social: un compromiso como ciudadanos" este presenta la necesidad de potenciar y ofrecer espacios de participación social al colectivo de personas con discapacidad intelectual, a partir de un trabajo de autodeterminación de las mismas. Las conclusiones expuestas en este artículo refieren que una ciudadanía no ha de contemplar ciudadanía paralelas, y es esta ciudadanía real, la que debe suprimir barreras y trabas, para llegar a un acceso de igualdad de condiciones, potenciando prácticas sociales a partir de compartir espacios

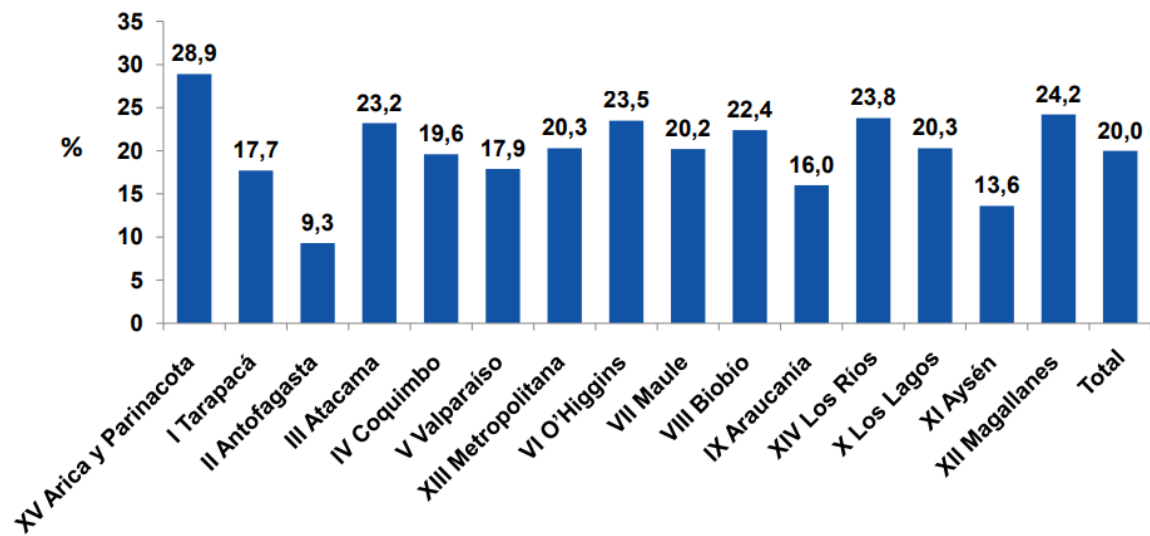
comunes. Por lo mencionado anteriormente se destaca, la importancia del impacto que tienen las prácticas participativas para la calidad de vida de las personas con discapacidad, y la importancia de la equidad en las oportunidades para ejercer como ciudadanos responsables y activos de las personas con discapacidad intelectual. Finalmente, se cree necesario destacar la importancia de que toda la ciudadanía sea consciente, sobre todo profesionales, políticos, familiares y asociaciones con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual, que quien limita las actuaciones de las personas, son justamente la de la sociedad, por lo que debemos tener presente y orientar todas ellas hacia la autonomía y autodeterminación de las personas con discapacidad intelectual

A nivel nacional, en temáticas de personas con discapacidad, se recalca el tercer estudio de discapacidad realizado en Chile ENDISC 2022, el cual tuvo como objetivo general: “conocer la prevalencia de la discapacidad en sus diversos tipos y grados; y en la medida en que esta afecta la condición de las personas en las distintas dimensiones de su vida”. Este estudio se realizó en base a un diseño muestral que permite representar a la población nacional, urbanos y rural, y representación de todas las regiones del país encuestando a 13.767 hogares, con el nivel de confianza del 95%.

Uno de los resultados arrojados fue que 2.606.914 de personas presentan discapacidad en Chile, es decir El 12,9% de la población Chilena presenta algún tipo de discapacidad.

El siguiente grafico (I) muestra los resultados del estudio basado en regiones.

Grafico I. Resultado Nacional Prevalencia de personas con discapacidad en Chile (2022)



Fuente: SENADIS, Gobierno de Chile.

Mediante esta investigación también se determinó el porcentaje de personas con discapacidad según el grado de esta, lo cual mostro que en Chile hay 2.606.914 personas con discapacidad leve, 1.523.949 con discapacidad moderada, 1.082.965 con discapacidad severa.

El Servicio Nacional de la Discapacidad (SENADIS) y la Dirección de Estudios de la Universidad San Sebastián (USS) los cuales efectuaron una encuesta nacional que se aplicó telefónicamente a 1518 personas de todo el país, entre los días 23 y 27 de noviembre de 2022, sobre la “Percepción de la Discapacidad en Chile”. Los resultados reflejaron que la mayoría de los consultados percibe que efectivamente hay problemas de accesibilidad en las ciudades, en el transporte y servicios, por ejemplo el 84% de la muestra cree que las veredas de la ciudad y los cruces peatonales no tienen condiciones adecuadas para personas con discapacidad, así mismo el 86% considera que el transporte público no tiene condiciones adecuadas para personas con discapacidad, y un 65% percibe que las páginas Web de la administración pública no son accesibles para las personas con dificultades visual y/o auditiva. Por otra parte, al parecer hay una percepción un tanto más positiva con respecto a las opciones educativas para las personas con discapacidad, y algo más negativa en cuanto a las posibilidades de empleo. Así, el 53% de las personas encuestadas considera que en Chile se dan las oportunidades para que las personas con discapacidad puedan estudiar, y el 62% no cree que se den las oportunidades para que estas personas puedan trabajar. Finalmente, uno de los datos más relevantes corresponde a que el 84% de las personas consultadas considera que en Chile se discrimina a las personas que presentan discapacidad

deficiencias y discapacidades en su interacción y adaptación al entorno” (Martínez, A, & Cremé I, 2008).

“Según la Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad define la discapacidad como aquella condición bajo la cual ciertas personas presentan deficiencias físicas, mentales, intelectuales o sensoriales que a largo plazo afectan la forma de interactuar y participar plenamente con igualdad en la sociedad” (Naciones Unidas, 2006, Art. 1)

Los tipos de discapacidad: Según Ministerio de Desarrollo Social Chileno (2021). Plantea los distintos tipos de discapacidad.

A) Discapacidad física.

Es la secuela de una afección en cualquier órgano o sistema corporal.

B) Discapacidad intelectual.

Se caracteriza por limitaciones significativas tanto en funcionamiento intelectual como en conducta adaptativa. Esta discapacidad aparece antes de los 18 años y su diagnóstico, pronóstico e intervención son diferentes a los que realizan para la discapacidad mental y la discapacidad psicosocial.

C) Discapacidad mental.

Deterioro de la funcionalidad y el comportamiento de una persona que es portadora de una disfunción mental y que es directamente proporcional a la severidad y cronicidad de dicha disfunción; son alteraciones o deficiencias en el sistema neuronal, que aunado a una sucesión de hechos que la persona no puede manejar, detonan una situación alterada de la realidad.

D) Discapacidad psicosocial.

Restricción causada por el entorno social y centrado en una deficiencia temporal o permanente de la psique debido a la falta de diagnóstico oportuno y tratamiento adecuado.

E) Discapacidad múltiple.

Presencia de dos o más discapacidades física, sensorial, intelectual y/o mental.

F) Discapacidad sensorial.

Se refiere a discapacidad auditiva y discapacidad visual.

G) Discapacidad auditiva.

Es la restricción en la función de la percepción de los sonidos externos.

H) Discapacidad visual.

Es la deficiencia del sistema de la visión, las estructuras y funciones asociadas con él. Es una alteración de la agudeza visual, campo visual, motilidad ocular, visión de los colores o profundidad, que determinan una deficiencia de la agudeza visual, y se clasifica de acuerdo a su grado.

A base de la investigación, el tema estará abordado desde la discapacidad física, ya que la población de estudio presenta este tipo de discapacidad.

La discapacidad física se puede definir como una desventaja, resultante de una imposibilidad que limita o impide el desempeño motor de la persona mayor afectada.

Las causas de la discapacidad física muchas veces están relacionadas a problemas durante la gestación, a la condición de prematuro del bebé o a dificultades en el momento del nacimiento. También pueden ser causadas por lesión medular en consecuencia de accidentes o problemas del organismo, hereditarios, factores congénitos, cromosómicos, o enfermedades degenerativas, musculares, infecciosas o metabólicas, entre otros.

Según la causa de la discapacidad física, la parte neurológica también puede afectarse; en estos casos, decimos que hay una deficiencia neuro-motora. Algunas personas podrán tener dificultades para hablar, para andar, para ver, para usar las manos u otras partes del cuerpo, o para controlar sus movimientos.

Todos estos términos fueron explicados para llegar al término que se utiliza actualmente en nuestro país que es persona con discapacidad.

El Servicio Nacional de la Discapacidad (SENADIS) sugiere usar el concepto de "Persona en Situación de Discapacidad" (PsD). Lo relevante en todas estas concepciones es que "la persona" es lo primero, y se quiere hacer notar que estas personas no son incapaces, por el contrario son capaces de realizar acciones pero de distintas formas; por lo que llevan a cabo sus actividades de una forma diferente, o en su defecto, de la misma forma que la mayoría pero sujetos a alguna clase de apoyo. (SENADIS, 2009).

El ir cambiando los conceptos o referencias, nos hace entender de la aceptación de la discapacidad en Chile no solo implica garantizar derechos legales, sino también promover un cambio cultural que valore la diferencia y comprenda que la inclusión

beneficia a toda la sociedad. Tal como señala Palacios (2008), “la discapacidad no es un atributo individual, sino una construcción social que refleja cómo una comunidad trata a sus miembros más diversos” (p. 35).

Además, el marco legal chileno ha avanzado en el reconocimiento de los derechos de las personas con discapacidad, especialmente tras la ratificación de la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (CDPD) en 2008. Esta convención enfatiza la igualdad de oportunidades, el respeto por la dignidad inherente y la necesidad de promover entornos accesibles que favorezcan la participación en condiciones de equidad (Naciones Unidas, 2006).

2.1.2. Participación social.

Existen variadas investigaciones nacionales en participación social de las personas con o sin discapacidad, entre estos estudios encontramos a Dina Krauskopf (1994), quien a través del estudio realizado sobre “Participación y Desarrollo Social en la Adolescencia”, publicado por el Fondo de Población de Naciones Unidas en San José, Costa Rica (1999), concluye que la participación social real de las juventudes discurre, cada vez más, en contextos informales y en metas innovadoras. Lo que hace necesario problematizar los procesos de construcción de conocimientos sobre la adolescencia para reducir las barreras existentes para el fomento del desarrollo juvenil.

Luego Serrano, C y Vicherat, D. (2000) realizaron un estudio sobre Participación Social en la población Malaquías Concha Comuna de La Granja, este estudio busca responder a la interrogante de ¿Qué motiva a la gente a actuar en común? Los resultados de este estudio apuntan a que un rasgo medular de la participación social en el medio popular es el tránsito de lo colectivo a lo particular y la relevancia de los aspectos expresivos simbólicos en las lógicas de acción, lo que ha abierto paso a la expresión de sujetos portadores de un fuerte sentido sociocultural. Sin embargo, estos sujetos y sus demandas no tocan ni interpelan la toma de decisiones ni buscan representación en el espacio público, manifestando desconfianza en las instituciones mediadores del sistema político. No produce las transformaciones que sujetos constituidos sobre temáticas socioculturales podrían aportar a la construcción social de la sociedad. Si bien la participación tiene siempre un aspecto instrumental y de satisfacción de necesidades básicas, la principal orientación de la acción entre quienes participan tiene un fuerte carácter expresivo y simbólico. Se trata mucho más de expresar identidades y pertenencia y de buscar espacios de reconocimiento que de obtener bienes materiales.

La participación no se transforma en una nueva tarea, sino que debe ser gratificante, estimulante y constituir una oportunidad de desarrollo personal. Si fuera necesario escoger entre mejorar la calidad de vida trabajando juntos para ello o compartir, recrearnos y aprender, es esta última afirmación la que mejor expresa las motivaciones de las personas para insertarse en algún grupo u organización. (Alegría, P 2013)

Otras autoras como Desiré Cristóbal Allende & María Isabel Domínguez (2002) realizaron una investigación sobre la participación social desde la perspectiva de la juventud cubana para conocer cómo perciben los/as jóvenes la participación y dentro de esta la suya propia. Concluyeron que los “resultados obtenidos evidencian la necesidad de reajustes y balances en este campo a nivel social, que permitan a la juventud redefinir su concepto de participación y trabajar por el desarrollo de sus espacios participativos, donde los intereses individuales encuentren un lugar más pleno en los objetivos sociales que éstos se plantean.”

Continuando con los estudios realizados sobre participación social a nivel internacional, Christina Lengfelder y Mariana Schkolnik (2004), realizaron un estudio el cual consistía en el diagnóstico de la participación de los actores socio laborales en los sistemas nacionales de capacitación y formación técnica profesional (SNCFP) de los países de América Latina, analizando su capacidad para mejorar la efectividad de estos sistemas. Los autores concluyeron: “El empresariado con participación sindical, asesorado por los comités técnicos o sectoriales puede desarrollar programas de formación profesional adecuados para satisfacer su propia demanda de mano de obra. Para los programas regulares de formación profesional, la participación de los trabajadores organizados así como del empresariado, es esencial para planear las actividades y la selección de beneficiarios, dado que ellos son los que conocen la oferta y demanda en el mercado laboral de sus respectivos sectores. Además, es favorable la inclusión de los comités sectoriales en la elaboración de los perfiles de profesión a capacitar, ya que ellos disponen del conocimiento técnico necesario para esta labor.”

Otro estudio respecto a la participación social de las personas lleva por título “La narrativa de la participación social entre los adultos mayores: entre la reciprocidad y la desolación”. Los resultados del estudio indican que la construcción de significados de la participación en organizaciones sociales y su contribución a las experiencias de bienestar se realiza según dos narrativas básicas –reciprocidad y desolación–, que organizan los significados y sentidos de las conversaciones en este ámbito. Estas narrativas se articulan según las diferencias y desigualdades de género –relaciones de poder–, es decir, en las trayectorias y cursos de vida de hombres y mujeres; tal como indica Freixas (1996), “no es lo mismo ser mujer mayor

que ser hombre mayor”. Al parecer, en los relatos sobre la participación social se percibe una inversión del imaginario acerca de la desigualdad y la diferencia entre hombres y mujeres. Son las mujeres adultas mayores quienes pueden vincularse productivamente al mundo privado y a su entorno inmediato, del cual forman parte las organizaciones y grupos del espacio local. A este aspecto aluden en especial las mujeres que participan socialmente, en tanto que las que no lo hacen lo matizan, al tener la vivencia de espacios referidos al hogar, el parentesco y el vecindario. En cambio, los varones, otrora productivos e integrados a un mundo público y privado que delimitaba su identidad en roles y relaciones sociales y simbólicas de un lugar legítimo, provisto en particular por el trabajo remunerado, al llegar a adultos mayores plantean un discurso que se despliega desde un no lugar o una no posición, espacio de tránsito, pero sin posibilidades de instalar flujos de reciprocidad con sus pares y demás generaciones.

Mientras tanto en Chile los estudios respecto a participación social en personas con y sin discapacidad son muy escasos, y entre los existentes y más relevantes se encuentra los resultados de la encuesta Casen del año 2013, el cual produjo que el análisis de la relación de participación y género, y participación y grupo etareo, son de mayor relevancia, la emergencia de los jóvenes de entre 12 y 17 años, como un grupo que rompiendo la tendencia de décadas anteriores en las cuales participaban fundamentalmente los adultos y los adultos mayores, se interesa también, por involucrarse en iniciativas participativas.

2.1. Participación Social en Personas Mayores

En nuestras comunidades, muchas veces pasamos por alto un recurso valioso: la experiencia, sabiduría y compromiso de las personas mayores. A medida que envejecemos, no desaparecen nuestras ganas de participar, de ser parte, de seguir contribuyendo. Por el contrario, muchas personas mayores buscan espacios donde sentirse útiles, acompañadas y con sentido de pertenencia. Es ahí donde la participación social cobra un valor fundamental, no solo como derecho, sino como necesidad humana.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2002) define el envejecimiento activo como el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad, con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen. Esta definición no es solo un marco técnico; es una invitación a reconocer que el envejecimiento no significa quedarse al margen, sino mantenerse activo, vinculado y comprometido con lo que pasa alrededor.

En América Latina y particularmente en Chile, vivimos un proceso acelerado de envejecimiento poblacional. Según la CEPAL (2017), se proyecta que para 2050, una de cada cuatro personas será mayor de 60 años. Este cambio demográfico trae

consigo nuevos desafíos, pero también nuevas oportunidades para que las personas mayores ocupen roles sociales significativos. La participación social, en este contexto, no solo mejora la calidad de vida individual, sino que enriquece el tejido social, fortaleciendo la cohesión comunitaria y la solidaridad entre generaciones.

La participación social se puede expresar de muchas formas: desde asistir a una reunión de junta de vecinos, participar en un taller en el centro de adultos mayores, hasta colaborar en una olla común o ayudar a cuidar a los nietos. Son acciones cotidianas que, muchas veces, no se visibilizan, pero que sostienen la vida comunitaria. Estudios han demostrado que estas formas de participación tienen efectos muy positivos en la salud mental y emocional. Pinazo-Hernandis y Sánchez (2018) señalan que la soledad y el aislamiento social están entre los principales factores de riesgo en la vejez, y que participar en redes sociales y comunitarias es una de las mejores formas de enfrentarlos.

Quienes trabajamos con personas mayores, ya sea desde la salud, la intervención social o la comunidad, sabemos que participar no es algo trivial. Implica tener las condiciones para hacerlo: salud, tiempo, recursos, pero también motivación, redes de apoyo y espacios que valoren la presencia de las personas mayores. Lamentablemente, muchas veces estas condiciones no están garantizadas. Factores como la pobreza, las dificultades de movilidad, el acceso limitado al transporte o la discriminación por edad (edadismo) actúan como barreras invisibles pero muy reales (López Doblas & Díaz Martínez, 2017).

En Chile, el Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA, 2020) ha impulsado políticas para fomentar la participación, como el Plan Nacional de Envejecimiento Positivo, que promueve la autonomía, la vida activa y el protagonismo de las personas mayores. Sin embargo, la implementación efectiva de estas políticas aún enfrenta desafíos importantes, especialmente en sectores rurales o en comunas con menos recursos.

La participación social no solo tiene un impacto a nivel individual. También fortalece la democracia y el sentido de comunidad. Walker (2002) sostiene que el envejecimiento activo implica empoderamiento: que las personas mayores puedan incidir, opinar, tomar decisiones y ser parte de los procesos sociales y políticos. Esto se traduce, por ejemplo, en su presencia en organizaciones vecinales, en cabildos o en agrupaciones de base. No son solo “usuarios” o “beneficiarios”, sino ciudadanos con voz y experiencia.

Desde la terapia ocupacional, entendemos la participación como una ocupación significativa. La American Occupational Therapy Association (2020) define la participación social como una de las áreas centrales de la vida humana, y considera que es fundamental para mantener el sentido de identidad, propósito y conexión con el entorno. En este sentido, muchas intervenciones apuntan no solo a mejorar funciones físicas o cognitivas, sino a recuperar roles perdidos, fortalecer vínculos y facilitar el acceso a espacios comunitarios.

Por ejemplo, en talleres comunitarios realizados en sectores rurales de La Araucanía, muchas personas mayores han expresado que volver a participar en actividades grupales les devuelve las ganas de levantarse, de conversar, de reír. No se trata solo de hacer manualidades o ejercicios físicos: se trata de encontrarse con otros, de sentirse vistos, valorados, escuchados. Como señala Martínez et al. (2019), el sentido de pertenencia y la construcción colectiva de significados son fundamentales para el bienestar en la vejez.

También es importante considerar que no todas las personas mayores quieren o pueden participar de la misma manera. Algunas prefieren espacios más íntimos, otras disfrutan de actividades más masivas; algunas quieren aportar desde el saber, otras desde el hacer. Por eso, promover la participación no puede ser un ejercicio uniforme. Debe ser flexible, respetuoso de las trayectorias y deseos individuales, y sobre todo, centrado en la dignidad.

Un elemento clave para avanzar es el diseño de entornos amigables. La OMS (2007) ha desarrollado la iniciativa de “ciudades amigables con las personas mayores”, proponiendo ajustes urbanos, sociales y culturales que faciliten la inclusión. Esto incluye desde veredas seguras y transporte accesible, hasta espacios de encuentro intergeneracional. Cuando una ciudad es amigable con las personas mayores, es una ciudad que cuida, que escucha, que se adapta.

Finalmente, hablar de participación social es hablar de derechos. Las personas mayores tienen derecho a estar presentes, a ser protagonistas de su historia y de la historia de sus comunidades. No basta con invitarlas a eventos o consultarlas para informes. Se trata de abrir espacios reales de toma de decisiones, de liderazgos, de transformación. Como dice el dicho, “no se envejece por dejar de jugar, sino por dejar de soñar”.

En conclusión, la participación social de las personas mayores no es un lujo ni un accesorio: es una necesidad vital, un derecho humano y una oportunidad para construir sociedades más humanas, solidarias y justas. Como profesionales, familiares, vecinos o miembros de la comunidad, tenemos la responsabilidad de acompañar, facilitar y valorar este proceso. Solo así podremos caminar hacia un futuro donde envejecer sea, verdaderamente, una etapa digna, activa y plena.

3. METODOLOGÍA PARA LA ELABORACIÓN DEL PROYECTO DE GRADO

III. Marco Metodológico

3.1 Área de estudio.

La población objeto de estudio corresponde a personas mayores cuyas edades fluctúan entre los 60 y los 85 años, integradas por hombres y mujeres, con y sin discapacidad. Todas las personas participantes forman parte de la agrupación comunitaria La Alegría de Vivir, ubicada en el sector Alemania de la ciudad de Angol, en la Región de La Araucanía.

Este grupo se reúne de manera periódica con el objetivo de compartir, participar en actividades sociales, recreativas y de autocuidado, consolidando un espacio significativo de encuentro y fortalecimiento de redes sociales entre personas mayores del sector. La agrupación representa una instancia clave para el desarrollo de la participación social en la vejez, al generar oportunidades de interacción, sentido de pertenencia y bienestar subjetivo.

Cabe destacar que, dentro del grupo, algunas personas presentan discapacidad, la cual en su mayoría se vincula a condiciones adquiridas a lo largo del ciclo vital, especialmente relacionadas con la evolución de patologías reumáticas, como artrosis o artritis, y con procesos de desgaste físico progresivo. Estas condiciones, aunque limitan en cierta medida la movilidad o funcionalidad de las personas, no han impedido su asistencia y compromiso con las actividades comunitarias de la agrupación, lo que refuerza la importancia del entorno social como factor protector en el envejecimiento.

Es destacable mencionar que la agrupación comunitaria La Alegría de Vivir se reúne en el sector Alemania de la ciudad de Angol, ubicada en la Región de La Araucanía, cuenta con una población aproximada de 66.000 habitantes, de los cuales cerca de 22.000 residen en el sector Alemania. Dentro de este sector, alrededor de 500 personas mayores participan activamente en agrupaciones formalmente constituidas. En particular, La Alegría de Vivir desarrolla sus encuentros en una sede comunitaria ubicada muy cerca del CESFAM Alemania, lo que ha favorecido una vinculación estrecha con los servicios de salud del territorio. Esta cercanía permite que los participantes reciban atenciones recurrentes de profesionales del área, facilitando el acceso a programas preventivos y de promoción del bienestar. Además, es relevante destacar que los líderes de esta agrupación forman parte del Consejo de Desarrollo Local de Salud, lo que ha potenciado aún más su articulación con redes institucionales y comunitarias, fortaleciendo su rol como actores activos en el tejido social del territorio.

3.2 Población y muestra.

3.2.1 Población objetivo de estudio.

El grupo de personas mayores que participa en este estudio está compuesto por 30 personas, cuyas edades oscilan entre los 60 y los 85 años. Se trata de vecinos y vecinas del sector Alemania, en la ciudad de Angol, que forman parte de la agrupación comunitaria La Alegría de Vivir, un espacio que ha ido creciendo con los años y que hoy representa mucho más que un lugar de reunión,

De las 30 personas que conforman el grupo, 24 son mujeres y 6 son hombres. En su mayoría, son personas jubiladas que han dedicado gran parte de su vida al trabajo, al cuidado de sus familias y al desarrollo de su comunidad. Llama la atención que entre las mujeres, 16 fueron profesoras normalistas, formadas en una época en que ser maestra era más que una profesión: era una vocación al servicio de la comunidad. Estas mujeres enseñaron en distintas escuelas, principalmente de la ciudad de Angol. Además, hay 2 mujeres que trabajaron como secretarias, 1 que se dedicó a realizar masajes terapéuticos la que lo aprendió por motivación de sus nietos, y otras 2 con una marcada sensibilidad artística: una pintora autodidacta y otra dedicada a las manualidades, quienes han desarrollado su talento a lo largo de los años, muchas veces desde el espacio del hogar. Varias de estas mujeres también fueron dueñas de casa durante gran parte de su vida, asumiendo tareas de cuidado, crianza y administración del hogar con una entrega que muchas veces no es visibilizada, pero que ha sido fundamental para el bienestar de sus familias.

Hoy, 11 de estas mujeres siguen cumpliendo un rol activo en el cuidado de sus nietos y nietas, lo que condiciona su participación en la agrupación, ya que muchas veces solo pueden asistir de manera esporádica. Sin embargo, cuando logran estar presentes, participan con entusiasmo.

En cuanto a los hombres del grupo, sus trayectorias laborales también reflejan compromiso y esfuerzo. Cuatro de ellos fueron contadores y dos se desempeñaron como vendedores. Todos son egresados del Liceo Comercial de Angol, lo que genera entre ellos un sentido de pertenencia y orgullo por su formación técnica. A lo largo de sus vidas, trabajaron en distintas áreas administrativas y comerciales.

A pesar de las diferencias en las historias de vida, oficios y roles, lo que une a estas 30 personas es el deseo de mantenerse conectados, activos y presentes. La agrupación La Alegría de Vivir les ofrece la posibilidad de seguir participando, aprendiendo y compartiendo con otros, lo que fortalece no solo su bienestar individual, sino también el sentido de comunidad. La diversidad de experiencias que trae cada persona enriquece el grupo y permite mirar la vejez no como un cierre, sino como una etapa donde aún hay mucho que entregar, compartir y construir junto a otros.

Dentro del grupo, es relevante destacar la historia de la señora Ana Bustamante, una persona mayor que actualmente reside en el Condominio de Viviendas

Tuteladas "Nueva Esperanza", iniciativa gestionada a través del Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA). Ella postuló a este espacio luego de haber perdido su vivienda en un incendio ocurrido en el año 2023. Si bien cuenta con redes de apoyo familiar y comunitario, su deseo de mantener su autonomía y vivir de forma independiente fue determinante en su decisión de ingresar a este tipo de residencia. Hoy, relata sentirse cómoda, segura y agradecida del entorno, destacando que el condominio le permite continuar con su vida de manera digna, manteniendo el contacto con su agrupación y el barrio que siempre ha sentido como propio.

Por otro lado, uno de los participantes del grupo, un hombre mayor, manifiesta que su pensión no le alcanza para cubrir todos sus gastos mensuales. Esta situación lo ha llevado a realizar trabajos esporádicos como cortar pasto y hacer arreglos de jardinería en casas vecinas, especialmente en los días con buen clima. Más allá del aspecto económico, él comenta que estas actividades le permiten mantenerse activo, despejar su mente y romper con la rutina del encierro en el hogar, algo que le resulta emocionalmente difícil de sobrellevar. Su experiencia refleja las múltiples realidades que coexisten en la vejez, donde la necesidad económica y el deseo de mantenerse ocupado muchas veces se entrelazan.

Estas historias reflejan algo que atraviesa a gran parte del grupo: más allá de las necesidades económicas o las rutinas diarias, existe un deseo profundo de mantenerse activos, útiles y presentes. Muchas de las personas mayores que participan en la agrupación expresan que aún tienen mucho que entregar, ya sea desde su experiencia de vida, sus conocimientos o simplemente desde las ganas de estar con otros. Sin embargo, también comparten una sensación común: sienten que la ciudad de Angol, y la sociedad en general no siempre les da el espacio para hacerlo. "Nos ven como que ya dimos todo... pero uno todavía puede aportar", comentan algunos con cierta tristeza. Esta falta de reconocimiento social no ha apagado su energía, pero sí ha generado sentimientos de frustración. Por eso, el espacio que han construido en La Alegría de Vivir se vuelve tan importante: es ahí donde se sienten escuchados, donde pueden reír, crear, acompañarse, y sobre todo, seguir siendo quienes son, con dignidad, valor y ganas de vivir. En ese lugar, la vejez no se vive como una despedida, sino como una nueva etapa para compartir y seguir construyendo comunidad.

3.2.2. Pilotaje de investigación

La investigación también es aplicable en poblaciones de personas mayores con o sin discapacidad que participen en agrupaciones, organizaciones sociales como junta de vecinos, de igual manera personas mayores que no participen en grupos organizados. Estos participantes pueden poseer patologías o no poseerlas.

Cabe decir que los instrumentos de medición fueron la entrevista semiestructurada, observación y focus groups. En la observación se tomarán aspectos relevantes para el comportamiento de la participación social, en el focus groups para observar y describir como los participantes se desenvuelven dentro de un ambiente social.

Cuyos métodos de estudio pueden ser aplicados en la población de estudio u otras agrupaciones que cumplan con ciertas características de la población de estudio. Se señala que el objetivo de estudio puede ser realizado en esta población ya que según datos referentes de estudios sobre la participación social en agrupaciones, esta influye de gran manera ya sea en el ámbito social, familiar y económico.

METODOLOGIA VALIDACIÓN

4. RESULTADOS DEL DIAGNÓSTICO PARTICIPATIVO

Con el objetivo de conocer de manera cercana y significativa la realidad de las personas mayores que integran la agrupación La Alegría de Vivir, se desarrolló un diagnóstico participativo como parte del proceso de vinculación comunitaria. Esta metodología no solo permitió identificar necesidades y expectativas del grupo, sino que también se constituyó en una valiosa oportunidad para que los propios participantes pudieran expresarse libremente, compartir sus vivencias y proponer ideas desde su propia experiencia y sabiduría.

El diagnóstico se llevó a cabo en tres sesiones **grupales (tiempos)**, realizadas en la sede comunitaria del sector Alemania, en la ciudad de Angol. Cada una de estas sesiones tuvo un carácter cercano, reflexivo y participativo, buscando que las personas mayores se sintieran en confianza para expresar sus opiniones y emociones. Las actividades fueron planificadas cuidadosamente para que resultaran accesibles y respetuosas con los tiempos, intereses y capacidades del grupo.

Estrategias aplicadas

1. Focus group (grupo focal):

En la primera sesión del focus group se llevaron a cabo conversaciones grupales guiadas con un enfoque cálido y respetuoso, generando un ambiente de confianza donde los participantes se sintieron cómodos para abrir sus sentimientos a los compañeros de grupo. A través de preguntas abiertas y dinámicas de diálogo horizontal, se dio espacio a que las personas mayores compartieran libremente sus vivencias, tanto dentro de la agrupación como en sus vidas personales y familiares. Este encuentro no fue solo un ejercicio de recolección de datos, sino un momento profundamente humano, cargado de memorias, emociones y reflexiones.

Los temas que surgieron fueron diversos y significativos: hablaron de su experiencia en la vejez, de cómo han enfrentado el paso del tiempo, y de lo que significa envejecer en una comuna como Angol. También compartieron los motivos que los impulsan a participar en actividades comunitarias, entre ellos, el deseo de mantenerse activos, el anhelo de socializar, y la necesidad de sentirse útiles y parte de algo más grande que ellos mismos. Algunos relataron que llegar al club fue una forma de combatir la tristeza, el encierro o el silencio de sus casas, mientras que

otros comentaron que lo hacen por el simple placer de reír, conversar y sentirse vivos.

Las relaciones familiares fueron otro punto importante. En sus relatos se percibió tanto el cariño y la cercanía con hijos o nietos, como también historias marcadas por el distanciamiento, la falta de visitas o el dolor de sentir que ya no son prioridad en la vida de los demás. A pesar de estas situaciones, mostraron una profunda resiliencia, una capacidad admirable de adaptarse y seguir adelante, valorando los momentos de encuentro con sus pares como un sostén emocional vital.

Durante la conversación, también surgieron preocupaciones concretas y profundamente sentidas. Muchos hablaron con honestidad del deterioro de su salud, de los dolores físicos que conviven con ellos día a día, y de cómo eso influye en su estado de ánimo y en su independencia. Otros mencionaron la soledad como una presencia que aparece en distintos momentos, especialmente en las tardes o fines de semana, cuando no hay visitas ni actividades que realizar. Lejos de ser un espacio de queja, la conversación fluyó con respeto, comprensión y empatía entre los miembros del grupo, quienes se escuchaban con atención, asentían con la cabeza o se tomaban la mano para acompañarse.

En este primer encuentro se reveló la profundidad del mundo emocional de las personas mayores, su capacidad para reflexionar sobre sí mismas y su entorno, y su genuino interés por construir vínculos significativos. Fue una jornada rica en humanidad, donde la palabra, el silencio, las miradas y los gestos jugaron un papel tan importante como los relatos en sí. Esta sesión permitió no solo recoger información relevante para el estudio, sino también generar un espacio reparador, donde cada persona se sintió escuchada, valorada y comprendida.

2. Trabajo en equipo:

Durante la segunda sesión se propició una instancia especialmente significativa para los participantes: la formación de pequeños grupos de trabajo orientados a la reflexión colectiva. Esta dinámica tuvo como objetivo fomentar el diálogo horizontal, facilitar la expresión de ideas y fortalecer los vínculos entre los miembros de la agrupación. En un ambiente de confianza y colaboración, se invitó a las personas mayores a conversar entre sí sobre distintos aspectos de su participación en la organización, centrándose en tres dimensiones clave: las fortalezas que reconocen en su grupo, las limitaciones que perciben en su funcionamiento, y las oportunidades que identifican para crecer y proyectarse como un espacio comunitario más activo e inclusivo.

A medida que avanzaba la jornada, se pudo observar cómo emergía de manera espontánea una actitud de colaboración. Quienes integraban cada subgrupo demostraron respeto mutuo, se turnaban para hablar sin necesidad de ser guiados constantemente, y escuchaban con atención y empatía las intervenciones de sus compañeros. Uno de los aspectos más valiosos de esta sesión fue que muchas personas manifestaron que, gracias a esta actividad, pudieron conocer mejor a otros integrantes, especialmente a aquellos que asisten con menor frecuencia o que suelen mantenerse más reservados durante las reuniones regulares. Se generó un ambiente cálido, cercano, donde cada palabra fue recibida con respeto y cada experiencia compartida fue valorada como un gran aporte.

En el transcurso del trabajo grupal surgieron cinco grandes temas de interés colectivo, los cuales fueron identificados por los propios participantes como áreas prioritarias para el diálogo y la reflexión.

1. Fortalecimiento de líderes dentro de la agrupación,
2. Acceso a espacios comunitarios adecuados,
3. Dificultades estructurales que impone la ciudad,
4. Acceso universal e inclusivo a servicios y derechos.
5. La necesidad de compañía y el temor al abandono.

Cada uno de estos temas fue trabajado de manera vivencial. Es decir, más que discutir desde la teoría, los participantes comenzaron compartiendo experiencias personales que representaban cada una de estas realidades. Por ejemplo, al abordar el tema del fortalecimiento de líderes, una participante relató cómo en su juventud había ejercido cargos dirigenciales, pero que ahora, al envejecer, sentía que su voz era menos escuchada. Este relato dio paso a una conversación grupal sobre la importancia de empoderar a nuevos referentes dentro de la agrupación, respetando sus tiempos, conocimientos y capacidades.

En relación con el acceso a espacios comunitarios, la señora Silvia Concha comentó que le costaba asistir a algunas actividades municipales debido a la lejanía del lugar y la falta de transporte público accesible, lo cual afectaba directamente su participación. Esta vivencia abrió un diálogo profundo sobre cómo el entorno urbano muchas veces excluye, limita o dificulta la movilidad de las personas mayores, haciéndolas sentir fuera de lugar dentro de su propia ciudad.

Al tratar las dificultades que impone la ciudad, surgieron múltiples ejemplos relacionados con veredas en mal estado, falta de iluminación, escasa señalética y problemas de accesibilidad en edificios públicos. Los participantes expresaron que

estos obstáculos no solo afectan su seguridad física, sino también su deseo de salir, reunirse y participar activamente. Angol, en lugar de invitar, muchas veces aleja.

En torno al tema del acceso universal, se compartieron reflexiones sobre la necesidad de contar con servicios públicos que comprendan y respondan a las realidades propias del envejecimiento. Se habló del acceso a la salud, a la información, a la cultura y al ocio, reconociendo que aún existen muchas barreras tanto físicas como simbólicas, que deben ser superadas para construir una sociedad más equitativa.

Por último, el tema de la compañía y el abandono generó un espacio particularmente emotivo. Varias personas hablaron de la soledad como una presencia constante, especialmente en momentos significativos como las festividades, los cumpleaños o los fines de semana. Se compartieron relatos de hijos que se fueron a vivir lejos, de amistades que ya no están, y de rutinas que hoy transcurren en silencio. Sin embargo, también se valoró profundamente la existencia de espacios como la agrupación, donde pueden encontrarse, conversar y sentirse acompañados. “Aquí uno no se siente tan solo”, dijo una de las participantes, y esa frase resonó con fuerza en el grupo.

Después de compartir estas vivencias, cada grupo expuso su reflexión ante el resto de los participantes. La puesta en común fue un momento de escucha colectiva, donde cada persona pudo hablar desde su experiencia, pero también desde su sensibilidad, entregando ideas, sentimientos y propuestas. Se generó un intercambio rico, respetuoso y profundamente humano, que no solo permitió recoger información relevante para el estudio, sino que también fortaleció el sentido de pertenencia al grupo y reafirmó la importancia de crear espacios donde las personas mayores puedan expresarse con libertad, ser escuchadas y, sobre todo, sentirse parte activa de su comunidad.

3. Lluvia de ideas:

En la tercera sesión se utilizó la técnica de lluvia de ideas con el objetivo de recoger propuestas concretas y creativas que nacieran directamente desde los intereses y necesidades de las personas mayores participantes. Esta dinámica buscaba, además de generar insumos para fortalecer el funcionamiento de la agrupación, entregar un espacio abierto donde cada persona se sintiera libre de imaginar, proponer y soñar con nuevas formas de encontrarse, compartir y mantenerse activas dentro de la comunidad.

A diferencia de las sesiones anteriores, en esta oportunidad asistieron 20 personas, siendo esta la jornada con menor número de participantes. No obstante, la energía y el compromiso de quienes participaron se mantuvo intacto. De hecho, el grupo se mostró especialmente motivado y participativo, quizás justamente porque el espacio reducido permitió una conversación más íntima, pausada y personalizada. Esta menor cantidad de asistentes facilitó que cada voz tuviera más tiempo y espacio para expresarse con profundidad, y permitió que las ideas fluyeran de manera más cercana y espontánea.

La sesión comenzó con una breve bienvenida, seguida de una introducción a la dinámica del día. Se explicó que la actividad consistía en compartir ideas que pudieran enriquecer la vida del grupo, fortalecer el sentido de pertenencia y proyectar nuevas actividades que respondieran a sus intereses y deseos. Se invitó a cada persona a pensar en aquello que les gustaría hacer, vivir o recuperar dentro de la agrupación. Pronto comenzaron a surgir ideas, propuestas y sueños que reflejan la vitalidad, la creatividad y el profundo deseo de seguir participando activamente en la vida comunitaria.

Entre las propuestas más recurrentes destacaron la implementación de talleres de estimulación cognitiva, como ejercicios de memoria, juegos de palabras y dinámicas mentales lúdicas. Muchas personas comentaron que les gustaría “mantener la mente despierta” y aprender nuevas formas de ejercitar su pensamiento. También surgieron con fuerza las actividades artísticas, como talleres de pintura, manualidades, música y danza. Varios participantes señalaron que estas actividades no solo les entretienen, sino que también les permiten expresar emociones, recordar momentos del pasado y descubrir talentos que nunca habían explorado.

Otro tema que generó mucho entusiasmo fue la realización de celebraciones tradicionales y conmemorativas, como Fiestas Patrias, Navidad, Día del Adulto Mayor, y otras festividades propias de las personas mayores. Estas instancias fueron valoradas como momentos que rompen la rutina, refuerzan la alegría colectiva y fortalecen los lazos afectivos entre los integrantes del grupo. A su vez, muchos coincidieron en la importancia de organizar paseos y salidas recreativas, ya sea a lugares cercanos como plazas o sectores rurales, o bien a otras comunas, con el fin de salir del entorno habitual, compartir nuevas experiencias y generar recuerdos significativos.

Un punto muy valioso fue la mención espontánea de las visitas y encuentros intergeneracionales. Algunas personas mayores comentaron que les gustaría compartir más con niños, niñas, jóvenes o estudiantes, ya que sienten que esas

experiencias “llenan el corazón”, traen alegría, energía, y permiten transmitir conocimientos, historias y valores. Estas ideas reflejan un deseo profundo de mantener vivo el vínculo con otras generaciones y de sentirse reconocidos como portadores de sabiduría y experiencia.

Además de las propuestas centradas en actividades, también surgieron reflexiones importantes sobre la necesidad de fortalecer los vínculos con otras instituciones del territorio, como centros de salud (CESFAM), municipalidades, escuelas, universidades, parroquias y organizaciones sociales. Las personas participantes manifestaron que sienten que muchas veces las agrupaciones de personas mayores funcionan de manera aislada, sin un acompañamiento constante o articulado con otras redes del entorno. Por ello, se propuso buscar alianzas, invitar a profesionales o estudiantes a colaborar, y participar en actividades conjuntas con otros grupos o sectores de la comunidad.

Aunque fue una sesión con menos asistentes, fue profundamente significativa por el nivel de participación activa, el compromiso con la agrupación y la claridad con que expresaron sus ideas y anhelos. Esta jornada demostró que, incluso con grupos más pequeños, es posible generar espacios de alto valor social y emocional. Cada propuesta surgida desde esta sesión no solo representa una idea práctica, sino también un reflejo del deseo de vivir con sentido, de seguir creando, compartiendo y siendo parte de algo colectivo.

4.1 Principales resultados y reflexiones emergentes

Uno de los hallazgos más significativos del diagnóstico participativo fue la percepción compartida de que las patologías propias del envejecimiento, especialmente las de tipo osteoarticular o reumático, no solo afectan la movilidad física, sino que inciden profundamente en la participación social de las personas mayores. Muchos relataron que, tras recibir un diagnóstico médico o con la aparición de dolores crónicos persistentes, comenzaron a evitar salir de sus casas, disminuyendo así su participación en actividades grupales. En algunos casos, esto derivó en un progresivo aislamiento, tanto emocional como social.

Este reconocimiento fue especialmente relevante, ya que permitió visibilizar una problemática que muchas veces se mantiene silenciada: el impacto del malestar físico en el bienestar psicosocial y en la calidad de vida. El cuerpo que duele limita, pero también genera miedo, inseguridad y una cierta “autoexclusión” que no siempre es voluntaria, sino el resultado de barreras acumuladas.

A partir de estas conversaciones, emergieron nuevas problemáticas sociales que vale la pena identificar y profundizar:

1. La medicalización de la vejez y la falta de acompañamiento emocional

Muchas personas mayores señalaron que al presentar alguna patología, el sistema de salud tiende a responder con tratamientos farmacológicos, sin ofrecer acompañamiento emocional o apoyo psicosocial. Esta mirada fragmentada y biomédica refuerza una visión pasiva de la persona mayor como paciente, y no como un sujeto integral con necesidades sociales y comunitarias.

De un total de 30 participantes de la agrupación, 18 piensan que la atención que reciben de los servicios de salud, es una atención centrada en un modelo biomédico y 12 sienten que su atención es global, integrando necesidades sociales y comunitarias.

2. El transporte como barrera estructural para la participación

Varias personas expresaron que, aunque tienen el deseo de participar, la falta de transporte público adecuado y seguro se convierte en un obstáculo permanente. En zonas rurales o periferias urbanas, el problema se agudiza, especialmente cuando las condiciones físicas dificultan caminar largas distancias o subir a vehículos sin apoyo.

Esto no solo limita el acceso a actividades, sino que también genera una sensación de dependencia y frustración. La falta de soluciones en este ámbito vulnera el derecho a la participación social y al acceso equitativo a espacios comunitarios.

De igual manera mencionan que el transporte en la ciudad de Angol es muy caro esto debido a que cada pasaje es de mil pesos, no existen micros que puedan ayudar a su transporte, ni algún subsidio que los pueda ayudar a poder transportarse de mejor manera dentro de la ciudad.

3. Desigualdad en el acceso a redes de apoyo institucionales

Durante las sesiones, se evidenció que no todas las personas mayores tienen la misma conexión con instituciones como el CESFAM, DIDECO, juntas de vecinos o centros culturales. Mientras algunos se sienten acompañados y visibilizados, otros perciben abandono o desconocimiento de sus derechos.

Esta desigualdad está mediada por factores como el acceso a tecnología, el capital social acumulado, y en muchos casos, la discriminación estructural que afecta

particularmente a mujeres mayores, personas con discapacidad o sin redes familiares.

4. La fragilidad del sentido de pertenencia cuando no se fortalecen vínculos

A pesar de que las actividades grupales pueden ser espacios muy significativos, también se evidenció que cuando no se generan instancias continuas de encuentro o cuando las dinámicas son muy dirigidas y poco participativas, se debilita el sentido de pertenencia. En algunos casos, esto lleva a que las personas asistan “por costumbre” o por no estar solas, pero sin una implicación emocional real.

Aquí se abre un desafío importante: ¿cómo transformar las actividades en espacios verdaderamente significativos, donde cada persona se sienta parte activa, escuchada, convocada y valorada?

5. El miedo a ser una carga y la autopercepción como sujeto demandante

Uno de los elementos más sutiles, molestos y dolorosos que emergieron fue la percepción de muchas personas mayores que “molestan” o “quitan tiempo” a los profesionales del CESFAM o a sus propios familiares. Esta autopercepción no es casual: está instalada por un modelo social que tiende a infantilizar o invisibilizar a las personas mayores.

Esta problemática tiene un profundo impacto en la salud mental, ya que afecta la autoestima, la motivación para participar y la disposición a pedir ayuda cuando realmente se necesita.

Cierre de análisis:

El diagnóstico participativo permitió visibilizar no solo necesidades materiales, sino también dimensiones emocionales, simbólicas y sociales que requieren ser abordadas con urgencia. Si bien las actividades grupales ofrecieron contención, alegría y sentido, también dejaron al descubierto barreras estructurales y vivencias individuales que, si no son atendidas, pueden convertirse en factores de riesgo para la exclusión social.

Por eso, más que seguir organizando actividades por inercia, es necesario construir espacios donde las personas mayores puedan ejercer ciudadanía plena, tomando decisiones, proponiendo ideas y siendo reconocidas como sujetos activos y valiosos para la comunidad.

5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

5.1 Descripción general de la propuesta de intervención

A partir de toda la información recopilada y analizada en el proceso de diagnóstico participativo con la agrupación La Alegría de Vivir, se trabajó en el diseño de una propuesta que respondiera de forma concreta a las necesidades, ideas y preocupaciones expresadas por las personas mayores. Esta propuesta fue presentada al grupo como un prototipo de manual de accesibilidad del comercio angolino, con el propósito de acercar a las personas mayores y a la comunidad en general a los distintos locales comerciales de la ciudad de Angol.

Durante el proceso de análisis surgió un hallazgo relevante: las patologías que presentan muchas personas mayores, ya sean de tipo osteoarticular, reumático u otras condiciones crónicas, si bien no siempre generan discapacidad en términos clínicos, sí contribuyen al aislamiento y la limitación en su participación social y comunitaria. En este sentido, se identificó que el problema no radica únicamente en la condición de salud, y especialmente en las barreras del entorno, tanto físicas como sociales, que dificultan el acceso a servicios, espacios públicos y actividades significativas. Este enfoque permite comprender la discapacidad desde una mirada más social que médica, y pone en evidencia la necesidad de avanzar hacia entornos más inclusivos.

Con base en ello, la propuesta de solución consiste en la elaboración de un manual de accesibilidad de distribución gratuita, disponible tanto en formato físico como digital. Este manual está pensado no solo para las personas mayores, sino también para jóvenes, familias y cualquier miembro de la comunidad que lo requiera. Su objetivo principal es identificar y promover espacios comerciales accesibles en la ciudad, facilitando la movilidad, el acceso y la participación de las personas mayores en actividades económicas, culturales y sociales.

Además de cumplir una función práctica, el manual busca sensibilizar y generar conciencia en el comercio local sobre la importancia de la inclusión. Se propone así eliminar barreras físicas, comunicacionales y actitudinales que muchas veces quedan invisibilizadas, pero que impactan directamente en la calidad de vida y la autonomía de las personas mayores.

Esta iniciativa no solo busca mejorar la funcionalidad del entorno urbano, sino también fomentar un cambio cultural en torno al envejecimiento activo y a la participación ciudadana de los adultos mayores. En suma, se trata de una propuesta que aspira a contribuir a una ciudad más amigable, solidaria e inclusiva, donde las personas mayores puedan seguir ejerciendo plenamente su derecho a participar.

5.2 Planificación de la propuesta y costos de esta

Para llevar a cabo la siguiente propuesta se desarrollan las siguientes estrategias para cumplir los objetivos planteados:

Estrategia 1: Diagnóstico participativo y reconocimiento del entorno

Actividades:

- Realización de caminatas exploratorias junto a personas mayores por distintos sectores de Angol, identificando barreras y facilitadores del entorno urbano.
- Aplicación de entrevistas abiertas y registros escritos o visuales de las experiencias vividas durante los recorridos.
- Sistematización de los hallazgos desde una mirada comunitaria, reconociendo la voz y la experiencia de quienes habitan la ciudad.

Estrategia 2: Creación colaborativa del manual de accesibilidad y autonomía en la comuna de Angol.

Actividades:

- Diseño de un manual que contenga recomendaciones prácticas para mejorar la accesibilidad, acompañado de reflexiones, frases o testimonios de personas mayores.
- Dentro de este manual se incluirán números de CESFAM de la ciudad, Farmacias, supermercados, ferreterías, panaderías, números básicos como ambulancia, bomberos, carabineros, incluidos los números de seguridad ciudadana. Este manual es con confeccionado con la idea de poder acercar la el comercio local a las personas mayores de la ciudad de Angol.
- Inclusión de mapas sencillos que muestren rutas o lugares accesibles, pensando en quienes caminan con bastón, tienen movilidad reducida o requieren acompañamiento.
- Validación del contenido con la agrupación La Alegría de Vivir, integrando sugerencias y vivencias del grupo.

Estrategia 3: Concientización comunitaria desde el respeto y la empatía

Actividades:

- Encuentros abiertos con vecinos, vecinas y actores locales para reflexionar sobre el envejecimiento, la inclusión y el derecho a la ciudad.
- Campañas visuales o comunitarias que promuevan la empatía hacia las personas mayores y la eliminación de barreras actitudinales.
- Promoción del manual como una herramienta de apoyo para familias, cuidadores y trabajadores locales.

Estrategia 4: Difusión de información accesible y cercana

Actividades:

- Impresión del manual en formato físico, con letra clara, lenguaje sencillo e imágenes amigables, para ser entregado en centros comunitarios, juntas de vecinos, consultorios y agrupaciones.
- Disponibilidad digital en redes comunitarias, bibliotecas públicas y sitios municipales, asegurando el acceso libre y gratuito.
- Actividad de lanzamiento con participación de personas mayores como protagonistas, visibilizando sus historias, voces y aportes.

6. VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA DE SOLUCIÓN

6.1 Metodología y fases asociadas a la validación de la propuesta de intervención con el grupo prioritario y actores de instituciones relevantes del territorio

Una vez formulada la propuesta, resulta fundamental diseñar un proceso de validación que no solo permita ajustar técnicamente el contenido, sino que debe garantizar que las acciones propuestas sean realmente significativas, pertinentes y sostenibles en el tiempo para quienes son sus principales beneficiarios: las personas mayores de la agrupación La Alegría de Vivir.

Desde una perspectiva ética, se busca que esta validación no sea un simple trámite final, sino una instancia profundamente participativa y respetuosa, donde tanto las personas mayores como los actores institucionales puedan sentirse escuchados, reconocidos y partícipes del diseño de una intervención que, más allá del papel, debe materializarse en mejoras para vidas.

Por ello, se diseñan fases que permitieron recoger diferentes tipos de aportes, desde lo emocional y vivencial. Este proceso de validación es concebido no solo como un medio para afinar la propuesta, sino también como un acto de reconocimiento del conocimiento situado, de la experiencia acumulada de las personas mayores.

Fase 1: Socialización abierta de la propuesta con el grupo prioritario

En esta fase se realiza un encuentro presencial con las personas mayores que participan del diagnóstico, donde se busca crear un ambiente de confianza y horizontalidad. Se utilizan apoyos visuales como esquemas, afiches y mapas conceptuales para explicar el contenido, y se pueden generar espacios de conversación abierta donde cada persona puede expresar su opinión, inquietudes o propuestas de mejora.

Más allá de una presentación unidireccional, se busca que este momento se sienta como un círculo de diálogo, donde todas las voces tengan espacio. Ya que en cada sesión se busca que las personas mayores se puedan sentir parte del proceso desde el inicio y no solo como “usuarios” finales, sino como cocreadores de una iniciativa pensada para su bienestar. Este reconocimiento del rol activo de las personas mayores resultó fundamental para fortalecer su sentido de pertenencia y su motivación.

Fase 2: Aplicación de encuesta de validación.

Se diseñó una encuesta breve, escrita en un lenguaje accesible, que combinó preguntas cerradas, con preguntas abiertas para dejar espacio a la expresión libre. Se aplicó en papel, con acompañamiento si era necesario, y se contemplaron tiempos amplios para su respuesta, respetando los ritmos de cada persona.

Las preguntas abordaron aspectos como:

1. ¿Considera que se trabaje con su agrupación?
2. ¿Qué actividad le parece más relevante?
3. ¿Participaría activamente si se mantienen sesiones durante el tiempo?
4. ¿Qué cambiaría o agregarías?

Fase 3: Reunión de validación con actores institucionales del territorio

Esta instancia es especial para poder crear una mesa de trabajo donde formalmente se tomaran distintas redes de apoyo, incluyendo los resultados del diagnóstico, el

proceso participativo vivido con las personas mayores. Se destaca la importancia de que las instituciones no solo conozcan la propuesta, sino que se comprometan desde sus roles y competencias a facilitar su implementación.

La reunión se estructura en tres momentos: presentación, diálogo abierto, y espacio para acuerdos. Donde se potenciara escuchar a varios profesionales esto para poder tener opiniones diversas desde el ámbito institucional de la ciudad de Angol,

Esta reunión también es importante para identificar barreras y facilitadores institucionales, como recursos disponibles, tiempos de ejecución, necesidades de coordinación y posibles alianzas estratégicas.

Fase 4: Ajustes a la propuesta y entrega de versión final al grupo prioritario

Este momento representa el cierre simbólico y metodológico del proceso de validación. Implica revisar detenidamente los aportes recogidos, realizar los ajustes necesarios en la redacción, calendarización o enfoque de las actividades, y confeccionar un documento final que refleje tanto las necesidades diagnosticadas como las voluntades expresadas.

Finalmente se entregará una copia del resumen de la propuesta final al grupo prioritario, donde además se agradecerá su participación, se reconocerá su voz y se reafirma el compromiso de seguir trabajando por una vejez activa, digna y visible.

Consideraciones éticas y metodológicas del proceso

1. Se asegurará que todos los materiales y explicaciones se presentaran en un lenguaje claro, evitando tecnicismos innecesarios.
2. Se respeta el tiempo, la disponibilidad y los ritmos propios de cada participante.
3. Se garantiza la confidencialidad y la escucha activa durante todo el proceso.
4. Se promueve un enfoque de derechos, evitando visiones asistencialistas o paternalistas.
5. Se visibiliza a las personas mayores como actores protagónicos de su bienestar y no solo como beneficiarios pasivos de intervenciones.

En síntesis, la validación de la propuesta no es una etapa final decorativa, sino un acto de compromiso ético, metodológico y comunitario, que permite dar coherencia y legitimidad a todo el proceso. A través de la escucha activa, el respeto por la experiencia y el diálogo intersectorial, se reafirma que las mejores propuestas surgen cuando se construyen desde el territorio, con las personas, y no para ellas.

6.2 Resultados de validación participativa de la propuesta de solución

Validar una propuesta con la comunidad no es solo un paso metodológico: es una forma de reconocer que las verdaderas respuestas a las necesidades sociales no se construyen desde el escritorio, sino desde el diálogo con quienes viven esas realidades día a día. Por eso, se convocó tanto a integrantes de la agrupación comunitaria La Alegría de Vivir como a actores institucionales que han trabajado en el territorio y que conocen de cerca las dinámicas de la ciudad de Angol. Lo que emergió de estos encuentros no fueron solo opiniones técnicas o diagnósticos formales, sino reflexiones sentidas, sinceras y necesarias.

Desde el ámbito de la salud, Camila Parada Silva, kinesióloga del CESFAM Alemania, compartió su experiencia de más de ocho años en el sector. Su mirada fue clara: “A veces nos enfocamos tanto en cumplir indicadores que olvidamos mirar a las personas. Las personas mayores tienen historias, ideas, ganas de aportar. Validar su estatus, darles espacios, no es solo un acto simbólico, es una necesidad real. No podemos seguir tratándolos como si fueran invisibles”. Su testimonio no solo destaca la necesidad de escuchar a las personas mayores, sino también el deseo de muchos profesionales de reenfocar el trabajo comunitario desde una perspectiva más humana.

En una línea similar, Juan Cares, presidente del Consejo de Desarrollo Local de Salud, señaló: “Lo importante es acercar a la comunidad a espacios más participativos, donde la gente pueda opinar, proponer, sentirse parte. No sirve que sigamos haciendo cosas para la gente sin preguntarles primero qué quieren o necesitan”. Su experiencia como dirigente ha sido clave para visibilizar que, muchas veces, las mejores propuestas no nacen en reuniones técnicas, sino en las conversaciones cotidianas con los vecinos.

Desde el mundo político, el concejal de la ciudad de Angol, Diego Beltrán, destacó una dimensión que a veces se deja de lado: el valor intergeneracional. “Yo creo que es muy importante que las experiencias de nuestras personas mayores no se pierdan. Ellos tienen una sabiduría que los jóvenes necesitan conocer. Se podrían generar nexos con escuelas, talleres extraescolares, donde los niños y adolescentes escuchen, aprendan y compartan con los adultos mayores. Eso

también es construir comunidad”. Su propuesta abre una mirada hacia la integración de generaciones, como una vía para fortalecer el tejido social.

Pero sin duda, las voces más significativas vinieron desde el corazón de la propuesta: las personas mayores. En sus palabras se mezcla la esperanza, la gratitud, la memoria y también la crítica. La señora Mercedes Leonelli, participante activa del grupo, expresó: “A mí me gusta venir, me gusta participar. Aquí una se siente escuchada, y eso vale mucho. En otros lados uno habla y nadie te pesca. Aquí no, aquí somos personas con historia”. Su testimonio refleja lo que sienten muchas mujeres del grupo: que por fin tienen un lugar donde su voz importa.

Don Oscar Conejeros, en cambio, fue más crítico: “Cuando hay elecciones todos se acuerdan de nosotros. Ahí sí vienen, preguntan, prometen. Pero el resto del año... nada. Y cuando uno necesita algo, cuesta que aparezcan”. Sus palabras, lejos de ser un reclamo aislado, reflejan una desconfianza acumulada por años de intervenciones fragmentadas o utilitaristas, donde las personas mayores han sido vistas más como cifras o votos que como ciudadanos con derecho a opinar y participar.

En la misma línea, la señora Carolina Espinoza señaló: “Uno ve que se acuerdan de nosotros cuando hay campaña. Pero cuando uno va al consultorio o necesita ayuda para algo, no hay nadie. Y eso duele, porque también somos parte de esta ciudad”. Su testimonio, sencillo pero directo, da cuenta de la necesidad de propuestas que no solo estén bien intencionadas, sino que sean sostenidas, coherentes y respetuosas.

Estas opiniones no solo validan la propuesta, sino que la enriquecen. Nos recuerdan que participar no es solo ir a una reunión o firmar una lista: es sentirse parte de algo, tener voz, ser tomado en cuenta en la toma de decisiones. Lo que se busca con esta intervención no es solo ofrecer actividades, sino construir espacios donde las personas mayores puedan volver a sentirse protagonistas de su vida comunitaria, y donde sus saberes, inquietudes y emociones sean reconocidos con dignidad.

6.3 Sostenibilidad de la propuesta de intervención

La sostenibilidad de esta propuesta no depende únicamente de recursos materiales o apoyos institucionales, sino principalmente del compromiso, la participación y el sentido de pertenencia que las personas mayores han construido en torno a su agrupación. Lo que aquí se propone busca ser más que una serie de actividades:

se plantea como un camino para fortalecer vínculos, visibilizar las capacidades de las personas mayores y abrir espacios reales de participación en la comunidad.

Para proyectar la viabilidad y permanencia de esta propuesta, se realizó un análisis FODA, que permite identificar los aspectos internos y externos que pueden influir en su implementación y continuidad. Este análisis no solo busca identificar riesgos y oportunidades, sino también reconocer lo que ya existe y funciona en el grupo.

6.4 Planes y costos

Alianzas y Auspicios

Se Identifica locales del comercio local que sean atingentes con personas mayores, estos como farmacia, cafeterías, verdulería, vendedor de gas dispuestos a aportar para poder ser parte de la guía de servicios locales.

Se realizara contacto con la Ilustre Municipalidad de Angol, para poder ingresar dentro de la guía servicios municipales y de esta forma ayudar a difundir mediante sus redes sociales municipales.

Volantes digitales y físicos:

El diseño será de costo gratuito y que se diseñara en canva, se imprimirán 50 copias entregadas por auspiciadores

Plan de costos

Partida	Descripción	Unidad / Cantidad	Costo Unitario (CLP)	Total (CLP)	Fuente / Auspicio
1. Gestión de Alianzas	Llamadas, correos y reuniones con comercios (farmacias, cafés, etc.)	—	\$0	\$0	Trabajo propio (sin costo adicional)
2. Inclusión en Guía Municipal	Trámite y coordinación con Ilustre Municipalidad de Angol	—	\$0	\$0	Municipalidad (difusión gratuita)
3. Diseño de Volantes	Creación de piezas en Canva (infografías y texto)	—	\$0	\$0	/trabajo propio
4. Impresión de Volantes	Impresión de 50 copias A4 color	50 unidades	\$0	\$0	auspicio de local comercial
5. Distribución Digital	Publicación en redes sociales y grupos de WhatsApp	—	\$0	\$0	Trabajo propio / auspicio municipal
— Total Estimado —			\$0	\$0	

Análisis FODA de la propuesta de intervención

Fortalezas

1. Vínculo afectivo y sostenido del grupo: Las relaciones entre las personas mayores no son circunstanciales; se han formado desde la experiencia compartida, el respeto y la escucha mutua.
2. Presencia de liderazgos significativos: Hay miembros del grupo que, sin buscar protagonismo, han asumido roles de gestión, convocatoria y mediación, lo que ayuda a fortalecer el sentido de pertenencia.
3. Conexión territorial: El hecho de que el grupo esté ubicado cerca del CESFAM, en un sector con identidad como el sector Alemania, les ha permitido tejer redes con profesionales, organizaciones y autoridades locales.
4. Trayectorias de vida diversas y valiosas: El grupo está formado por personas con historias laborales y personales muy ricas: profesoras, contadores, artistas, cuidadoras, entre otros. Esta diversidad es una fuente de aprendizaje mutuo y de respeto intergeneracional.
5. Resiliencia ante la adversidad

Oportunidades

1. Existencia de políticas públicas orientadas a la participación y envejecimiento activo: Programas como Vínculos, Centros Diurnos, SENAMA y proyectos municipales pueden ser aliados para fortalecer esta propuesta.
2. Mayor conciencia social sobre el envejecimiento: La sociedad está comenzando a mirar a las personas mayores desde una perspectiva más digna y participativa, lo que abre puertas para poder crear nuevos cambios.
3. Interés de estudiantes y profesionales jóvenes por trabajar en comunidad: Esto permite formar redes intergeneracionales que aportan frescura, innovación y acompañamiento técnico.
4. Espacios comunitarios accesibles: Contar con una sede propia en el sector, cercana a servicios clave, disminuye barreras logísticas y favorece la autogestión del grupo.
5. Vinculación con el Consejo de Desarrollo Local de Salud: Permite tener una voz en decisiones comunales y canalizar inquietudes desde la experiencia vivida.

Debilidades

1. Limitaciones económicas estructurales: Muchos de los participantes viven con pensiones bajas, lo que condiciona su calidad de vida y disponibilidad para actividades no esenciales.
2. Carga de roles familiares no reconocidos: Especialmente las mujeres, aún en la vejez, continúan siendo responsables del cuidado de nietos, lo que limita su autonomía y tiempo libre.
3. Baja formación en herramientas de gestión de proyectos: Aunque hay capacidad de organización, falta acceso a capacitaciones para formular, postular y administrar fondos.
4. Riesgo de sobrecarga en líderes: El peso de sostener la agrupación recae en pocas personas, lo que puede desgastarlas si no se diversifican los roles.
5. Desgaste físico progresivo: Las enfermedades crónicas, el dolor o las dificultades de movilidad afectan la participación, especialmente en actividades que requieren desplazamientos.

Amenazas

1. Desvinculación institucional por recambio de autoridades o profesionales: La alta rotación en servicios públicos puede significar la pérdida de vínculos clave ya establecidos.
2. Persistencia del edadismo en la cultura local: A pesar de los avances, persiste una mirada que infantiliza o subestima a las personas mayores, dificultando su integración en decisiones comunales.
3. Falta de continuidad de financiamiento: Muchos fondos públicos son concursables o de corto plazo, lo que genera incertidumbre para mantener las actividades en el tiempo.
4. Estigmatización de la vejez como dependencia: Aún hay discursos que asocian la vejez con carga o deterioro, lo que puede desmotivar a los propios mayores a participar.
5. Condiciones climáticas o de salud pública: Factores externos pueden limitar las reuniones presenciales, afectando la continuidad del grupo.
6. Brechas en transporte público o inseguridad barrial: Algunas personas viven en zonas más alejadas o sienten temor al transitar, lo que reduce su participación.

6.4 Ajustes necesarios y aprendizajes de la propuesta de solución

Posterior a validar la propuesta con integrantes locales, y tras compartir jornadas con las personas mayores de la Agrupación “La Alegría de Vivir” de la ciudad de Angol, surgieron recomendaciones muy prácticas y llenas de calidez:

Es importante ir descubriendo que a las personas mayores les interesa crear encuentros intergeneracionales donde se podría cobrar vida al aire libre, se puede mencionar el relato de la señora Rosa Guzmán quien, con su voz pausada, recordó las historias del antiguo Angol y sugirió invitar a jóvenes del liceo a escucharla mientras se pueden tomar un mate en alguna sede o algún establecimiento educacional. Así nace la idea de posibles talleres “Abuelos y Nietos”: encuentros cada dos meses donde la memoria de Angol se puede tejer entre historias y risas, siempre con el respaldo de la Municipalidad para ceder el espacio y junto con equipo de amplificación o detalles que puedan surgir.

De igual manera en el CESFAM Alemania de la ciudad, se puede comprobar que las letras pequeñas impiden que muchas personas mayores lean con atención lo que se trata de comunicar. Por eso, es necesario convertir los volantes en afiches A3 de alto contraste, con pictogramas sencillos que apuntan a rampas, micros y accesos.

Los espacios de retroalimentación se convirtieron en pequeñas fiestas del progreso: ya que las personas mayores se sienten escuchadas, validadas y también importantes, sienten que sus opiniones siguen siendo importantes para la sociedad, ya no sienten que opinar es solo opinar y que nadie escuchara lo que ellos mencionan.

7. REFLEXIONES FINALES Y CONCLUSIONES

Después de un largo proceso de trabajo, reflexión y aprendizaje, puedo afirmar con certeza que este proyecto ha sido mucho más que una investigación académica. Ha sido una experiencia profundamente humana, que me ha llevado a mirar la vejez desde un lugar mucho más cercano, más comprometido y, sobre todo, más consciente.

Vivimos en una ciudad y un país donde lamentablemente se ha ido perdiendo la sensibilidad frente a las realidades que no son nuestras propias realidades o de nuestra familia, cada vez es más común observar cómo muchas personas solo se conmueven o movilizan ante situaciones que afectan a sus círculos cercanos, olvidando que formamos parte de una sociedad que está compuesta por personas que sienten, aman y sufren, estamos en una sociedad que envejece día a día. Esta indiferencia silenciosa genera una gran distancia entre lo individual y lo colectivo, y nos lleva a invisibilizar las necesidades y derechos de quienes han construido la historia de nuestra sociedad: las personas mayores.

Este trabajo nace desde la convicción de que debemos volver a mirar a nuestro entorno con empatía, con respeto y con responsabilidad social. Preocuparnos solo por lo que nos rodea directamente ya no es suficiente. Hoy, más que nunca, debemos comprometernos activamente con el bienestar de nuestra sociedad en su conjunto, y eso incluye, de manera prioritaria, a nuestras personas mayores.

En el caso de la ciudad de Angol, se ha instalado con fuerza la idea de que es una “ciudad de paso” o una ciudad para venir a jubilarse. Y, en efecto, cada día vemos cómo crece el número de personas mayores en nuestra comuna. Sin embargo, este aumento no siempre ha ido acompañado de políticas públicas locales que garanticen un trato digno, inclusivo y sin distinción. En esto podemos mencionar que no todo es como nos conformamos, sino de la carencia de políticas comunales que se encuentran limitadas en modelos biomédicos o sociales que no presentan la motivación y respeto total por el óptimo desempeño de las personas mayores en nuestra ciudad,

Desde la experiencia recogida en este trabajo, es posible observar cómo el sistema municipal presenta importantes brechas en su atención a este grupo etario, especialmente cuando se hacen distinciones tan marcadas entre personas mayores autovalentes y aquellas con algún grado de dependencia leve. Esta diferenciación genera desigualdades en el acceso a servicios, programas y oportunidades, y reproduce formas de segregación que limitan el ejercicio pleno de derechos. Esta

no es solo una problemática local, sino un reflejo de una realidad nacional que debemos abordar con urgencia y seriedad.

Hoy, como sociedad, tenemos una gran tarea pendiente: volver a valorar lo que muchas veces se ha dado por sentado. Debemos rescatar las tradiciones, las experiencias, los saberes y la historia viva de nuestras personas mayores. Ellas y ellos no son una carga para la sociedad, sino un recurso invaluable que debemos cuidar, respetar y acompañar.

Llegar a ser una persona mayor no debe ser visto como una etapa de pérdida, sino como un momento de transición, donde la vida se vuelve más serena, más reflexiva, y donde merecemos vivir con dignidad, sin prisa, sin exclusión. Sí, las fuerzas físicas disminuyen, pero crece la sabiduría, la perspectiva y la profundidad en la mirada.

Este trabajo busca ser una pequeña contribución para avanzar hacia una sociedad más justa, más humana y más consciente del valor de envejecer con dignidad. Que el paso de los años no sea sinónimo de abandono, sino una oportunidad para construir comunidades más solidarias, intergeneracionales y comprometidas con el bienestar de todos y todas.

8. REFERENCIAS

American Psychological Association. (2020). Manual de publicaciones de la American Psychological Association (7ª ed.). American Psychological Association.

Asociación Internacional de Accesibilidad. (2011). Accesibilidad y usabilidad del entorno construido (ISO 21542:2011, versión en español). Organización Internacional de Normalización.

Biblioteca del Congreso Nacional de Chile. (2010). Ley 20.422 sobre igualdad de oportunidades e inclusión social de personas con discapacidad. Recuperado de <https://www.bcn.cl/leychile>

Brown, J., & Isaacs, D. (2005). El Café del Mundo: Cómo conversaciones significativas pueden cambiar nuestro futuro. Berrett-Koehler.

CASEN. (2017). Informe encuesta CASEN 2017: Caracterización socioeconómica nacional. Ministerio de Desarrollo Social y Familia. Recuperado de <https://www.desarrollosocialyfamilia.gob.cl>

Centro de Estudios SENADIS. (2022). Guía de accesibilidad universal para espacios públicos. Servicio Nacional de la Discapacidad. Recuperado de <https://www.senadis.gob.cl/guias>

Centro de Estudios SENADIS. (2023). Estadísticas de discapacidad en Chile. Servicio Nacional de la Discapacidad. Recuperado de <https://www.senadis.gob.cl/estadisticas>

Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2019). Envejecimiento demográfico: desafíos y oportunidades en América Latina y el Caribe. CEPAL.

Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). Investigación cualitativa y diseño de investigación: Elegir entre cinco enfoques (4ª ed.). Sage Publications.

Departamento de Asuntos Económicos y Sociales de las Naciones Unidas. (1995). Principios de las Naciones Unidas relativos al envejecimiento (versión en español). Naciones Unidas.

Dirección de Informaciones de SENADIS. (2023). Servicio Nacional de la Discapacidad. Recuperado de <https://www.senadis.gob.cl>

Encuesta de Caracterización Socioeconómica Nacional (CASEN). (2017). Metodología de la encuesta CASEN 2017. Ministerio de Desarrollo Social y Familia. Recuperado de <https://www.desarrollosocialyfamilia.gob.cl>

Federación Iberoamericana de Gerontología y Geriatría. (2015). Buenas prácticas en participación social de personas mayores. FIGG.

Flick, U. (2018). Recopilación de datos cualitativos: Manual práctico (versión en español). Sage Publications.

Fundación Chilena del Paciente. (2020). Guía para la inclusión de personas mayores en espacios comunitarios. Fundación Chilena del Paciente.

Ministerio de Desarrollo Social y Familia. (2019). Política nacional de envejecimiento (versión en español). Gobierno de Chile. Recuperado de <https://www.desarrollosocialyfamilia.gob.cl/politica-envejecimiento>

Ministerio de Salud de Chile. (2016). Estrategia de atención de salud de adultos mayores. Gobierno de Chile. Recuperado de <https://www.minsal.cl>

Organización de las Naciones Unidas. (2007). Ciudades amigables con las personas mayores: Guía (versión en español). OMS.

Organización Iberoamericana de Seguridad Social. (2018). Envejecimiento activo y protección social en Iberoamérica. OISS.

Organización Mundial de la Salud. (2015). Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud (versión en español). OMS.

Pacheco, H., & Araya, A. (2020). Participación social de personas mayores en comunidades rurales de Chile. *Revista Chilena de Gerontología*, 9(1), 22–35. <https://doi.org/10.4067/S0718-07582020000100022>

Paterson, B. L., & Thorne, S. (2019). Investigación basada en la interpretación: Un enfoque cualitativo (versión en español). Editorial Médica Panamericana.

Secretaría Ministerial de Desarrollo Social y Familia, Región de La Araucanía. (2021). Informe regional de envejecimiento activo. Gobierno Regional de La Araucanía.

Wang, C., & Burris, M. A. (1997). Photovoice: Concepto, metodología y uso para la evaluación participativa de necesidades. *Health Education & Behavior*, 24(3), 369–387. <https://doi.org/10.1177/109019819702400309>

World Health Organization. (2014). Plan de acción mundial sobre discapacidad 2014–2021: Mejor salud para todas las personas con discapacidad (versión en español). OMS.

9. ANEXOS

Consentimiento Informado

Investigador: Francisco Venegas Pezo, Terapeuta Ocupacional
Grupo: La Alegría de Vivir

Propósito

Usted está invitado/a a compartir sus experiencias y percepciones para identificar barreras y proponer mejoras en la integración comunitaria de personas mayores. La información recolectada servirá como fuente para el trabajo de Magíster de Francisco Venegas Pezo.

Procedimiento

Participación en actividades grupales (dinámicas, encuestas, breves entrevistas). Cada sesión dura 60–90 minutos, en el Centro “La Alegría de Vivir” (o vía virtual). Se tomarán notas y, con su permiso, fotografías o grabaciones de audio.

Voluntariedad y Retiro

Su participación es voluntaria. Puede retirarse en cualquier momento sin justificarlo y sin consecuencias.

Consentimiento

He leído este documento, entiendo su contenido y acepto participar bajo las condiciones descritas.

Participante

Nombre completo: _____ Firma: _____

Francisco Venegas Pezo
Terapeuta Ocupacional
16.988.558-3

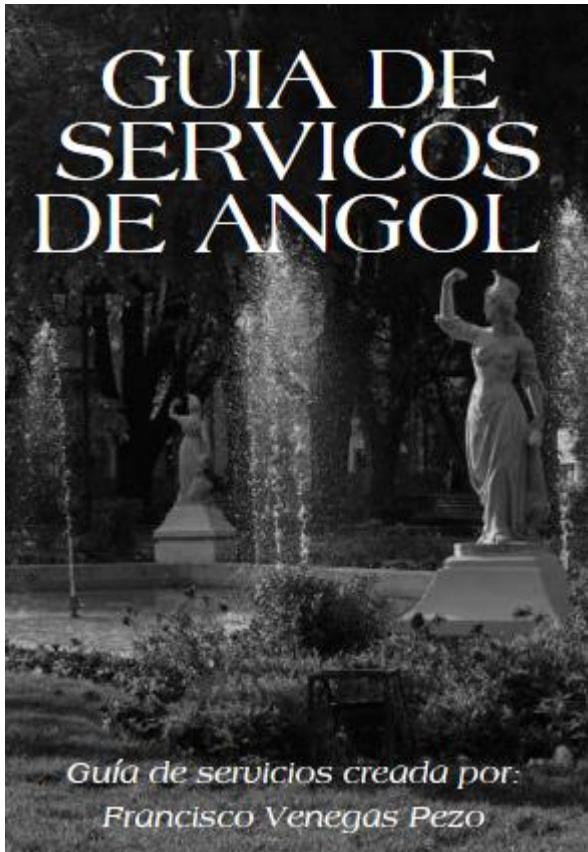
Fotos sesión uno de diagnostico, esto se realizo en auditorium de CESFAM Alemania



Sesiones de trabajo



Preparación de manual de accesibilidad



GUÍA DE SERVICIOS DISPONIBLES

Esta guía ha sido elaborada con el propósito de acercar a las personas mayores a los principales servicios disponibles en nuestra ciudad. Aquí encontrará información clara y accesible sobre farmacias, bomberos, locales comerciales y otros servicios esenciales. Nuestro objetivo es facilitar su participación activa en la comunidad, promoviendo su autonomía y bienestar. Esta guía es gratuita y ha sido pensada con cariño para usted.

