

# INSTITUTO TECNOLÓGICO Y DE ESTUDIOS SUPERIORES DE OCCIDENTE

Departamento del Hábitat y Desarrollo Urbano

Sustentabilidad y tecnología

PROYECTO DE APLICACIÓN PROFESIONAL (PAP)

PAP PROGRAMA DISEÑO DE TECNOLOGÍA APROPIADA Y SU APROVECHAMIENTO EN NUCLEOS ECONÓMICOS  
LOCALES



ITESO Universidad  
Jesuita de Guadalajara

1L05 - HILANDO GENERACIONES Y MODA Reporte PAP Hilando Generaciones y Moda-Revista Ancestro Primavera 2024

PRESENTAN

Ana Sofía Salcedo López Licenciatura en Diseño

Frida María Ortiz Paz Licenciatura en Gestión Cultural

Kevin Jesús López Pacheco Licenciatura en Comunicación y Artes Audiovisuales

Paloma Hernández García Méndez Licenciatura en Arte y Creación

Dania Park Lee Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda

Ximena Joanna Gaona Montes Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda

Ana Sofía Román Díaz Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda

Carolina Huerta Ibarra Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda

Alexia Jiménez Serrano Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda

Alondra Daniela Sánchez Macías Licenciatura en Indumentaria y Moda

Aixa Fernanda Corona Gil Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda

Andrea González González Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda

Patricia Alejandra Beltrán Ruiz Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda

María Renata Mercado Salomón Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda

Cristina Valenzuela Gaxiola Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda

Julia Catalina Rodríguez González Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda

Jazmín Alondra González González Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda

Mariana Nájera Carrillo Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda

Luis Enrique Peña Reynoso Licenciatura en Psicología

Ana Paula Rodarte García Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda

Akari Camilla Urakami Olivas Licenciatura en Comunicación y Artes Audiovisuales

María José Ruelas González Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda

Profesoras PAP:

Mariana Salazar Castillo, Lilia Gabriela Esparza Valencia, Sharinna Aguilar Ayala y Elena  
Dueñas Ventura

Tlaquepaque, Jalisco, mayo 2024

# ÍNDICE

## Contenido

REPORTE PAP .....	2
Presentación Institucional de los Proyectos de Aplicación Profesional .....	2
Resumen .....	4
1. Ciclo participativo del Proyecto de Aplicación Profesional .....	6
1.1 Entendimiento del ámbito y del contexto.....	7
1.2 Caracterización de la organización .....	19
1.3 Identificación de la(s) problemática(s) .....	21
1.4. Planeación de alternativa(s).....	29
1.5. Desarrollo de la propuesta de mejora .....	28
1.6. Valoración de productos, resultados e impactos.....	30
1.7. Bibliografía y otros recursos.....	44
1.8. Anexos generales.....	45
2. Reflexión crítica y ética de la experiencia .....	60

## REPORTE PAP

### Presentación Institucional de los Proyectos de Aplicación Profesional

Los Proyectos de Aplicación Profesional (PAP) son experiencias socio-profesionales de los alumnos que desde el currículo de su formación universitaria- enfrentan retos, resuelven problemas o innovan una necesidad sociotécnica del entorno, en vinculación (colaboración) (co-participación) con grupos, instituciones, organizaciones o comunidades, en escenarios reales donde comparten saberes.

El PAP, como espacio curricular de formación vinculada, ha logrado integrar el Servicio Social (acorde con las Orientaciones Fundamentales del ITESO), los requisitos de dar cuenta de los saberes y del saber aplicar los mismos al culminar la formación profesional (Opción Terminal), mediante la realización de proyectos profesionales de cara a las necesidades y retos del entorno (Aplicación Profesional).

El PAP es un proceso acotado en el tiempo en que los estudiantes, los beneficiarios externos y los profesores se asocian colaborativamente y en red, en un proyecto, e incursionan en un mundo social, como actores que enfrentan verdaderos problemas y desafíos traducibles en demandas pertinentes y socialmente relevantes. Frente a éstas transfieren experiencia de sus saberes profesionales y demuestran que saben hacer, innovar, co-crear o transformar en distintos campos sociales.

El PAP trata de sembrar en los estudiantes una disposición permanente de encargarse de la realidad con una actitud comprometida y ética frente a las disimetrías sociales. En otras palabras, se trata del reto de “saber y aprender a transformar”.

El Reporte PAP consta de tres componentes:

El primer componente refiere al ciclo participativo del PAP, en donde se documentan las diferentes fases del proyecto y las actividades que tuvieron lugar durante el desarrollo de este y la valoración de las incidencias en el entorno.

En caso de requerirse alguna adecuación al nombre de las fases propuestas para este componente, se puede realizar siempre y cuando sea complementario a lo ya establecido.

El segundo componente presenta los productos elaborados de acuerdo con su tipología.

El tercer componente es la reflexión crítica y ética de la experiencia, el reconocimiento de las competencias y los aprendizajes profesionales que el estudiante desarrolló en el transcurso de su labor.

## Resumen

El PAP Hilando Generaciones y moda se encuentra dentro del rubro y apuestas de Sustentabilidad y Tecnología, que se describen como el lugar donde se generan alternativas mediante la innovación tecnológica y la sustentabilidad para el cuidado del medio ambiente, la salud y las comunidades. El objetivo principal de Hilando Generaciones es incidir en la calidad de vida y la inclusión de las personas mayores a través de la moda como herramienta de expresión de sus emociones y a través de la convivencia intergeneracional.

Mediante el intercambio de diálogo y experiencias entre estudiantes y adultos mayores de los centros dedicados al adulto mayor en DIF Zapopan: Centro Metropolitano del Adulto Mayor (CEMAM), y DIF Guadalajara: Centro Tapatío de Atención al Adulto Mayor (CETAM), se aborda el envejecimiento activo, así como la autoestima vinculándolo a temas de moda y estilismo.

Uno de los principales problemas que aborda el PAP es el edadismo, que según la OMS se refiere a la forma de pensar (estereotipos), sentir (prejuicios) y actuar (discriminación) con respecto a los demás o a nosotros mismos por razón de la edad.

Este PAP busca abonar al tejido social mediante la colaboración entre las generaciones involucradas, dando relaciones significativas que nos unen como sociedad.

Contexto general:

Previo a la convivencia fue necesario crear conciencia y tener información sobre cómo es que se debe llevar a cabo esta convivencia. En las primeras sesiones los alumnos se impregnaron con temas como el edadismo, conceptos sociales, conceptos psicológicos, y situaciones que podrían tomar en el camino del proceso.

Para realizar el proyecto de manera eficiente, nos organizamos en varios equipos, cada uno enfocado en aspectos específicos. Primero, formamos el equipo de entrevistas, encargado de elaborar preguntas dirigidas a varias personas de los centros: Centro Metropolitano de Atención al Adulto Mayor (CEMAM) y Centro Tapatío de Atención al Adulto Mayor (CETAM). Estas entrevistas generaron una amplia gama de respuestas, las cuales fueron meticulosamente transcritas y utilizadas como material para la redacción de varios artículos. Finalmente, estos artículos fueron publicados en la reconocida revista “Ancestro”.

En la revista, también se publicó un artículo que fue elaborado por el equipo de redacción, dicho artículo profundiza en los efectos del edadismo: cómo impacta en la vida de las personas mayores, ya sea disfrutándolo o sufriendo sus consecuencias. Además, explora las acciones que han demostrado ser más beneficiosas para quienes atraviesan esta etapa de la vida. Este artículo también fue publicado en la revista “Ancestro” con el resto de las entrevistas transcritas anteriormente.

El equipo de diseño editorial se dedicó meticulosamente a crear un diseño que permitiera expresar de manera fiel la naturaleza del edadismo en la cultura mexicana y su impacto en nuestra sociedad actual. La revista “Ancestro”, concebida por estudiantes apasionados por la riqueza cultural de México y la sabiduría que los adultos mayores tienen para compartir, se presenta como un reflejo de esta pasión. El equipo se esforzó tanto en la estética como en el contenido para garantizar una revista de la más alta calidad.

En la producción de la revista, también se llevó a cabo una sesión de fotografía dirigida por el equipo de fotografía y edición. Estos profesionales estudiaron cuidadosamente el espacio para asegurar una sesión óptima, y posteriormente se encargaron de editar las imágenes, que luego las presentó el equipo de diseño editorial en la revista.

La participación del equipo de *Styling* fue fundamental en esta etapa: se encargaron de diseñar los atuendos, el maquillaje y los accesorios que lucirían los adultos mayores durante la sesión. Además, coordinaron la logística del evento, desde la selección de los participantes hasta el transporte de regreso a sus hogares, entre otros aspectos. La colaboración estrecha entre estos dos equipos fue crucial a lo largo de todo el proyecto.

También se formó un equipo encargado de la producción del evento final, en el cual se presentó la revista “Ancestro”, este equipo gestionó la selección y cotización de los espacios, alimentos, bebidas, invitaciones, entre otros aspectos, con el fin de garantizar el éxito de este evento crucial para la presentación de nuestro proyecto final. Además, llevaron a cabo una planificación detallada, estableciendo un programa minuto a minuto que incluyó la organización de las presentaciones, los oradores, y la exposición de la génesis del proyecto y sus objetivos.

Cada miembro de los equipos desempeñó un papel fundamental en la materialización de la revista “Ancestro” tal como la conocemos hoy en día. Cada integrante del PAP Hilando Generaciones y Moda fue testigo de la relevancia del edadismo y el papel de los adultos mayores en nuestras vidas, y cómo es necesario abordar estos temas para mejorar la percepción y el trato hacia los mayores en la cultura mexicana.

## 1. Ciclo participativo del Proyecto de Aplicación Profesional

El ciclo participativo del Proyecto de Aplicación Profesional se puede desglosar en las siguientes etapas, siguiendo el proceso de identificación de necesidades, planificación, aprobación, aplicación y valoración:

### 1. Identifica necesidad:

El edadismo es un problema social urgente que se debe atender, ya que es un tipo de discriminación presente en las comunidades y que se manifiesta con actitudes y prácticas prejuiciosas hacia los mayores, y no sólo eso, sino que el edadismo se presenta en diversas maneras, afectando negativamente la calidad de vida de este sector de la población, por eso es necesario concientizar y sensibilizar a las nuevas generaciones respecto a este tema para que poco a poco desaparezca.

Este sector de la comunidad sufre varios desafíos donde el edadismo se presenta en sus vidas

diarias en los cuales sufren de estereotipos negativos, discriminación en el trabajo, exclusión social, maltrato y abuso, esto impactando en sus vidas deteriorando su salud mental, disminuyendo su calidad de vida y en sus derechos.

Gracias a esto entendemos que es importante recordar que todos tenemos un papel importante en esta lucha en contra del edadismo, desafiando los estereotipos negativos, promoviendo el respeto a los adultos mayores y apoyando iniciativas como lo es el PAP Hilando Generaciones y Moda que combaten este problema, y así de este modo crear una sociedad más justa e inclusiva para todos.

Previa a la visita con los adultos mayores del CETAM y del CEMAM tuvimos varias clases donde conocimos la problemática, tuvimos pláticas de concientización y sensibilización respecto al tema para llegar preparados a las visitas con los adultos mayores. También tuvimos clases donde se expusieron los puntos principales del proyecto y el resultado final que se buscaba obtener, en este caso era una revista de moda que abordará el tema del edadismo, esto gracias al convivio y la participación con los adultos mayores de los centros.

## 2.Planeación (proyección-alcances):

Una vez identificada la necesidad, se procedió a la planificación del proyecto con la participación de todos. En esta etapa, se definieron los objetivos, alcances, actividades, recursos necesarios y el cronograma de trabajo. También establecimos las metas a alcanzar y se diseñaron las estrategias para lograr los resultados esperados

Este semestre se decidió que el proyecto final sería la creación de una revista de moda, con una sesión editorial, entrevistas y artículos sobre los adultos mayores y el edadismo. Al final se presentaría la revista en un evento organizado por nosotros los alumnos, y donde invitaríamos a los adultos mayores y personas relevantes del medio.

El objetivo de este proyecto es concientizar a las personas sobre lo que es realmente ser un adulto mayor, de cómo la vida cambia, pero no se acaba.

En conjunto con la creación de la revista, estuvimos yendo a los centros CEMAM y CETAM para convivir con los adultos mayores y hacerles actividades. Este semestre propusimos y llevamos a cabo talleres de pintura en tela y bordado.

Para poder hacer todo esto, el salón se dividió en grupos pequeños. Cada grupo tenía un rol diferente en la creación de la revista y la organización del evento de presentación. Al asistir a los centros también se dividió el grupo en dos. Un grupo estuvo acudiendo al CETAM y otro grupo al CEMAM.

Ir a los centros y convivir con los adultos nos ayudó para poder conocer sus historias de vida, sus personalidades, carácter, etc. En base a esto hicimos grupalmente la selección de los adultos mayores que podrían dar un buen contenido para las entrevistas y los artículos. También se seleccionaron a los adultos con las personalidades más extrovertidas para la toma de fotos para la sesión editorial.

### 3. Aprobación (acuerdos):

Luego de la fase de planificación, se somete el plan del proyecto a una revisión y aprobación por parte de los involucrados, que pueden incluir profesores, autoridades académicas, colaboradores externos y otros actores relevantes. Es importante obtener el respaldo y la validación de todas las partes interesadas antes de avanzar a la etapa de ejecución .

El proyecto fue planificado y aprobado previamente por los profesores y la institución. De manera posterior por los equipos de trabajos conformados por las personas mayores y estudiantes acotados ya, a los productos y actividades del proyecto.

Por otro lado, hubo diálogo entre estudiantes y beneficiarios para acordar actividades, productos y alcances, tanto en cuanto a fechas como en cuanto a logística y motivos.

### 4. Aplicación (ejecución):

Con el plan aprobado, se procede a la ejecución del proyecto. Se llevan a cabo las actividades planificadas, que en este caso era ir a los centros CEMAM y CETAM a pasar tiempo de calidad con las personas de la tercera edad llevando talleres de bordado y pintura en tela, escucharlos y compartir momentos con ellos para conocerlos más afondo, también otra de las actividades planeadas fueron el traer a las personas de la tercera edad de los dos centros a pasar un día con

nosotros en el ITESO y darles un tour por las instalaciones, una vez haciendo estas actividades, el equipo de fotografía organizó una sesión de fotos para la editorial de la revista y los adultos estuvieron involucrados siendo modelos, por otro lado el equipo de editorial estuvo entrevistando simultáneamente a varios de los adultos para poder obtener las entrevistas y poder llevar a cabo la revista llamada “ANCESTRO”.

Al igual que estos dos equipos habían otros, que llevaron la parte de la edición, redes sociales y la planeación del evento para la presentación de la revista, en donde invitamos a todos los adultos mayores y personas relevantes del medio, como Joanna Santillán, los editores de la revista CRUCE para que cubrieran el evento, los altos mandos del ITESO y coordinadores de varias carreras, esto para darle mayor difusión a la revista y a la problemática que se llevó trabajando a lo largo del semestre.

#### 5. Valoración (evaluación/socialización):

La valoración y socialización del proyecto fueron aspectos cruciales para comprender su impacto en la comunidad y promover la inclusión activa de los adultos mayores. Se evaluó cuidadosamente cómo las actividades planificadas influyeron en la percepción y el bienestar de los participantes, recopilando testimonios y comentarios para comprender su impacto en la calidad de vida y la percepción de la vejez. Además, se valoró la capacidad del proyecto para fomentar la socialización entre los participantes, creando un ambiente de camaradería y apoyo mutuo. Se evaluó la inclusión y participación de los adultos mayores en todas las etapas del proyecto, reconociendo la diversidad de habilidades y experiencias que cada uno aportaba. La medición de resultados, a través de métricas específicas y feedback continuo, permitió ajustar el proyecto según las necesidades y sugerencias de los participantes, promoviendo así una cultura de escucha activa y colaboración. En conjunto, la valoración y socialización del proyecto no solo permitieron comprender su impacto en la comunidad, sino que también fortalecieron las relaciones interpersonales y enriquecieron la experiencia de todos los involucrados.

#### [Entendimiento del ámbito y del contexto](#)

##### **Contexto global**

A nivel global, la población de adulto mayor está experimentando un crecimiento muy

significativo debido a factores como el aumento de esperanza de vida y la disminución de las tasas de natalidad en muchas regiones. Este cambio demográfico tiene diversas implicaciones en diferentes áreas como en: la salud, la economía, sociedad y política.

Según la Comisión Económica para América Latina y el Caribe, a nivel mundial, entre 2015 y 2030 la población de 60 años y más se elevará de 900 millones a más de 1.400 millones de personas. Ello supone un incremento del 64% en tan solo 15 años, siendo el grupo de edad que más crece. En términos relativos, el porcentaje de población de 60 años y más pasará del 12,3% en 2015 al 16,4% en 2030. Aunque la situación de las regiones es marcadamente distinta, y Europa es y seguirá siendo el continente más envejecido del mundo.

América Latina y el Caribe se encuentra además en la antesala de un cambio sin precedentes en su historia: en 2037 la proporción de personas mayores sobrepasará a la proporción de menores de 15 años. En valores absolutos, la población de 60 años y más, compuesta en la actualidad por unos 76 millones de personas, tendrá un período de amplio incremento que la llevará a alcanzar las cifras de 147 millones de personas en 2037 y 264 millones en 2075.

Hoy la mayor parte de la población tiene una calidad de vida de 60 o más años, todos los países están experimentando este incremento, tanto de calidad como de la proporción de personas mayores en la población. Según la CEPAL en América Latina se estima que para el año 2025 habrá alrededor de 98 millones de personas mayores y, para el 2050 este grupo etario constituirá el 23,4 % de la población total de la región, es decir, prácticamente uno de cada cuatro latinoamericanos será una persona adulta mayor. En América Latina y el Caribe, a una persona de 60 años de edad le quedan por vivir, en promedio, 22.4 años en el quinquenio 2015-2020. Cabe señalar que existen diferencias según sexo, especialmente en los países donde el nivel de mortalidad es bajo: las mujeres presentan una mayor sobrevivencia y aventajan a los hombres en 3.2 años en promedio. Chile, Costa Rica, Cuba y Panamá presentan la mayor sobrevivencia a los 60 años de edad, que oscila entre 23 y 26 años; además, las brechas de esperanza de vida a los 60 años entre hombres y mujeres son superiores a 5 años en estos países. Las personas mayores continuarán ganando años de vida en la región: la esperanza de vida a los 60 años será de 24 años en el período de 2030 a 2035 y entre 2060 y 2065 aumentará a 27.

En este cambio en la distribución de la población de los países hacia edades más avanzadas lo

que se conoce como envejecimiento de la población empezó en los países de ingresos altos (en Japón, por ejemplo, el 30% de la población ya tiene más de 60 años), pero los cambios más importantes se están viendo actualmente en los países de ingresos bajos y medianos. Según los datos de la OMS en 2050, dos tercios de la población mundial de más de 60 años vivirá en países de ingresos bajos y medianos.

La migración intencional desempeña un papel fundamental en la configuración de las tendencias demográficas de varios países del mundo. En los países de renta alta, la contribución de la migración internacional al crecimiento de la población entre 2000 y 2020 fue superior al saldo de nacimientos sobre defunciones.

Entre 2010 y 2021, 40 países o territorios experimentaron una entrada neta de más de 200,000 inmigrantes cada uno, y 17 de ellos tuvieron una entrada neta de más de un millón de personas. Algunos de los países con altos niveles de inmigrantes cada uno, y 17 de ellos tuvieron una entrada neta de más de un millón de personas. Algunos de los países con altos niveles de inmigración durante este periodo fueron Jordania, Líbano y Turquía, debido principalmente a los movimientos de refugiados

Factores que influyen en un envejecimiento saludable:

El envejecimiento saludable está influenciado por una variedad de factores que impactan la calidad de vida en la edad avanzada. Estos factores incluyen tanto aspectos individuales como ambientales, como la genética, los hábitos de vida, el entorno social y físico, y el acceso a servicios de salud y cuidado a largo plazo. Promover un envejecimiento saludable requiere abordar estos elementos de manera integral, desde la promoción de estilos de vida saludables hasta la creación de entornos propicios que fomenten la participación social y el bienestar emocional y físico de las personas mayores.

La ampliación de la esperanza de vida ofrece oportunidades significativas tanto para las personas mayores como para la sociedad en su conjunto. Estos años adicionales pueden ser aprovechados para emprender nuevas actividades, como continuar estudios, iniciar una nueva profesión o

retomar antiguas aficiones. Sin embargo, la clave para aprovechar estas oportunidades radica en la salud.

Aunque la proporción de vida disfrutada en buena salud ha permanecido relativamente constante, lo que implica que los años adicionales pueden verse afectados por problemas de salud. Cuando las personas pueden vivir estos años extra en buena salud y en un entorno favorable, su capacidad para mantenerse activas y productivas apenas se diferencia de la de personas más jóvenes. Por el contrario, si estos años están marcados por el declive físico y mental, las consecuencias tanto para los individuos como para la sociedad son más negativas.

En términos de salud, el envejecimiento de la población plantea desafíos relacionados con el cuidado de la salud, el manejo de enfermedades crónicas y la prestación de servicios médicos y de atención a largo plazo. Además, se observa un aumento en la incidencia de enfermedades como la demencia y el Alzheimer, lo que requiere una mayor atención y recursos para el diagnóstico y el tratamiento.

Económicamente, el envejecimiento de la población puede generar presiones sobre los sistemas de seguridad social y pensiones, ya que hay menos trabajadores en edad laboral para sostener a una creciente población de jubilados. Esto plantea desafíos financieros para los gobiernos y las instituciones encargadas de administrar estos programas.

La salud en la vejez está influenciada en gran medida por factores físicos y sociales, como la vivienda, el vecindario, la comunidad y características personales como el sexo, la etnia y el nivel socioeconómico. Los entornos físicos y sociales pueden afectar directamente la salud o crear barreras que afectan las decisiones y los hábitos relacionados con la salud. Mantener hábitos saludables a lo largo de la vida, como una dieta equilibrada, ejercicio regular y evitar el tabaco, es fundamental para reducir el riesgo de enfermedades y mejorar la calidad de vida en la vejez.

Además, entornos físicos y sociales propicios, como edificios y transporte públicos seguros y accesibles, facilitan que las personas mayores continúen participando en actividades significativas a pesar de la pérdida de facultades. En la formulación de políticas de salud pública para el envejecimiento, es esencial considerar no solo los factores individuales y ambientales que

amortiguan las pérdidas asociadas con la vejez, sino también aquellos que pueden fortalecer la recuperación, adaptación y crecimiento psicosocial en la población mayor.

Las personas mayores se sienten muy vulnerables con las nuevas generaciones a menudo, hay diferencias en los valores, las actitudes y las experiencias entre las personas mayores y las nuevas generaciones. Estas diferencias pueden dar lugar a malentendidos, conflictos o tensiones intergeneracionales, especialmente en áreas como la tecnología, la política y los roles de género.

### **Contexto nacional**

En México se estima que el 14% de la población son adultos mayores, esto se traduce en 17,958,707 de personas mayores a 60 años (adultos mayores). La mayoría de los adultos mayores en México siguen laborando por cuenta propia y un 38% son las y los trabajadores subordinados y remunerados. En total, un 70 % de las personas mayores trabaja de manera informal. (PENSIONISSTE, 2022) <sup>1</sup>

### **¿A qué se dedican?**

En nuestro país, el 62.1% de adultos mayores son jefes y jefas de familia, mientras que el 37.9% son trabajadores. La mayoría de los adultos mayores de México cuentan con educación básica, saben leer y escribir, además, el 33% de la población de adultos mayores se encuentran ocupados (INEGI, 2023).

### **Economía para los adultos mayores**

Según datos de la encuesta *Intercendal (2015)*, el 43,8% recibe ingresos por programas gubernamentales. Por otro lado, los adultos mayores que reciben ayuda de familiares se desglosan en que el 10.7% del apoyo proviene de alguien que vive dentro de México y el 8.2% de familiares fuera de México, mayormente de Estados Unidos. La población mayor presenta menor incidencia de pobreza en comparación al resto de la población. Por otro lado, los adultos mayores están expuestas a la “reducción de capacidades físicas” y el retiro del mercado laboral, además de tener complicaciones en su salud, entre otros factores (Coneval, 2022) <sup>3</sup>

### **Pensiones en México**

El fondo PENSIONISSTE administra un total de 116,882 cuentas de personas mayores a 60 años, estas personas aún están trabajando.

Con estos datos, es posible dar contexto al nivel de ingresos que una persona mayor puede tener, como media, en nuestro país. Cuando menos, las que quedan registradas ante organismos como lo es la pensión del ISSTE.

### **Adultos pensionados en México**

8.7 millones de personas mayores a 65 años o más, recibieron pensión (contributiva, no contributiva o ambas) lo que sería igual al 73% de los adultos mayores en México. (Coneval, 2022) <sup>3</sup>

### **Salud para los adultos mayores en México**

En México existe el programa GeriatriIMSS fue creado con el propósito de mejorar la calidad en los servicios instituciones, así como apoyar el área médica del seguro social como enfermería, nutrición, rehabilitación y sociofamiliar. Además, se encarga de capacitar al personal a cerca del envejecimiento. (IMSS, 2022) <sup>4</sup>

A nivel Jalisco existen Centros Para El Adulto Mayor coordinados por el DIF, que promueven la seguridad y entretenimiento de las personas mayores, administrado por el gobierno estatal de Jalisco.

En México existen varios programas que promueven la inclusión social de este sector de la población que muchas veces dejamos de lado, marginándolos de actividades tan importantes como lo son las recreativas, deportivas o culturales.

<sup>2</sup> 1- PENSIONISSTE: Órgano Público Desconcentrado del Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado. [www.pensionisste.gob.mx](http://www.pensionisste.gob.mx) 2- INEGI: Instituto Nacional de Estadística y Geografía, organismo público que recopila y divulga información sobre el territorio del país. [www.inegi.org.mx](http://www.inegi.org.mx)

<sup>3</sup> CONEVAL: El Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social se encarga de medir la pobreza en México. [www.coneval.org.mx](http://www.coneval.org.mx)

<sup>4</sup> IMSS: Instituto Mexicano del Seguro Social es una institución que administra el sistema de seguridad social de México

La familia DIF en varias regiones de México, incluyendo Guadalajara, está implementando un enfoque integral que considera a los adultos mayores como titulares de derechos, promoviendo su participación activa en la sociedad y reconociendo su valor y experiencia.

Este cambio de paradigma busca superar la visión asistencialista tradicional hacia una más inclusiva y respetuosa de los derechos humanos (*Revista SNDIF*. 2021)

Los programas no solo están orientados a la atención médica básica, sino que también incluyen actividades que promueven un estilo de vida saludable, como ejercicios acuáticos y atención psicológica, reconocidos como fundamentales para mantener la salud mental y física de los adultos mayores

En Guadalajara, el DIF (2024) implementa programas diseñados para adultos mayores que se enfocan en informar, asistir o atender sus necesidades básicas, cruciales para prevenir enfermedades y mejorar su calidad de vida. al igual que implementa proyectos como hilando generaciones y moda que busca generar un propósito de vida en los adultos incluyéndolos en el campo de la moda.

El Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia enfatiza la importancia de proporcionar un entorno de apoyo para los adultos mayores, facilitando servicios que incluyen desde el apoyo económico hasta programas que fomentan la integración familiar y social SIBISO. (2024). Esto incluye desde asistencia en urgencias médicas hasta apoyo para gastos funerarios o actividades recreativas, artísticas o culturales, reflejando un soporte integral a lo largo de su vida.

Existen iniciativas para educar a la población sobre el envejecimiento y los cuidados necesarios para esta etapa de la vida, contribuyendo a un cambio cultural que respete y valore la vejez, promoviendo un trato digno y justo para los adultos mayores (*Sistema de Monitoreo de Acciones y Programas públicos*. 2024)

Estas iniciativas reflejan un esfuerzo coordinado por parte de diferentes instituciones gubernamentales en México para garantizar que los adultos mayores no solo vivan más, sino que también tengan una vida más plena y satisfactoria. La adopción de un enfoque basado en los derechos humanos es clave para asegurar que se respeten sus derechos y se mejore su bienestar integral.

### [Contexto particular o local \(Jalisco\)](#)

#### 1.1 Caracterización de la organización o comunidad

Según el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), Jalisco es uno de los estados

más poblados de México, ha experimentado un aumento significativo en su población de adultos de la tercera edad en las últimas décadas. Según el censo de 2020, aproximadamente el 10% de la población de Jalisco tiene 60 años o más (INEGI, 2020). Este aumento demográfico plantea desafíos y oportunidades en términos de políticas públicas, servicios de atención médica y programas de bienestar social destinados a esta creciente población.

El gobierno del estado de Jalisco ha incursionado con varios programas y servicios de salud dirigidos específicamente a la población de adultos mayores. Según el informe de la Secretaría de Salud de Jalisco (SSJ), se han establecido clínicas especializadas en geriatría en varias ciudades importantes del estado, incluida Guadalajara, para brindar atención médica integral a esta población (SSJ, 2023). Estas clínicas ofrecen servicios que van desde consultas médicas hasta programas de rehabilitación física y mental.

Además de los servicios de salud, el gobierno estatal y los municipios de Jalisco han implementado programas de bienestar social para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores. Según un estudio realizado por la Universidad de Guadalajara (UdeG), se han establecido centros recreativos y culturales para personas mayores en diversas comunidades, donde pueden participar en actividades sociales, educativas y recreativas (UdeG, 2022). Estos programas no solo promueven la salud física y mental, sino que también fomentan la integración social y el sentido de pertenencia en la comunidad.

En este contexto entran programas como los implementados por el DIF como el CEMAM y el CETAM:

### **CETAM (Centro Tapatío de Atención al Mayor)**

El CETAM es una institución dedicada a brindar atención integral a los adultos mayores en Jalisco. Este centro ofrece servicios de terapia física, ocupacional y psicológica diseñados para promover el bienestar y la calidad de vida de las personas mayores. Además de las terapias, el CETAM proporciona actividades recreativas y culturales para fomentar la socialización y el enriquecimiento personal de los adultos mayores. El centro también trabaja en colaboración con otras instituciones y organizaciones para ofrecer servicios médicos especializados y asesoramiento legal a quienes lo necesiten.

## **CEMAM (Centro Metropolitano de Atención del Adulto Mayor)**

El CEMAM es una institución especializada en la prevención y atención hacia los adultos mayores en Jalisco. Este centro brinda apoyo psicológico, asesoramiento legal y asistencia social a las personas mayores con talleres culturales, de esparcimiento, terapia física, entre otros, para fortalecer la socialización y redes de contención entre las personas mayores. El centro trabaja en colaboración con otras instancias del DIF y otros organismos de gobierno, de la sociedad civil y organizaciones privadas.

### *Características de la Población:*

Dentro de las características que encontramos en la población de adultos mayores en el estado de Jalisco esta la diversidad cultural, ya que, la población adulta mayor en Jalisco es culturalmente diversa, con una variedad de antecedentes étnicos y tradiciones culturales. Esto puede influir en sus prácticas de salud, creencias y valores. Cuentan con un nivel educativo que puede variar ampliamente, desde personas con educación formal limitada hasta aquellas con títulos universitarios o educación continua. También, muchos adultos mayores en Jalisco participan en una variedad de actividades de ocio y recreación, que van desde grupos de ejercicio y baile hasta clases de arte y manualidades. Estas actividades no solo promueven la salud física y mental, sino que también fomentan la conexión social y el sentido de comunidad. Dentro de sus contribuciones a la sociedad encontramos que, a pesar de los estereotipos negativos sobre el envejecimiento, muchos adultos mayores en Jalisco continúan siendo contribuyentes activos a la sociedad a través del voluntariado, el trabajo remunerado y el cuidado de familiares. Su experiencia y habilidades siguen siendo valiosas y pueden beneficiar a la comunidad en general.

### 1.2 Identificación de la(s) problemática(s)

#### **1. Problema identificado:**

##### **Prejuicios**

Los prejuicios sobre la edad, en la sociedad y cultura que nos encontramos suelen venir desde puntos negativos. Relacionamos el envejecer con la pérdida, de vida, salud, alegrías y capacidades físicas y mentales; al mismo tiempo no hace pensar en la dependencia y la soledad y es justo en ese momento que damos un paso atrás en el tema y preferimos no tener que ver con ello. (Horton, Baker, Deakin 2007).

Estos prejuicios se vuelven una discriminación directa este sector de individuos, manejándose con los mismos síntomas que le racismo lo hace. Esta discriminación, maneja distintos componentes y los prejuicios entran en la categoría de lo afectivo, lo que es en otras palabras nuestro sentir hacia esa identidad que muestran; que sentimos de cierta manera, hacia ellos, los adultos mayores, como en el tema de como deberían ellos actuar según su edad, sobre sus conductas también y claro está también tenemos nuestras opiniones sobre su vestido. (Castellano y De Miguel 2010).

Cuando en general alguno de ellos se sale de estos principios que ya hemos nosotros establecido, lo vemos como alguien que quita valor a lo otro, ese que creemos que aparenta ser, consume más de lo que debe, lo llegamos a ver incluso coloquialmente como un “viejo ridículo”, que quiere o juega a ser más joven por su peinado, vestuario como decide expresarse.

La influencia de estos prejuicios negativos los logra aislar del conjunto social, son humillantes y hasta peligrosos, estas actitudes tienen consecuencias reales en la salud mental y física. Del mismo modo, está comprobado que las actitudes positivas hacia el envejecimiento se relacionan con el bienestar físico y psicológico.

### **Actividad:**

En un encuentro armonioso entre la sabiduría de la edad y el ímpetu de la juventud, se gestaron diversas actividades que buscaban tender puentes entre dos generaciones: los adultos mayores y los estudiantes del PAP pertenecientes a la generación "Z". Estas experiencias compartidas no se limitaron a simples pláticas o manualidades distractoras, sino que se erigieron como cimientos para una integración profunda y significativa.

Las primeras interacciones se caracterizaron por un ambiente cálido y acogedor, donde las pláticas servían como antesala para romper el hielo y establecer un terreno común. Estas conversaciones fluidas permitieron a ambas partes conocerse mejor, compartir historias y perspectivas, y, en definitiva, comenzar a tejer lazos de confianza y empatía.

Con el objetivo de profundizar en la integración y fomentar la colaboración, se planificaron

actividades manuales que despertaran la creatividad y el ingenio. La pintura y el tejido sobre manta se convirtieron en herramientas para la expresión personal, el trabajo en equipo y el intercambio de saberes. A través de estas actividades, no solo se crearon obras tangibles, sino que también se tejieron vínculos afectivos y se fortalecieron las relaciones interpersonales.

A medida que las actividades transcurrían, se fueron evidenciando conexiones especiales entre distintos pares. La afinidad por intereses comunes, la complicidad en el proceso creativo y la simple alegría de compartir momentos agradables propiciaron la formación de lazos únicos que trascendían las barreras generacionales.

Las actividades realizadas dejaron un legado invaluable en el corazón de todos los participantes. Se crearon recuerdos imborrables, se fortalecieron lazos de amistad y se adquirió una valiosa comprensión de la importancia del respeto y la valoración mutua entre las generaciones.

**Objetivo general:**

Combatir los prejuicios hacia los adultos mayores.

Esto requiere un esfuerzo conjunto de toda la sociedad. Es necesario implementar estrategias que promuevan el respeto, la inclusión y la valoración de las personas mayores en todas las etapas de su vida.

Al combatir los prejuicios hacia los adultos mayores, podemos construir una sociedad más justa, inclusiva y respetuosa con la diversidad. Una sociedad donde las personas de todas las edades puedan vivir con dignidad, autonomía y plena participación en la vida comunitaria.

La creación de estos lazos generacionales, hilar sus vidas con las nuestras, trabajar en la empatía y comprensión, ayudarlos a ellos para que en un futuro nos ayude a nosotros mismos lo que un día trabajamos en nuestra juventud.

**Objetivo específico:**

Trabajar de manera personal y en equipo la creación de lazos generacionales.

Donde ambas partes rompieran los prejuicios que se tenían hacia el otro, manifestando después vínculos de seguridad y valor, mostrando la apreciación y admiración que puede nacer de ambas partes.

Aprender y comprender el contexto en el que los adultos mayores del México actual se desenvuelven y cuáles son sus retos para así desde nuestro sector del modo crear esa red de apoyo que les ayude a mejorar su calidad de vida.

### **Desarrollo:**

Las experiencias compartidas en este proyecto trascendieron la simple integración entre generaciones. Se convirtieron en un intercambio vibrante de conocimientos, valores y perspectivas, donde la sabiduría y experiencia de los adultos mayores se entrelazaron con la frescura, el dinamismo y las nuevas visiones del mundo de los jóvenes. Este encuentro intergeneracional se erigió como un faro inspirador, demostrando que la unión entre la experiencia y la innovación puede generar experiencias enriquecedoras y transformadoras.

Como equipo, desarrollamos una nueva perspectiva. Si bien es cierto que algunos prejuicios aún pueden estar presentes en nosotros, ahora sabemos que podemos derribarlos. Hemos adquirido más conocimiento y comprendido que la información y el deseo de aprender son las claves para combatir la ignorancia y crecer como seres humanos.

Fue conmovedor presenciar cómo el arte y la moda, esa expresión artística que reside en cada uno de nosotros, se convirtieron en el puente que nos unió. Crearon los lazos que anhelábamos y nos permitieron forjar vínculos aún más fuertes de lo que imaginábamos. El arte y el conocimiento nos permitieron desarrollar nuestra empatía, logrando un equilibrio perfecto en este viaje intergeneracional.

Esta experiencia nos ha dejado un legado invaluable. Nos ha enseñado el poder transformador del intercambio intergeneracional, donde el respeto mutuo, la apertura y el deseo de aprender son los pilares fundamentales para construir un futuro más justo y equitativo. Hemos aprendido que la sabiduría no reside únicamente en la edad, sino también en la disposición para escuchar, compartir y crecer juntos.

## **2.Problema identificado:**

### **Edadismo**

El edadismo es una forma de discriminación en adultos mayores en la que se menosprecia, estigmatiza o discrimina a las personas debido a su edad, ya sea por considerarlas demasiado

mayores. Esta discriminación puede manifestarse en diferentes aspectos de la vida cotidiana, como el empleo, la atención médica, la cultura y la sociedad en general.

Así como mencionaba La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el edadismo como “La discriminación por motivos de edad que abarca los estereotipos y la discriminación contra personas o grupos de personas debido a su edad. Puede tomar muchas formas, como actitudes prejuiciosas, prácticas discriminatorias o políticas y prácticas institucionales que perpetúan estas creencias estereotipadas” (Organización Mundial de la Salud. (s. f.).

Se basa en estereotipos y prejuicios relacionados con la edad, como la idea de que las personas mayores son menos capaces, menos productivas o menos valiosas que las personas jóvenes, o que las personas jóvenes son inmaduras o irresponsables. Estos prejuicios pueden tener efectos negativos en la autoestima, la salud y la calidad de vida de las personas afectadas.

Es importante reconocer y combatir el edadismo para promover una sociedad más inclusiva y respetuosa con todas las edades. Esto implica desafiar los estereotipos relacionados con la edad, promover el respeto y la valoración de las personas de todas las edades, y garantizar la igualdad de oportunidades para todas las personas, independientemente de su edad.

### **Actividad:**

A lo largo de ese curso se realizaron actividades como utilizar lentes para las personas que tenían problemas de vista, también utilizar taponos para los oídos, agujetas en los pies para los que tienen la dificultad de poner caminar, y llegar al punto de analizar que dichas personas mayores hacen el gran esfuerzo de poder llevar su vida a sus posibilidades.

Llegar a los centros era algo divertido y entretenido viendo las diferentes actividades que era bailar, jugar con pelota, convivir.

Estas actividades no solo ayudan a mantener la salud física y mental de los adultos mayores, sino que también les brindan la oportunidad de seguir participando activamente en la sociedad, mantener conexiones sociales significativas y disfrutar de una vida plena y satisfactoria.

**Objetivo general:**

Mejorar la calidad de vida de los adultos mayores.

Esto implica construir una sociedad inclusiva, equitativa y respetuosa, donde sean valorados y tratados con dignidad, sin importar su edad. Esto requiere educar a la población sobre los estereotipos y prejuicios relacionados con la edad, así como fomentar una comprensión más profunda del proceso de envejecimiento.

Teniendo inclusión activa de los adultos mayores en todos los ámbitos de la sociedad, incluidos el empleo, educación, atención médica, cultura y en la vida comunitaria. Esto también implica crear entornos accesibles y adaptados a sus necesidades, así como brindar oportunidades para que participen plenamente en una vida social y cívica.

Trabajar para eliminar las barreras estructurales y sociales que contribuyen a la discriminación laboral, la falta de accesibilidad y los estereotipos negativos en los medios de comunicación. Es importante tener muy en claro la cultura del respeto y la valoración de dichas personas, reconociendo su experiencia y sabiduría a tenor derecho a una vida digna y plena, independientemente de su edad.

**Objetivo específico:**

Cambiar la forma en que tratamos a las personas mayores como generación joven.

Suprimir prácticas de edadismo implica haber adoptado un enfoque integral que promueva el respeto y la valoración de las personas mayores en todos los ámbitos de la sociedad. Durante este proceso, hemos fomentado la interacción positiva entre diferentes grupos de edad, creando oportunidades para que los adultos mayores compartan sus experiencias y conocimientos con personas más jóvenes. Esto ha llevado a sentirnos más cómodos y bienvenidos en la presencia de personas mayores, reconociendo el valor único que aportan a nuestra sociedad.

Además, nos involucramos en iniciativas comunitarias que promueven la inclusión y el respeto hacia las personas mayores, participando en programas de voluntariado y actividades intergeneracionales. Con estas experiencias hemos visto de primera mano el impacto positivo que la inclusión y el respeto pueden tener en la vida de los mayores y en la sociedad en general.

Además, se ha trabajado en promover una imagen positiva del envejecimiento, destacando las contribuciones y el valor de las personas mayores en la sociedad. Reconocer y celebrar la diversidad de experiencias y conocimientos que aportan las personas mayores es esencial para combatir los estereotipos negativos asociados con el envejecimiento.

En todas las interacciones, hemos promovido el respeto y la empatía hacia las personas mayores, reconociendo su dignidad y valor como individuos. Creemos que cada persona, independientemente de su edad, merece ser tratada con respeto y consideración, y estamos muy felices de seguir trabajando para promover una sociedad más inclusiva y respetuosa para todas las edades.

### **Desarrollo:**

Se logró el propósito mencionado, para que los adultos mayores se sintieran en un lugar muy seguro y cómodo, debido a que ellos mismos fueron importantes y con mucho valor para toda la sociedad, viendo reflejado con día a día sus entusiasmos y agradecidos por todo lo realizado y que en ellos se viera en sus miradas los ojos lagrimosos por hacerlos pasar un rato feliz y aprovechar el tiempo lo mejor posible sabiendo que son muy importantes en nuestras vidas y que todos pasarían por esos mismos procesos pero llevando a cabo la felicidad y alegría.

### **3. Problema identificado:**

#### **Exclusión**

“Exclusión es la situación de marginación o segregación que afecta a grupos específicos de la sociedad, como minorías étnicas, religiosas o raciales. Significa que determinados individuos o grupos de personas tienen condiciones desiguales a la hora de acceder a determinados bienes, servicios o recursos. Otros individuos o grupos sociales, en cambio, se encuentran en posiciones privilegiadas.” Editorial, Equipo (04/12/2023).

**Actividad:** Por medio de la convivencia entre los adultos mayores y los alumnos del PAP Hilando Generaciones se busca combatir el sentimiento de exclusión que tienen las personas de la tercera edad en relación con la sociedad. Para lograr esto, se realizaron tres actividades: espacios conversacionales, taller de bordado y taller de pintura.

Las primeras sesiones trataron de conectar entre nosotros y compartir vivencias para generar

puentes de comunicación que nos permitieron identificar cosas en común.

Consideramos que a partir de este tipo de actividades nacieron amistades y pudimos llegar a expresar sentimientos y a ser empáticos.

La comida fue un factor importante que nos unió indudablemente, ya que muchas de las personas mayores cocinan y llegaron a llevar alimentos para compartir hechos por ellas mismas. Finalmente, el sentirse incluidos en una revista y lo que conlleva, llevó a que compartieran cómo se sintieron al participar. Llegan a una edad en la que sienten que ya no tienen un lugar en la sociedad y al tener este protagonismo, llega a ser una experiencia que cambia este sentimiento y perspectiva de la vida.

**Objetivo general:**

Lograr una convivencia óptima que impulse la inclusión de los adultos mayores en la sociedad. El mayor propósito fue integrarnos como comunidad.

**Objetivo específico:**

Invitar a repensar la relación entre los adultos mayores y los jóvenes en torno a lo que implica llegar a la tercera edad.

Nos conocimos y compartimos los unos con los otros la manera que percibimos la vida. Los adultos mayores no están limitados a un solo estilo de vida y tienen sueños, metas e ilusiones. El objetivo fue comprender que la edad no nos limita y que podemos llegar a vivir experiencias increíbles a diferentes edades.

**Desarrollo:** Por último, cabe recalcar que el proyecto fue sumamente exitoso debido a que logramos hacer sentir a los adultos mayores importantes y valiosos en nuestra sociedad. Reconocimos lo mucho que podemos aprender los unos de los otros porque ellos cuentan con una vida llena de experiencias por compartir. Vemos un futuro en relación con el cambio de perspectiva de las brechas generacionales.

*Planeación de alternativa(s)*

**Deconstrucción de estigmas culturales**

En el estudio que organizó la Política Nacional de Envejecimiento y Vejez (2007; p. 11), se nos dice que la vejez es un proceso universal, pues “toda materia, cualquiera sea su naturaleza, envejece; lo que varía es el tiempo, la forma y el ritmo evolutivo, que son propios para cada ser vivo”.

Aunque este sea un proceso natural, nos hemos dejado llevar por el miedo que nos brindan los medios digitales, ya que las personas que entran en la tercera edad siempre han sido un problema. Nos han pintado la vejez como algo aburrido, cansado, como un “ya te vas a morir”, o pueden dar como mensaje que esa etapa de tu vida te traerá cambios físicos (los cuales son normales) en los que, como resultado, te harán sentir feo, ya que a tu piel le saldrán arrugas y eso no es “estético” para la sociedad, entre muchas otras cosas físicas que constantemente te harán sentir avergonzado.

Por lo tanto, aunque podríamos decir que no somos consumidores de este tipo de información, continúa en nuestro inconsciente, ya que está en todas partes y hasta tus abuelos pueden llegar a ser usuarios de estas creencias que los esclavizan y les hacen ver de una forma diferente ante la sociedad. También podemos ver este lado armónico de las cosas, como presenciar las arrugas como un proceso de nuestro cuerpo (ya que es natural) y agradecer por todos los cambios que la vida nos permite presenciar, aceptarnos como seres que todavía podemos estar orgullosos de nuestro físico sin implementar ideas sociales que en tu mente te persiguen solo para atormentarte constantemente y llenarte de inseguridades.

Como dar el mensaje de que te puedes divertir de forma distinta, ya sea en bailes, yendo a diferentes localidades en las que puedas socializar con otras personas de tu edad o comenzar a encontrarte (si no lo hiciste antes) y mostrar a esa persona que eres a través de tus prendas para sentirte cómodo contigo, porque cómo te vistes puede brindar un equilibrio en tu vida; entonces, si te vistes bien, como resultado, te sientes bien.

Así, en la convivencia con los adultos mayores, se trata igual que tratamos a los de nuestra edad, abiertos a escucharlos y conversando sobre temas de estética visual para poder implementar otra forma de ver la vida. Haciéndolos sentir cómodos consigo mismos con la vestimenta y el maquillaje para hacerles saber que nunca es tarde para arreglarse, sobre todo disfrutando del

proceso y sintiéndose cómodos con quienes son. Con el objetivo de tener una sesión fotográfica para nuestra revista donde muestren seguridad y muchos de ellos cumplan su sueño de ser modelos.

Ante estas problemáticas, es de suma importancia el que lleguemos a replantear paradigmas ante las personas mayores y comenzar a promover tanto la inclusión como el respeto hacia ese sector de la población, nos toca reconocer sus conocimientos, experiencias y sabidurías para así poder erradicar esos estereotipos que empeoran su calidad de vida.

Hoy, nuestra sociedad se enfrenta a un gran problema que nos afecta en varios aspectos de nuestra vida, este desafío es el edadismo, fenómeno que se manifiesta mediante la forma en la que tratamos y percibir a las personas mayores, perjudicándolos directamente. Estos prejuicios y acciones hacia la tercera edad se normalizan, lamentablemente estos estereotipos contribuyen a la marginación de este sector de la población, afectando su calidad de vida de manera social, económica. Un claro ejemplo es la limitación de oportunidades laborales, como la falta de reconocimiento de sus contribuciones ante la sociedad y el reducido acceso a un buen servicio de salud.

Se propone generar acciones y medidas para combatir el edadismo de manera realista y en el contexto de un estudiante de universidad que tiene las herramientas y conocimientos y las personas dispuestas a cambiar ante estas problemáticas y promover la igualdad en las oportunidades para todas las edades.

El primer paso que es elemental para poder generar un cambio que llegue a ser significativo está ligado en la convivencia directa con los adultos mayores. Poder conocerlos profundamente, aprender de sus experiencias y sabiduría, comprender sus necesidades, metas y sueños es muy importante. En este sentido, las visitas a los centros del DIF, tanto en el CETAM como en el CEMAM, han fortalecido este propósito, pues nos permitieron establecer un contacto cercano y empático con esta importante comunidad.

La comunicación y la escucha son elementos sumamente esenciales en la vida de las personas de la tercera edad. Es importante que prestemos atención a sus necesidades, debido a que la escucha

activa es fundamental para su bienestar (Valentina Giménez, 2023). Es por eso por lo que, al ofrecer nuestra disponibilidad, cercanía y empatía al escucharlos, les demostramos nuestro cariño y cuidado. Las primeras visitas nos sorprendieron mucho cuando nos llegaron a agradecer el que nos tomáramos el tiempo para platicar con ellos y prestarles atención, nos rompió el corazón que no estuvieran acostumbrados a tener personas que les dediquen un espacio para poder oír de su vida, ahí fue cuando nos dimos cuenta de la gran problemática y marginación que sufre ese sector, al igual que notamos la gran responsabilidad que nos toca a los jóvenes por involucrarnos con ellos y erradicar esa problemática.

La verdadera escucha va más allá de simplemente oír, pues significa querer comprender a nuestros mayores y respetar sus sentimientos. Es una manera de poder acompañarlos en su trayectoria de vida y a la vez nos ayuda a poder crear lazos intergeneracionales. La escucha activa es una manera positiva de entablar una conexión que les hace sentir valorados y apreciados.

Además, la escucha ayuda a unir a las personas y a fortalecer la amistad. Permite que los adultos mayores puedan expresarse, sentirse comprendidos y encontrar soluciones a sus problemas. Es una herramienta indispensable para mantener buenas relaciones y promover una convivencia saludable, según las visitas a los centros, pudimos ver cómo se abrían más a nosotros y nos mostraban cada vez más confianza al compartirnos sus experiencias.

Es muy importante recordar que las personas mayores tienen necesidades, tales como las emocionales que se manifiestan en la compañía, amistad y en la lucha contra la soledad. Por ello, es importante contar con empatía y darnos un tiempo para escucharlos, ya que es una parte fundamental que sirve para brindarles apoyo y hacerles sentir valorados.

Por eso, una vez establecida una conexión significativa con los adultos mayores, pudimos adquirir un profundo entendimiento de ellos como personas e individuos, conocemos el valor de sus enseñanzas y en sus historias de vida. Por eso, se generó el sentimiento de compartir toda esa información con los demás, para expandir el público a uno más amplio y eliminar los estereotipos negativos asociados a ese grupo demográfico.

Ante esa búsqueda y necesidad de compartir esas experiencias y poder determinar cuál podría

ser el medio de comunicación idóneo para transmitir la esencia y las de estas personas, se concluyó crear una revista dedicada a una plataforma para que los adultos mayores pudieran comunicar directamente y auténticamente sus experiencias, vivencias y desafíos que enfrentan en su día a día, para que la revista se convirtiera en un espacio en el que puedan compartir sus perspectivas, conocimientos y lo más importante, poder desmentir los estereotipos y llegar a una comprensión profunda y respetuosa de su realidad.

En un mundo que suele relegar a un segundo plano a las personas mayores, la Revista Ancestro surge como un oasis de reconocimiento y celebración. Más que una simple publicación, es un espacio donde se honra la valiosa trayectoria de vida de los adultos mayores, especialmente en un ámbito como la moda, donde a menudo se les ignora o incluso se les considera un estorbo.

Ancestro no solo busca ser un escaparate para la belleza y la sabiduría de las personas mayores, sino también una plataforma para generar una reflexión social profunda. A través de sus páginas, se invita a los lectores, tanto a los adultos mayores que participan en la revista como a quienes aún no forman parte de ese ciclo de vida, a revalorizar la importancia de su voz, su experiencia y su forma de expresarse.

La revista desafía la narrativa dominante que asocia el envejecimiento con algo negativo que debe ser reprimido o corregido a toda costa. En contraposición a esta visión superficial, Ancestro presenta el envejecimiento como un proceso natural y enriquecedor, una etapa de la vida marcada por la acumulación de historias, conocimientos y sabiduría.

Más allá de los estereotipos de belleza juvenil, la Revista Ancestro celebra la belleza en todas sus formas y manifestaciones. Las páginas de la revista son un tributo a la elegancia, la gracia y el estilo que solo la experiencia y el paso del tiempo pueden otorgar.

Ancestro no solo invita a la reflexión, sino también a la acción. Al visibilizar la belleza y la sabiduría de las personas mayores, la revista busca generar un cambio de paradigma en la sociedad, promoviendo el respeto, la inclusión y la valoración de esta importante etapa de la vida.

Ancestro es un proyecto valioso que no solo celebra la belleza y la sabiduría de las personas

mayores, sino que también desafía los estereotipos negativos asociados al envejecimiento y promueve una sociedad más inclusiva y respetuosa con esta importante etapa de la vida.

Ahondando en el diseño de la revista, la desarrollamos con una estética particular que nos permite reflejar todo lo que hemos vivido y los aprendizajes que hemos adquirido. En consonancia con esto, nuestro concepto clave es:

## CONCEPTO

México Mágico, La Vida, La Moda y Los Ciclos

EL CICLO DE LA MAGIA MEXICANA  
Más que Moda: Estilo y Sabiduría

Para mayor claridad, desarrollamos un mapa de conceptos clave que nos ayudó a comunicar el concepto al resto del equipo.:

## PALABRAS CLAVE

México

Relatos

Foklóre

Ciclos

Historia

Maximalismo

Realismo  
Mágico

Tradición

Moda

Etapa conceptual

Evitaríamos caer en el estereotipo de algo clásico, por lo que buscamos elementos que reflejaran de manera novedosa el paso del tiempo. La primera reflexión que surgió fue sobre los espacios donde nuestras abuelas albergan un cúmulo de objetos sagrados recolectados a lo largo de sus experiencias. Esto nos llevó al concepto del maximalismo, que también se refleja en nuestros espacios en general, pues México es un país de abundancia: muchas cosas, colores, olores, sabores y gente.

De ahí obtuvimos las primeras pistas sobre la estética, aquellos elementos que nos invitan a mirar a México con una mirada especial.

## MOOD BOARD



Etapa conceptual

Y con ello, una paleta de colores muy viva para seguir con el mismo concepto, contrastando con aquellos prejuicios.

## PALETA DE COLORES




Con esta claridad en mente, nos embarcamos en el trabajo técnico. Las revistas suelen tener un formato y una construcción muy estandarizados, pero nosotros no buscamos seguir la norma. Queríamos que el diseño reflejara el nuevo pensamiento que queríamos transmitir: algo moderno y más accesible. Para ello, optamos por un formato más pequeño, con la estética de un fanzine, e incluimos páginas de distintos formatos y texturas. En total, la revista tiene 32 páginas

interiores, más la portada y la contraportada. De esta manera, podemos imprimir 8 páginas en un tabloide extendido, optimizando así la impresión.

**FORMATO**

**Pliego de impresión:** 330 x 480 mm (Tabloide Rebasado)  
**Medida de página:** 140 x 200 mm (Tabloide Rebasado)  
**Páginas por pliego:** 8 (4 frente, 4 reverso)  
**Número de Páginas interiores:** 32  
**Total de Pliegos:** 5 por revista  
**Total de Revistas:** 35 revistas  
**Total Pliegos:** 175 pliegos



148 mm

A5

210 mm

The diagram illustrates the A5 paper format. It shows a large rectangle divided into two equal vertical sections by a central vertical line. The top edge of the right section is labeled '148 mm'. The right edge of the entire rectangle is labeled '210 mm'. In the center of the rectangle, the text 'A5' is written in a large, bold, serif font.

En cuanto a las tipografías, optamos por una base sans serif (tipo de letra) llamada Cartograph Mono, ideal para la lectura de textos extensos. Su diseño limpio y minimalista aporta claridad y legibilidad a los párrafos, sin sacrificar la estética general de la revista. Para los títulos y encabezados, elegimos la tipografía Amador, una serif (tipo de letra) con detalles exagerados y un estilo ornamental que refuerza el concepto maximalista que buscamos transmitir. La combinación de estas dos tipografías crea un contraste armonioso que refleja la riqueza y complejidad del contenido de la revista.

## TIPOGRAFÍAS

### Cartograph Mono

Aa Bb Cc Dd Ff Gg Hh Ii  
Jj Kk Ll Mm Nn Oo Pp Qq  
Rr Ss Tt Uu Vv Ww

La elección del nombre fue un momento crucial en el proceso de creación de la revista, y surgió de forma natural durante una de nuestras reuniones de equipo. "Ancestro" fue una palabra que resonó profundamente en todos nosotros, pues encapsula perfectamente la esencia de lo que queríamos transmitir. Representa la sabiduría y el conocimiento acumulados a lo largo de generaciones, simbolizando la figura del guía y maestro que nos acompaña en el camino de la vida.

Con todo lo conceptual y técnico listo pasamos a la construcción de los interiores de la revista que constaban de 6 artículos, 5 de ellos siendo entrevistas y una editorial de fotos.



Intentamos hacer todo de una manera muy dinámica, jugando con colores, figuras y texturas, de esta manera complementándose en cada página.

## Conexiones Generacionales

“LA MODA TE PERMITE EXPLORAR TU PERSONALIDAD Y CREAR UN SELLO PROPIO”

Iván Villalobos, como próximo diseñador de moda, formó parte del Proyecto de Aplicación Profesional (PAP) “Hilando Generaciones y Moda” en el periodo otoño 2023 y nos contó su experiencia, sobre cómo el proyecto cambió su perspectiva en relación a los adultos mayores y lo que aprendió e inspiró este PAP.

¿Qué fue lo que más te marcó dentro del PAP?

Mi relación y conexión con la persona que trabajé, la señora Irene, fue muy especial; desde el primer día nos “echamos el ojo”, a la hora de platicar me di cuenta que ambos somos vanidosos, nos hace sentir bien el estar arreglados. Fue muy emocionante el hecho de que aún con la diferencia de generaciones somos muy parecidos y cómo podemos aprender mutuamente.

¿De qué forma crees que la moda impacta en los adultos mayores y cómo podría mejorar la industria para este sector? Creo que al igual que para nosotros, la moda es muy importante, al final la forma en la que nos vestimos refleja nuestra personalidad y nuestro estado de ánimo, es una proyección de quienes somos y cómo nos sentimos. En cuanto a la industria, considero que si se ha dejado de lado a los adultos mayo-

6

res; como diseñadores nos debemos dar a la tarea de crear colecciones para adultos mayores en las cuales se sientan cómodos y que existan propuestas de moda, hacer una colaboración para entender sus necesidades con nuestros conocimientos para crear algo diferente a lo que vemos siempre en las tiendas.

¿Cuáles fueron tus principales retos en el PAP?

Tratar con gente es complejo, todos tenemos diferentes ideas y gustos, por lo cual en el momento de asignar outfits a las personas en las dinámicas del PAP, llegaba a ser complicado porque no les gustaba, había que entender la personalidad de cada una para hacerla sentir cómoda con el material con el que contábamos.

Por otra parte, las pláticas con los adultos mayores muchas veces implicaban un reto, pues debemos cuidar nuestra forma de hablar, estamos tratando con gente mayor y nuestra comunicación debe ser diferente a comparación de una plática con amigos, hay historias de vida muy difíciles, implica manejarlas, tener una buena respuesta y ser respetuosos todo el tiempo.



¿Cuál sería un consejo que darías después de cursar el PAP?

Un aprendizaje especial que me marcó de Irene fue el vivir el día, no al día, pero si disfrutar día a día nuestra vida y no vivir el resto de la vida esperando a que pasen los días sin un sentido. Para mis compañeros, diviértanse, hay que estar dispuestos a trabajar en equipo y tener presente que es un esfuerzo para ellos y por lo tanto la prioridad es hacerlos sentir bien. Un aprendizaje que me dejó el PAP, entendí por qué la gente se viste como se viste y cómo esto les ayuda en su vida diaria.

Iván e Irene destacan por la relación tan cercana que crearon durante el periodo del PAP que compartieron, demuestran que la diferencia de edad no es un impedimento para crear lazos y encontrar gustos en común, que de un proyecto puede surgir la amistad y el cariño, y cómo aún cuando la estancia de Iván dentro del proyecto ha concluido, su relación con Irene continúa.

TEXTO: Sofía Román



7

Aunque este PAP no representa una solución única a las problemáticas del envejecimiento, abre las puertas a un sinfín de posibilidades para crear nuevas narrativas en torno a esta etapa de la vida. Es un paso inicial, aunque lento, pero crucial para desafiar los estereotipos negativos y construir una visión más positiva y empoderadora del envejecimiento.

Más allá de abordar problemas prácticos, este PAP tiene el potencial de transformar la forma en que pensamos y vivimos el envejecimiento. Al ofrecer herramientas y recursos que promueven la independencia, la participación social y el bienestar general de las personas mayores, el PAP contribuye a desafiar la narrativa dominante de fragilidad y dependencia asociada al envejecimiento.



Es importante reconocer que estos esfuerzos son solo un primer paso en el camino hacia un futuro más positivo para las personas mayores. Se necesitan esfuerzos continuos y colaborativos para seguir derribando barreras y construyendo una sociedad más inclusiva y respetuosa con el envejecimiento.





Invitamos a la audiencia a sumarse a este esfuerzo, que, como nosotros, compartan sus historias, apoye a las organizaciones que trabajan para combatir el envejecimiento negativo y, sobre todo,

desafían los estereotipos negativos que rodean a esta etapa de la vida. Juntos podemos crear un futuro en el que el envejecimiento sea visto no como una carga, sino como una oportunidad para el crecimiento, la contribución y la realización personal.

### Valoración de productos, resultados e impactos

A continuación, presentamos los productos realizados en la plataforma de Instagram, en la cual a través de posts y reels buscamos informar a los estudiantes de la universidad acerca del trabajo realizado en este Proyecto de Aplicación Profesional. Instagram es una gran herramienta de apoyo para poder conectar, interactuar con los jóvenes e involucrarlos en el proyecto a lo largo de este semestre.

PRODUCTO	RESULTADO	IMPACTO
Instagram reel	 <p>Reel con fotografías de la visita en el ITESO, recorrido por el campus con el acompañamiento de un experto en vegetación y fauna.</p>	<p>VIVIENDO UN DIA EN EL ITESO 🌿 February 20 · Duration 0:12</p> <p>▶ 316    ❤️ 21    🗨️ 0    📌 0    🚩 0</p> <p><b>Overview</b> ⓘ</p> <p>Accounts reached 119 Reel interactions 21 Profile activity 0</p>
Instagram carrusel	 <p>Post de la práctica de pintura y bordado en ambos centros</p>	<p>February 25 at 3:51 PM</p> <p>❤️ 16    🗨️ 0    📌 2    🚩 1</p> <p><b>Overview</b> ⓘ</p> <p>Accounts reached 109 Accounts engaged 16 Profile activity 4</p>

<p>Instagram reel</p>	 <p>Reel del detrás de cámaras en la sesión de fotos junto con la colaboración de distintas marcas mexicanas</p>	<p><b>Behind the scenes</b> 📸🎥 March 11 - Duration 0:16</p> <p>3,177   42   4   11   0</p> <p><b>Overview</b> ⓘ</p> <table border="0"> <tr> <td>Accounts reached</td> <td>2,332</td> </tr> <tr> <td>Reel interactions</td> <td>57</td> </tr> <tr> <td>Profile activity</td> <td>1</td> </tr> </table>	Accounts reached	2,332	Reel interactions	57	Profile activity	1
Accounts reached	2,332							
Reel interactions	57							
Profile activity	1							
<p>Instagram carrusel</p>	 <p>Post de una sesión de pintura en el CEMAM</p>	<p>March 13 at 5:00 PM</p> <p>23   1   0   0</p> <p><b>Overview</b> ⓘ</p> <table border="0"> <tr> <td>Accounts reached</td> <td>106</td> </tr> <tr> <td>Accounts engaged</td> <td>24</td> </tr> <tr> <td>Profile activity</td> <td>3</td> </tr> </table>	Accounts reached	106	Accounts engaged	24	Profile activity	3
Accounts reached	106							
Accounts engaged	24							
Profile activity	3							
<p>Instagram reel</p>	 <p>Reel de Enriqueta proporcionándonos un consejo sobre su experiencia</p>	<p><b>¿Que hubiera cambiado a mis 20's? Conoce a Enriqueta...</b> March 17 - Duration 0:37</p> <p>590   26   3   2   1</p> <p><b>Overview</b> ⓘ</p> <table border="0"> <tr> <td>Accounts reached</td> <td>324</td> </tr> <tr> <td>Reel interactions</td> <td>32</td> </tr> <tr> <td>Profile activity</td> <td>0</td> </tr> </table>	Accounts reached	324	Reel interactions	32	Profile activity	0
Accounts reached	324							
Reel interactions	32							
Profile activity	0							
<p>Instagram reel</p>	 <p>Reel con la experiencia de distintos</p>	<p><b>¿Cómo te sientes con las actividades del PAP Hilando g...</b> March 20 - Duration 1:58</p> <p>236   15   1   1   0</p> <p><b>Overview</b> ⓘ</p> <table border="0"> <tr> <td>Accounts reached</td> <td>121</td> </tr> <tr> <td>Reel interactions</td> <td>17</td> </tr> <tr> <td>Profile activity</td> <td>0</td> </tr> </table>	Accounts reached	121	Reel interactions	17	Profile activity	0
Accounts reached	121							
Reel interactions	17							
Profile activity	0							

	<p>testimonios que nos acompañaron durante todo el semestre dentro de los centros del DIF</p>	
<p>Instagram post</p>	 <p>Post de invitación a la presentación de la revista “Ancestro”</p>	<p>April 8 at 10:25 AM</p> <p>31 0 18 0</p> <p><b>Overview</b> ⓘ</p> <p>Accounts reached 149</p> <p>Accounts engaged 37</p> <p>Profile activity 19</p>
<p>Instagram carrusel</p>	 <p>Collage de distintos momentos a lo largo del semestre de la convivencia compartida en CEMAM y CETAM</p>	<p>April 16 at 5:42 PM</p> <p>26 0 7 1</p> <p><b>Overview</b> ⓘ</p> <p>Accounts reached 136</p> <p>Accounts engaged 30</p> <p>Profile activity 17</p>
<p>Instagram reel</p>	 <p>Reel explicativo de los testimonios de estudiantes del PAP</p>	<p>Varios de nuestros compañeros nos compartieron su ex...</p> <p>April 17 - Duration 1:20</p> <p>525 22 0 1 0</p> <p><b>Overview</b> ⓘ</p> <p>Accounts reached 307</p> <p>Reel interactions 23</p> <p>Profile activity 0</p>
<p>Las estrategias utilizadas fue el apoyo de los reels y carruseles, llegamos a la conclusión que los reels tuvieron mayor impacto en redes sociales que los posts. El uso de subtítulos o frases en los reels son importantes para captar la atención de los seguidores, mediante en el cual se logró hacer una conexión con los alumnos del ITESO del PAP en el cual participaron y ayudó a generar pláticas sobre moda, experiencias personales y poder documentarlas. De igual manera ayudó a mantener informada a la comunidad universitaria acerca de los eventos y trabajos realizados dentro del PAP.</p>		

<p>Sesión fotográfica</p>		<p>Se realizó una sesión fotográfica para la revista ANCESTRO donde se reunió a un grupo de adultos mayores con los que se trabajó durante el semestre para transmitir lo que buscábamos sobre el edadismo, la inclusión, el envejecimiento saludable, etc.</p> <p>Tuvo gran impacto y causó expectación por ver el resultado final de la revista.</p> <p>Por otro lado, las personas involucradas reflejaron bienestar y alegría por haber participado.</p> <p>Apoya a la deconstrucción de los prejuicios acerca de lo que una persona mayor puede vestir o no y los arreglos personales.</p>
<p>Documental PAP</p>	<p><a href="https://youtu.be/ZO3uHWo3gg8">https://youtu.be/ZO3uHWo3gg8</a></p> <p>Se realizó la segunda parte y final del documental realizado en el semestre anterior. En este se le incluyeron escenas de la pasarela para así generar un círculo narrativo dentro de este.</p>	<p>El video refleja y explica los objetivos del PAP, da la secuencia a los trabajos anteriores y apoya exhortando a las personas que lo ven a integrarse como actores sociales que ayuden a erradicar el edadismo.</p>
<p>Video Experiencias PAP</p>	<p><a href="https://youtu.be/JWvzHc6KJ7M">https://youtu.be/JWvzHc6KJ7M</a></p> <p>En este se realizó un video recopilando las experiencias y</p>	<p>En este video se explican las dificultades que viven las personas mayores y lo enriquecedor de las interacciones</p>

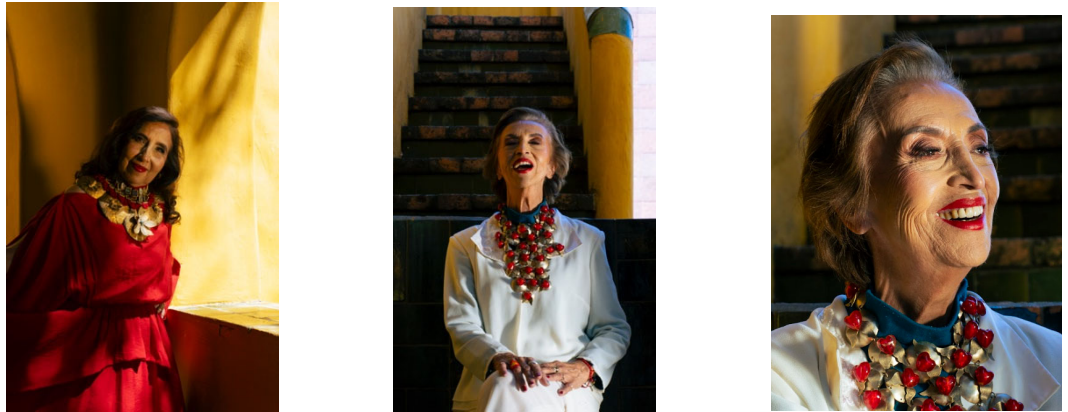
	relatos vividos dentro del PAP este semestre, donde diferentes compañeros relataron su anécdota de las actividades que llevamos a cabo, así como comentarios de una adulta mayor que participó.	intergeneracionales, procura la sensibilización de la audiencia.
--	---	--

Anexos generales

Guía de la entrevista:

### 1. Sesión Fotográfica:







**2. Documental PAP 2**





### 3. Video Experiencias PAP

En este se realizó un video recopilando las experiencias y relatos vividos dentro del PAP este semestre, donde diferentes compañeros relataron su anécdota de las actividades que llevamos a cabo, así como comentarios de una adulta mayor que participó.

<https://youtu.be/JWvzHc6KJ7M>





CALENDARIOESTRATEGICOPAP Search for tools, help, and more (Alt + Q)

File Home Insert Share Page Layout Formulas Data Review View Automate Help Draw

Calibri 10

H2

		2024 TEMPORADA UNO																												
CALENDARIO ESTRATEGICO		ENERO				FEBRERO				MARZO				ABRIL				MAYO				JUNIO								
SEM	SEMANA NUMERO	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26			
Lunes	01	08	15	22	29	05	12	19	26	04	11	18	25	01	08	15	22	19	26	03	10	17	24	21	28	05	12	19	26	
Martes	02	09	16	23	30	06	13	20	27	05	12	19	26	02	09	16	23	30	07	14	21	28	04	11	18	25	02	09	16	23
Miércoles	03	10	17	24	31	07	14	21	28	06	13	20	27	03	10	17	24	31	07	14	21	28	05	12	19	26	03	10	17	24
Jueves	04	11	18	25	01	08	15	22	29	07	14	21	28	04	11	18	25	02	09	16	23	30	06	13	20	27	04	11	18	25
Viernes	05	12	19	26	02	09	16	23	30	08	15	22	29	05	12	19	26	03	10	17	24	31	07	14	21	28	05	12	19	26
Sábado	06	13	20	27	03	10	17	24	31	09	16	23	30	06	13	20	27	04	11	18	25	02	09	16	23	30	08	15	22	29
Domingo	07	14	21	28	04	11	18	25	31	10	17	24	31	07	14	21	28	05	12	19	26	03	10	17	24	31	08	15	22	29
ENTREGAS						EQUIPOS Y ENTREGA DE CRONOGRAMA				PRIMERA REVISIÓN PARA REVISIÓN	REVISIÓN AVANCE CON AGUARO				REVISIÓN AVANCE AGUARO	ÚLTIMOS AGUSTES REVISIÓN	PROPUESTA FINAL DE PRESUPUESTO POR REVISIÓN													
EVENTOS GENERALES																		PRESENTACIÓN DE REVISIÓN												
SESIÓN FOTOS										SESIÓN FOTOGRAFICA DE LAS REGIONES MICHOACAS																				
FERIADO																														
VISITA CENTROS						CETAM	CEMAM			CETAM		CEMAM																		

PAP Entrevistas Artículo Editorial +

CALENDARIOESTRATEGICOPAP Search for tools, help, and more (Alt + Q)

File Home Insert Share Page Layout Formulas Data Review View Automate Help Draw

Calibri 20

K21

		2024 TEMPORADA UNO																												
CALENDARIO ESTRATEGICO		ENERO				FEBRERO				MARZO				ABRIL				MAYO				JUNIO								
SEM	SEMANA NUMERO	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26			
Lunes	01	08	15	22	29	05	12	19	26	04	11	18	25	01	08	15	22	19	26	03	10	17	24	21	28	05	12	19	26	
Martes	02	09	16	23	30	06	13	20	27	05	12	19	26	02	09	16	23	30	07	14	21	28	04	11	18	25	02	09	16	23
Miércoles	03	10	17	24	31	07	14	21	28	06	13	20	27	03	10	17	24	31	07	14	21	28	05	12	19	26	03	10	17	24
Jueves	04	11	18	25	01	08	15	22	29	07	14	21	28	04	11	18	25	02	09	16	23	30	06	13	20	27	04	11	18	25
Viernes	05	12	19	26	02	09	16	23	30	08	15	22	29	05	12	19	26	03	10	17	24	31	07	14	21	28	05	12	19	26
Sábado	06	13	20	27	03	10	17	24	31	09	16	23	30	06	13	20	27	04	11	18	25	02	09	16	23	30	08	15	22	29
Domingo	07	14	21	28	04	11	18	25	31	10	17	24	31	07	14	21	28	05	12	19	26	03	10	17	24	31	08	15	22	29
Investigaciones/Desarrollo										Seguimiento historias de las provincias involucradas	Investigación para encargadas y Juntas	Desarrollo del guion	Investigación para adultos y Desarrollo de guion																	
Entrevistas										Entrevista CETAM directora CETAM 21 de febrero		Entrevista CETAM con un adulto (a ver para)	Entrevista CETAM con un adulto																	
Transcripción																														
Edición de redacción																														
VISITA CENTROS						CETAM	CEMAM			CETAM		CEMAM																		

PAP Entrevistas Artículo Editorial +

## Bibliografía y otros recursos

[Catálogo – DIF Guadalajara. \(s. f.\). https://difgdl.gob.mx/catalogo/](https://difgdl.gob.mx/catalogo/)

[Consecuencias de la discriminación de las personas en la vejez fueron tratadas en su día mundial. \(2021, 15 junio\). OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud. https://www.paho.org/es/noticias/15-6-2021-consecuencias-discriminacion-personas-vejez-fueron-tratadas-su-dia-mundia](https://www.paho.org/es/noticias/15-6-2021-consecuencias-discriminacion-personas-vejez-fueron-tratadas-su-dia-mundia)

[DIF, S. \(2021, diciembre\). DIF Sonora: un nuevo paradigma de la asistencia social - Revista SNDIF. dif.gob.mx. Recuperado 4 de mayo de 2024, de https://sitios1.dif.gob.mx/FamiliaDIF/index.php/sonora/316](https://sitios1.dif.gob.mx/FamiliaDIF/index.php/sonora/316)

[Discriminar a los ancianos no sólo afecta a las personas, también perjudica las economías. \(2021, 24 octubre\). Noticias ONU. https://news.un.org/es/story/2021/03/148968](https://news.un.org/es/story/2021/03/148968)

Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el desarrollo sostenible. Perspectiva regional y de Derechos Humanos. (2018). CEPAL. Recuperado Mayo 4, 2024, from <https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/431e4d95-46d9-4de6-a0a6-d41b1cb7d0b9/content>

[GeriatrIMSS. Por una Atención Integral del Adulto Mayor \(s. f.\). http://www.imss.gob.mx/](http://www.imss.gob.mx/)

[INEGI \(2023\) “ESTADÍSTICAS A PROPÓSITO DEL 14 DE FEBRERO IDATOS NACIONALES” recuperado de https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2023/EAP\\_14FEB23.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2023/EAP_14FEB23.pdf)

[Instituto Nacional de Estadística y Geografía \(INEGI\). \(2020\). Censo de Población y Vivienda 2020. Recuperado de https://www.inegi.org.mx/programas/ccpv/2020/](https://www.inegi.org.mx/programas/ccpv/2020/)

[No.6 ENVEJECIMIENTO - Revista SNDIF. \(2021, agosto\). Sistema Nacional DIF. Recuperado 29 de abril de 2024, de https://sitios1.dif.gob.mx/FamiliaDIF/index.php/ediciones/no-6-envejecimiento](https://sitios1.dif.gob.mx/FamiliaDIF/index.php/ediciones/no-6-envejecimiento)

[Organización Mundial de la Salud. \(s. f.\). Edadismo. En OMS. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2254-28842022000100007 \)](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2254-28842022000100007)

[Organización Mundial de la Salud. \(s. f.\). Edadismo. En OMS. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2254-28842022000100007 \)](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2254-28842022000100007)

[PENSIONISSTE | Gobierno | Gob.mx. \(s. f.\). https://www.gob.mx/pensionisste/que-](https://www.gob.mx/pensionisste/que-)

[Pobreza y personas mayores en México. \(s. f.\). https://www.coneval.org.mx/Medicion/MP/Paginas/Pobreza\\_Personas\\_Mayores.aspx#:~:text=En%202020%2C%208.7%20millones%20de,total%20de%20este%20grupo%20poblacional.](https://www.coneval.org.mx/Medicion/MP/Paginas/Pobreza_Personas_Mayores.aspx#:~:text=En%202020%2C%208.7%20millones%20de,total%20de%20este%20grupo%20poblacional.)

[Política Nacional de Envejecimiento y Vejez \(2007; p. 11\) https://repository.urosario.edu.co/server/api/core/bitstreams/9c1c0d4d-4952-4e33-815b-e21cf28fa5e6/content.](https://repository.urosario.edu.co/server/api/core/bitstreams/9c1c0d4d-4952-4e33-815b-e21cf28fa5e6/content)

[Secretaría de Desarrollo e Integración Social del Estado de Jalisco. \(s.f.\). CETAM - Centro de Terapia y Atención al Mayor. Recuperado de https://datos.jalisco.gob.mx/instituciones/sedis](https://datos.jalisco.gob.mx/instituciones/sedis)

[Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres del Estado de Jalisco. \(s.f.\). CEMAM - Centro Estatal de Atención al Maltrato del Adulto Mayor. Recuperado de https://igualdad.jalisco.gob.mx/](https://igualdad.jalisco.gob.mx/)

Secretaría de Salud de Jalisco (SSJ). (2023). Informe anual de actividades 2023. Guadalajara, México.

[SIBISO. \(2024\). INSTITUTO PARA EL ENVEJECIMIENTO DIGNO. Secretaría de Inclusión y Bienestar Social de la Ciudad de México. https://sibiso.cdmx.gob.mx/instituto-para-el-envejecimiento-digno](https://sibiso.cdmx.gob.mx/instituto-para-el-envejecimiento-digno)

[Sistema de Monitoreo de Acciones y Programas públicos. \(2020\). Programas Públicos. Recuperado 4 de mayo de 2024, de https://misprogramas.jalisco.gob.mx/programas/asistente/resultado?genero=hombres&etapa\\_id=2&clase=servicio&area\\_id=4](https://misprogramas.jalisco.gob.mx/programas/asistente/resultado?genero=hombres&etapa_id=2&clase=servicio&area_id=4)

[Sistema de Monitoreo de Acciones y Programas públicos. \(s. f.\). Programas Públicos. https://misprogramas.jalisco.gob.mx/programas/asistente/resultado?genero=hombres&etapa\\_id=2&clase=servicio&area\\_id=5](https://misprogramas.jalisco.gob.mx/programas/asistente/resultado?genero=hombres&etapa_id=2&clase=servicio&area_id=5)

Universidad de Guadalajara (UdeG). (2022). Estudio sobre programas de bienestar social para adultos mayores en Jalisco. Guadalajara, México: Editorial Universidad de Guadalajara.

VEJEZ PRODUCTIVA. El reconocimiento de las personas mayores como un recurso indispensable en la sociedad. (2010, November). *KAIROS*. Recuperado Mayo 4, 2024, from <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3702472.pdf>

## **Conclusiones generales**

Durante el PAP Hilando Generaciones se logró formar un diálogo entre alumnos y adultos mayores para romper con el edadismo y fomentar a la creación de una sociedad más inclusiva y equitativa. Esta interacción permitió a ambos grupos desarrollar empatía y comprensión hacia el otro, adquirir conocimiento y sabiduría, fortalecer sus habilidades de comunicación y crear vínculos y relaciones significativas.

Para los alumnos, el diálogo con los adultos mayores les permitió conocer sus experiencias, valores y perspectivas, lo que permitió reducir los estereotipos y prejuicios relacionados con la edad. Además, pudieron adquirir conocimiento y sabiduría invaluable para la vida, así como mejorar sus habilidades de comunicación y formar vínculos y relaciones significativas.

Para los adultos mayores, el diálogo con los jóvenes les ayuda a sentirse valorados y respetados, combatir el aislamiento social, mantenerse actualizados sobre las tendencias y la cultura, y transmitir sus conocimientos y experiencias a las nuevas generaciones.

También se logró que la comunidad universitaria pudiera observar nuevas propuestas como la revista Ancestro para lograr ampliar la visión que se tiene sobre la tercera edad, rompiendo con los estereotipos alrededor de esta y fomentar una mejor relación entre jóvenes y adultos mayores.

En definitiva, el diálogo intergeneracional es una forma de romper con los estereotipos negativos asociados a la edad y construir una sociedad más justa y equitativa para todos.

## **Reflexión crítica y ética de la experiencia**

PALOMA HERNÁNDEZ

Haber tenido la oportunidad de participar en el PAP Hilando Generaciones y Moda me brindó la posibilidad de ampliar mi panorama social en diversos ámbitos. En primer lugar, me permitió comprender

la situación de los adultos mayores en México, entender sus vivencias diarias y las dificultades que han enfrentado a lo largo de los años. La gravedad de esta problemática se ha agudizado debido a la discriminación que estas personas mayores han experimentado por parte de los más jóvenes. Sin embargo, durante mi participación en el PAP, pude comprender que también podemos contribuir a generar un cambio positivo en sus vidas. Y esto fue precisamente lo que logramos durante este semestre.

Acompañamos a los adultos mayores en los centros todos los miércoles de cada semana. Personalmente, tuve la oportunidad de visitar el CEMAM, donde conocí a numerosas personas mayores. Durante estas visitas, compartieron conmigo innumerables anécdotas que habían vivido a lo largo de su vida, experiencias que los moldearon hasta convertirse en quienes son hoy en día. Durante nuestras actividades en los centros, realizamos diversas dinámicas en las cuales todos participábamos activamente, permitiendo que cada uno compartiera aspectos de su vida diaria.

Al contribuir a la creación de la revista “*Ancestros*” en colaboración con el resto del grupo, redacté un artículo en el cual realicé una profunda investigación sobre el proceso de envejecimiento y cómo afecta a las acciones, cuerpos y mentalidades de los adultos mayores. Fue una experiencia muy enriquecedora para mí poder comprender cómo evolucionamos a lo largo de la vida y cuándo alcanzamos la plenitud máxima. En resumen, este semestre fue una etapa de aprendizaje invaluable en aspectos que no imaginaba que recibiría.

Esta experiencia con los adultos mayores no solo ha enriquecido mi vida personal, sino que también ha fortalecido mi perspectiva profesional como licenciada en arte y creación. El contacto directo con este grupo me ha proporcionado una comprensión más profunda de la diversidad humana y de las experiencias de vida que influyen en la creación artística. Además, esta experiencia me ha enseñado la importancia de la empatía, la conexión humana y el valor de utilizar el arte como medio para dar voz a aquellos que a menudo son marginados en nuestra sociedad. Estoy segura de que estas lecciones y experiencias seguirán guiando mi camino profesional, inspirándome a crear obras que reflejen la diversidad y la riqueza de la experiencia humana.

Mariana Nájera

Mi experiencia con adultos mayores ha sido enriquecedora, desarrollé nuevas habilidades y practiqué otras como la paciencia y el diálogo que, aunque ya las tenía, las reforcé. Me gustó

saber que hicimos un gran impacto en los adultos mayores, así como ellos hicieron un gran impacto en mí, creo que ambas partes aprendemos del otro. En mi vida representó un gran cambio, ya que veo todo desde una nueva perspectiva. Es de mucha ayuda escuchar a los adultos mayores hablar sobre sus nietos y familias y saber que a veces les duele que no estén tan presentes, eso me ayuda a ser más empática con mi abuela.

Por otro lado, trabajar en este PAP me ha ayudado a abrir un nuevo panorama en cuanto a las necesidades no cubiertas de los adultos mayores, veo que la ciudad, al menos Guadalajara, no está habilitada para que los adultos mayores sean independientes. Esto provoca que los adultos mayores se limiten solo a ciertas zonas o a sus casas. Algunos adultos mayores no son tan privilegiados como otros y no cuentan con un buen servicio de salud. Según mis investigaciones, hay campañas para el apoyo de la salud (en la mayoría de las veces cataratas) de adultos mayores, pero en ocasiones no es suficiente.

Por otro lado, me di cuenta de que la “vejez” es mental, aquellos adultos mayores que veían la vida desde unos ojos positivos y esperanzadores se veían más “jóvenes” y aquellos que veían conflicto en pequeñas cosas lucían más “grandes”, la mayor lección que aprendí es que todo está en la mente, tus pensamientos reflejarán como te verás y como vivirás tu vida de aquí a que seamos mayores. Los adultos mayores son grandes maestros y hablar con ellos y escuchar sus consejos es oro molido. Eso es lo que me llevo.

Estoy expectante al PAP del siguiente semestre, me siento entusiasmada de saber que mejoras en las dinámicas podemos hacer para lograr mayor inclusión de género. Me voy satisfecha con este PAP y ansiosa por lo que viene el siguiente.

Mi experiencia con adultos mayores ha sido realmente transformadora. A través de esta interacción, he descubierto la importancia de la paciencia y el diálogo, habilidades que he fortalecido considerablemente. Escuchar sus historias y preocupaciones me ha permitido ver el mundo desde una nueva perspectiva, especialmente al darme cuenta de las dificultades que enfrentan en la vida diaria.

Trabajar con personas mayores también ha abierto mis ojos a las necesidades no satisfechas que

existen en nuestra comunidad. Muchos mayores se enfrentan a obstáculos diarios debido a la falta de accesibilidad en nuestras ciudades. Además, he observado que la atención a la salud de los adultos mayores es insuficiente en algunos casos, a pesar de las campañas existentes.

Una lección valiosa que he aprendido es que la actitud frente a la vejez es fundamental; aquellos que mantienen una mentalidad positiva y esperanzadora parecen más jóvenes y vibrantes. Los adultos mayores son verdaderos maestros de vida, y sus consejos son invaluable.

Estoy emocionada por las oportunidades futuras para mejorar la inclusión y la participación en proyectos similares. Este proceso ha sido gratificante, y estoy agradecida por esta bonita experiencia. MARÍA JOSÉ RUELAS GONZÁLEZ

Sofía Salcedo:

Mi paso por este PAP ha sido una experiencia gratificante que ha trascendido el ámbito académico, convirtiéndose en un viaje de aprendizaje personal y profesional. Las interacciones con los adultos mayores me han brindado una ventana hacia un mundo de sabiduría y experiencias valiosas, enriqueciendo mi perspectiva sobre la vida y la vejez.

Más allá de lo académico, este PAP me ha dotado de herramientas inestimables para mi desarrollo como ser humano. El contacto cercano con estas personas me ha permitido comprender la complejidad de la vejez, sus desafíos y alegrías, despertando en mí una profunda empatía y sensibilidad hacia esta etapa de la vida.

Las historias compartidas, las lecciones aprendidas y las conexiones forjadas me han dejado un legado invaluable. Me he cuestionado sobre el rol de los adultos mayores en la sociedad, sobre la importancia de crear espacios inclusivos y respetuosos para ellos, y sobre el tipo de futuro que quiero construir para mí mismo y para mis seres queridos cuando llegemos a esa etapa.

Este PAP ha sido un catalizador de reflexión y compromiso. Me ha motivado a analizar mis acciones actuales, a pensar cómo estoy construyendo mi propio camino hacia una vejez plena y significativa, y a buscar formas de contribuir a crear una sociedad más justa y equitativa para todos.

Mi participación en este PAP no solo me ha preparado para mi futuro como profesional, sino que también me ha convertido en una persona más completa y compasiva. Las experiencias vividas me han abierto los ojos a la importancia de la conexión humana, la empatía y la responsabilidad social.

Agradezco profundamente la oportunidad de haber formado parte de este PAP. Las lecciones aprendidas y las personas conocidas me acompañarán para siempre, guiándome en mi camino hacia un futuro más luminoso y significativo

Andrea González:

Al terminar este semestre, mi participación y vivencia con este PAP ha sido una experiencia muy diferente a lo que esperaba, pero he quedado satisfecha y con conocimientos que me son demasiado útiles. Al visitar y poder convivir con los adultos mayores, me di la oportunidad de abrir mi panorama y formar conexiones fuertes con estas personas, todos ellos dejaron una gran impresión en mí.

Me di cuenta de la importancia que, al hablar con las personas de la tercera edad, que no solo nosotros les ayudamos, sino que nos beneficiamos de su sabiduría y de sus experiencias de vida al hacer una escucha activa y saludable. Es un apoyo mutuo en donde podemos disfrutar de la compañía de personas que buscan ser escuchadas y apreciadas.

La decisión de crear una revista para ver a este segmento de la población y trabajar en colaboración con individuos con alta capacitación en el ámbito de la moda y, en sí, realizar un proyecto editorial de esa magnitud, ha proporcionado una gran retroalimentación y ayuda que me ha enriquecido mucho en mi enfoque profesional. Esta experiencia hizo que se generará un interés hacia el proceso de diseño editorial y me ha motivado tanto por el deseo de dar voz a aquellas personas que la merecen, como por el impulso de seguir aprendiendo y creciendo.

SOFÍA ROMÁN

Participar en este PAP me hizo reflexionar de como hemos excluido a los autos mayores de muchas actividades de la sociedad, cayendo en un tipo de discriminación bajo la idea errónea de

que ya no pueden ser independientes, seguir realizando actividades que les gusta y que a veces los consideramos hasta una carga, cuando en realidad siguen siendo capaces de realizar muchas actividades y cuentan con una gran experiencia de vida de la cuál podemos obtener muchos aprendizajes.

En la convivencia con los adultos mayores me doy cuenta de que aún tienen ganas de realizar muchas cosas y mantenerse activos, el trabajo de los centros que visitábamos ha sido de una gran ayuda para ser un lugar de convivencia entre ellos, recreación, cuidado y hasta cambios de mentalidad. Como parte del equipo de entrevistas me tocó realizar la entrevista a la directora de CEMAM y mencionaba esta parte de como poco a poco han ido implementando talleres y charlas que aún a una edad avanzada les enseñan temas como el acompañamiento psicológico y su importancia, que, en el pensamiento general de la sociedad, principalmente en gente mayor, es algo que no necesitaban, y que como poco a poco han ido cambiando esa idea y han evolucionado.

En el ámbito de la revista fue retador poder realizar y obtener las historias necesarias que nos ayudaran a transmitir la importancia de la labor e los centros y de que edades avanzadas aun podemos seguir añadiendo cosas a nuestra historia, igual de retador era plasmar y poder transmitir lo que en las entrevistas nos contaron.

Este PAP me hace ver que el ser una persona mayor no significa ya no hacer nada y también que como personas jóvenes no nos podemos mantener ajenos a estos temas, pues esperamos poder llegar a esa edad, así que de igual forma me doy cuenta de las cosas que debo trabajar desde ahora pensando en es futuro dentro de 40 años que me espera.

Ximena Gaona

Mi experiencia dentro de este PAP ha generado una experiencia muy significativa el poder convivir con los adultos mayores del cómo ha sido su vida hasta ahora, del cómo podemos mejorar todo el tiempo, teniendo en cuenta que a muchos de ellos se sentían de una manera torpes o se sentían discriminados a su dicha edad, pero el hecho de los adultos mayores que participaban en las actividades como hacer tejidos y realizar pinturas encuentran en estas prácticas mucho más que un simple entretenimiento. Estas actividades les ofrecían una conexión con su pasado, recordándoles momentos y habilidades que solían ser una parte integral de sus vidas. El tejido,

por ejemplo, puede evocar recuerdos de tejer para sus seres queridos, crear prendas que abrigaban a sus hijos o nietos, o incluso rememorar la sensación reconfortante de tejer en comunidad. Por otro lado, la pintura puede transportarlos a momentos en los que exploraban su creatividad e imaginación expresando bastantes emociones a través del arte. Además de conectar con su historia personal, estas actividades también les brindan una sensación de logro y autoestima, al ver el fruto de su trabajo y sentirse útiles.

Esto es especialmente importante en una etapa de la vida en la que a menudo se enfrentan a desafíos como la soledad o la pérdida de independencia. Es por eso que ellos teniendo estos tipos de actividades no solo son una forma de pasar el tiempo, sino también una forma de mantener viva la llama de la creatividad, la conexión social y la autoestima en la vida de los adultos mayores.

Es por eso que en ambos centros eran mirar distintas maneras de expresiones llegaban un punto que transmitían sus mismos sentimientos. Lo que mas me ha dejado es que independientemente de los años que tengamos es jamás rendirnos, es más que nada una gran experiencia y con más ganas de vivir, porque ellos como adultos mayores su palabra tiene un gran valor incalculable, ya que está llena de experiencias, sabiduría y perspectivas que solo se adquieren a lo largo de los años. Su vida vivida ofrece lecciones y consejos que pueden enriquecer nuestra propia vida y orientarnos en nuestro camino hacia el futuro. Escucharlos no solo nos permite aprender de su experiencia, sino que también muestra respeto y nos brinda la oportunidad de sentirnos valorados y comprendidos. Además, al escuchar sus historias y consejos, podemos evitar cometer los mismos errores que ellos pudieron haber enfrentado en su vida. Es importante recordar que el tiempo que pasamos con los adultos mayores es invaluable, ya que nos brinda la oportunidad de crear recuerdos significativos y fortalecer los lazos familiares. A través de la escucha activa y el respeto hacia sus palabras, podemos honrar su vida y legado, y aprender valiosas lecciones que nos acompañarán en nuestro propio viaje por la vida.

Patricia Beltrán

Durante este semestre tuve una experiencia muy gratificante con el Proyecto de Aplicación Profesional ‘‘Hilando generaciones y moda’’, en donde me divertí, aprendí, conocí maravillosas personas y lo más importante es que dentro de esta convivencia entre profesores, compañeros de

la carrera o de distintas otras y adultos mayores fue un intercambio de conocimientos significantes para mi vida profesional y personal. Además de esto, trabajamos en una revista en equipos para entender cómo funciona esta misma y poder plasmar todas las experiencias y conocimientos recabados durante el semestre.

Fui parte del equipo editorial, en el cual tuvimos acompañamiento de todos los profesores del PAP, sesiones extras con la maestra María del Rocío y sobre todo de la maestra Elena. En este rol de la revista se tuvo que establecer el tema, la estética, lluvia de ideas para el contenido y el concepto que llevaría en proyecto en general. Fue una buena experiencia compartir distintas ideas con todo el grupo y como cada persona tenía una idea diferente que aportar al proyecto.

En lo personal mi parte favorita de todo este proyecto fue la convivencia que se generó con los adultos mayores del CEMAM y CETAM, jamás imaginé una convivencia tan divertida y llena de experiencias tan bonitas, los consejos y enseñanzas de vida que nos brindaron son excepcionales. Me di cuenta de los estereotipos que tenemos sobre los adultos mayores y pude cambiar mi perspectiva para mejorar el trato hacia con ellos, lo autosuficientes que son, llenos de energía y actividades durante su día, pero lo más importante que me llevo es la actitud que tienen y la manera en la que perciben la vida.

Los adultos mayores es una de las poblaciones más olvidadas y me siento satisfecha de poder haber participado en este PAP para generar un cambio y poner en práctica todos los conocimientos y compartirlos con las personas a mi alrededor.

Dania Park Lee

Este semestre fue mi segunda vez formando parte del PAP de Hilando Generaciones y Moda. Tuve la oportunidad de participar en una experiencia enriquecedora y significativa al interactuar con adultos mayores del CETAM y del CEMAM. La experiencia no solo implicó la realización de talleres de pintura y bordado o la realización de la revista, sino también la creación de un espacio de convivencia donde pudimos intercambiar ideas, compartir vivencias y reflexionar sobre diversos aspectos de la vida.

Esta experiencia destacó la importancia de reconocer y valorar la contribución de los adultos mayores a la sociedad. A menudo, tendemos a subestimar su papel y a marginarlos, pero al interactuar con ellos, pude apreciar la sabiduría acumulada y la riqueza que aportan a través de sus experiencias.

La realización de talleres de pintura y bordado no solo tuvo como objetivo proporcionarles un pasatiempo, sino también fomentar su creatividad, estimular su mente y promover su autonomía. Personalmente, me pareció una gran idea crear un espacio donde los mismos adultos se podían sentir cómodos y al mismo tiempo, donde nosotros como alumnos también nos facilitara más acercarnos con cada adulto mayor.

Además, este semestre nuestro enfoque fue realizar una revista. La creación de una revista dedicada a los adultos mayores en los fue una experiencia significativa. Esta revista no solo documentó sus historias y experiencias, sino que también actuó como una herramienta para darles voz y sensibilizar sobre sus realidades. Me llevó a cuestionar los estereotipos negativos sobre el envejecimiento y resaltar la diversidad de sus vivencias. Fue un recordatorio duradero de la importancia de escuchar y valorar las voces de los adultos mayores en nuestra sociedad.

La experiencia en este PAP fue transformadora, no solo en términos de adquirir habilidades prácticas, sino también al reflexionar sobre cuestiones éticas y sociales fundamentales. Me ayudó a cuestionar mis actitudes hacia el envejecimiento y reafirmar la importancia de promover una cultura de respeto, inclusión y cuidado hacia los adultos mayores en nuestra sociedad.

Renata Mercado

Durante el desarrollo de este Proyecto de Aplicación Profesional, hemos llevado a cabo un proceso enriquecedor y significativo que me ha permitido explorar la relación entre la moda y el edadismo. A través de diversas actividades y enfoques, como la pintura y el bordado, he logrado comprender la importancia de este vínculo, así como los beneficios que puede aportar a esta población.

En primer lugar, se destaca la relevancia de la moda como una herramienta de expresión personal

y de identidad. A lo largo del proyecto, observe como los adultos mayores encuentran en la moda una forma de comunicar quiénes son y cómo desean ser percibidos por los demás. Esto refleja la importancia de brindar espacios donde puedan expresarse libremente y sentirse valorados en su individualidad.

Asimismo, creo que fue evidente el impacto positivo que tiene la moda en el bienestar emocional y psicológico de los adultos mayores. Al participar en actividades relacionadas con la moda, como desfiles de moda adaptados a sus necesidades, sesiones de fotos o talleres de bordado y pintura, observe un aumento en su autoestima, confianza y sentido de pertenencia. Estos resultados resaltan la importancia de promover iniciativas que fomenten el autoconcepto positivo y la inclusión social en esta etapa de la vida.

Además, pude apreciar cómo la moda puede servir como una herramienta de integración social y generación de vínculos intergeneracionales. A través de actividades colaborativas con nosotros, estudiantes de moda, se facilitó el intercambio de conocimientos y experiencias entre diferentes generaciones, promoviendo el respeto y la valoración mutua.

En conclusión, este proyecto “Hilando generaciones y moda” ha demostrado que la moda puede ser una poderosa herramienta para promover el bienestar y la inclusión de los adultos mayores. A través de actividades participativas y centradas en sus intereses y necesidades, se logró potenciar su autoestima, fortalecer su sentido de identidad y favorecer la integración social. Sin embargo, queda aún mucho por hacer en términos de mejorar el acceso a recursos y la sensibilización social para garantizar que todos los adultos mayores puedan beneficiarse de estas iniciativas de manera equitativa y significativa.

Kevin Jesús López Pacheco

Este semestre fue un nuevo reto para mí, me gustó mucho cómo se llevó a cabo en su totalidad y que fuera diferente al semestre pasado en cuanto al proyecto final, pero que se mantuviera la esencia de este. Todo lo que giró en torno a la revista me pareció muy divertido e interesante, la sesión de fotos y todo el proceso de armar la presentación final de la revista también nos ayudó a generar un mejor trabajo en equipo.

Las actividades que fuimos llevando a cabo durante el semestre nos dieron las herramientas para

a final poder desarrollarlos de forma óptima con los adultos, creo que el hecho de que las maestras se involucraran más en las actividades y en la forma en que convivimos con ellos, ya que sí nos dieron ciertas pautas a seguir que fortalecieron el vínculo.

Creo que era importante que la esencia que comentaba antes del PAP se mantuviera, porque es importante esta buena actitud para los adultos mayores y que se vayan mejorando las actividades con ellos donde se sientan más involucrados, que creo se logró porque aparte les realizamos entrevistas para poner en la revista. Me quedo muy feliz con este semestre.

Alexia Jiménez Serrano

Este semestre me gustó mucho los resultados obtenidos, ya que en el proyecto pudimos conocer e involucrarnos con los adultos mayores de los centros CETAM y CEMAM, crear vínculos, un espacio seguro y lo más importante es que aprendimos de ellos, y todo esto con un enfoque en la moda. Desde mi punto de vista, las actividades de este semestre ayudaron a desarrollar la creatividad de los adultos mayores y, al haber sido actividades manuales donde colaborábamos los estudiantes con ellos, logramos conocerlos y así trabajar con ellos para lograr la revista planeada para el cierre del proyecto.

Creo que logramos algo interesante este semestre, logramos crear experiencias inolvidables para los adultos mayores de los centros, como la sesión de fotos, algo que no muchos de los adultos mayores se imaginaban que lo harían, participar y formar parte en la creación de una revista es algo que a lo mejor nunca se lo esperaban.

Al ser la moda la herramienta principal para comunicarnos y expresarnos este semestre con los adultos mayores nos da una oportunidad inmensa para que ellos exploren y se descubran a ellos mismos, puedan sentirse libres y sobre todo que no le tengan miedo a demostrar y expresarse quienes son.

Siento que esta revista tiene una gran área de oportunidad para seguir creciendo, ya que tiene temas muy interesantes con un toque educativo, donde se fusiona la moda con la concientización de que el edadismo es un problema actual y cómo podemos cambiarlo. Al ser estos los temas muchos estudiantes pueden llegar a sentirse atraídos a la revista y así de esta forma concientizar

a los estudiantes del ITESO y a los jóvenes que lean la revista para ayudar a combatir este problema social.

En conclusión, puedo decir que este semestre seguí poniendo en práctica lo que aprendí el semestre pasado y me hizo entender aún más que la moda es una herramienta increíble para conectar con las personas y sobre todo que es un modo de expresión para demostrar quién eres. Cada vez el proyecto mejora y crece, pero lo que más me gustó fue ver cómo los adultos mayores disfrutaron las actividades, fueron felices y quedaron encantados con el resultado final, lo que me hace entender que el objetivo del PAP se logró.

En lo personal estoy feliz con los resultados y lo aprendido este semestre y haré todo lo posible para seguir poniendo estos aprendizajes en mi vida y en la de las demás personas.

Jazmín Alondra González

En este último semestre del Programa de Aplicación Profesional (PAP), he vivido una experiencia profundamente gratificante que ha marcado un antes y un después en mi desarrollo personal y profesional. A través de dos proyectos de aplicación profesional con adultos mayores, he tenido la oportunidad de explorar las vastas posibilidades que ofrece la moda como herramienta de transformación social.

Mi primera incursión en este ámbito se centró en el impacto de la moda en la autoestima y la confianza de los adultos mayores. A través de talleres y actividades dinámicas, pude observar cómo la selección cuidadosa de prendas y accesorios podía empoderarlos, permitiéndoles expresar su individualidad y sentirse más seguros de sí mismos.

En mi segundo proyecto, me adentré en el mundo de la artesanía tradicional, colaborando con un grupo de adultos mayores expertos en esta área. A través de su sabiduría y experiencia, descubrí una riqueza cultural invaluable que me inspiró a seguir profundizando en mis conocimientos y a valorar las tradiciones como fuente de identidad y creatividad.

Esta experiencia me ha permitido romper con los estereotipos y prejuicios que suelen asociarse a la tercera edad. He aprendido a valorar su sabiduría, su experiencia y su capacidad de seguir aprendiendo y creciendo. Además, he descubierto el poder del arte como herramienta para conectar con las personas a un nivel más profundo, trascendiendo las barreras generacionales y culturales.

El PAP ha sido una experiencia transformadora que me ha dejado un legado invaluable. He

aprendido a valorar la importancia de la empatía, el respeto y la inclusión para crear un mundo más justo y equitativo para todas las personas. Además, he desarrollado habilidades de comunicación, trabajo en equipo y liderazgo que me serán de gran utilidad en mi futuro profesional.

katy: El edadismo se refiere a estereotipos negativos, prejuicios o discriminación basados en la edad. Esto puede incluir la creencia de que las personas mayores son menos capaces, menos productivas o menos valiosas que las personas más jóvenes, en este proyecto de integración pudimos observar que efectivamente las personas se han sentido así y sobre todo la invalidación y el abandono de su familia. Las personas mayores a menudo enfrentan dificultades para encontrar empleo o son marginadas en el lugar de trabajo debido a su edad. Pueden ser objeto de discriminación en el proceso de contratación o experimentar dificultades para ser promovidas o capacitadas por la sociedad. En las experiencias que tuve con las personas mayores en los dos centros pude confirmar estos hechos tan tristes pero es importante dejar una enseñanza a ellos para que tengan más esperanzas de que ellos no son las personas que piensan que son. Lo que puedo aconsejar a los jóvenes como nosotros que estamos para transformar el futuro es el poder ayudar a sensibilizar a otros sobre los desafíos que enfrentan las personas mayores y promover una mayor comprensión y empatía hacia este grupo demográfico. Esto puede implicar organizar eventos educativos, compartir información en redes sociales o participar en campañas de concienciación sobre el envejecimiento y la discriminación por edad. También el brindar apoyo y compañía a las personas mayores en su propia red personal, ya sea familiares, vecinos o amigos. Esto puede implicar pasar tiempo de calidad juntos, ofrecer ayuda práctica con tareas cotidianas o simplemente escuchar y estar presente para ellos.

Este PAP ha cambiado mi perspectiva y mi modo de poder tratar a estas personas de mejor manera para que no se sientan como nos hablan, es nuestra responsabilidad el poder incentivar esta perspectiva y que tengan una mejor manera de ver la vida. Pude escuchar historias muy lindas y otras que las experiencias no son buenas pero que puedo aprender de ellas y cambiar mi modo de sobrellevar la vida.

Frida Ortiz:

Personalmente la experiencia de haber podido participar dentro de este proyecto a sido muy satisfactoria; no solo me he llenado de experiencias de vida, sino también de aprendizaje

profesional.

La convivencia intergeneracional es una práctica que debería de ser vista como necesaria dentro de la sociedad, ya que el poder compartir la vida entre cada una de las personas involucradas, genera idealismos y cambios de mentalidad en beneficio de los 2 actores. Rompiendo brechas del edadismo e indiferencia, hacia esta etapa de la vida que muchas veces puede llegar a ser vulnerable; estando en este pap se quita por completo este estereotipo, tanto para ellos como para nosotros.

Poder haber tenido la oportunidad de haber participado en el pap hizo que 2 de mis pasiones pudieran interconectarse, que es la moda y el servicio social; teniendo una experiencia plena.

### **Aixa Fernanda Corona Gil:**

Este ha sido mi segundo semestre cursando este Proyecto de Aplicación Profesional. A pesar de haberlo cursado de nuevo, mi experiencia fue completamente diferente en varios aspectos, para empezar el proyecto final cambió, ahora en vez de ser una pasarela, hicimos una revista de moda. Otro aspecto que cambió fue que ahora ya no estuvimos personalmente conviviendo con un adulto mayor cada quién, ahora fue más como convivencia grupal. Y finalmente lo que más cambió mi experiencia esta vez, fue que, los adultos mayores del CEMAM cambiaron, ya no estaban las mismas personas y también pude asistir y conocer más a los adultos mayores del CETAM. Con ellos no había tenido mucho tiempo para convivir el semestre pasado, y esta vez pude hacerlo.

Al haber nuevas personas acudiendo a los talleres pude conocer nuevas historias, escuchar nuevos consejos, aprender más y aumentar mi habilidad para convivir con los adultos mayores.

Personalmente se me complica un poco convivir con los adultos mayores, el semestre pasado estaba muy nerviosa porque realmente era un reto para mí y después de las clases de concientización que nos impartieron los maestros al principio y después de saber el concepto de edadismo y darme cuenta de que yo misma era parte de estos prejuicios y forma de pensar pude sentirme más segura y en paz de convivir con ellos.

Este semestre entré mucho más tranquila y segura de mí misma para poder hablar y convivir con los adultos, esta vez realmente me di cuenta de que este proyecto me ha ayudado muchísimo en el ámbito personal pues ya no tengo las ideas que tenía antes, soy mucho más empática con la

gente mayor y puedo mantener conversaciones largas naturalmente y sin sentirme nerviosa. Antes le tenía mucho miedo a la vejez, tenía mucho miedo de llegar a esa etapa de mi vida, porque realmente si pensaba que era una etapa en la que ya solo esperabas la muerte, ya no disfrutabas la vida, pero después de conocer tanta gente, tantas historias y ver la energía y ganas de vivir que tienen estas personas pude cambiar mi mentalidad y quitarme este miedo. Ya no veo la vejez como algo a lo que temerle, es solo una etapa más, una etapa en donde tu vida cambia, pero no se acaba, puedes disfrutar de la vida y hacer muchas cosas, obviamente las cosas cambian porque tus capacidades físicas lo hacen también, pero la vida puede ser bonita y puede ser una etapa de disfrutar y pasarla bien.

La revista ANCESTROS creo que fue un proyecto muy especial para todos, nos permitió tener mucha cercanía con los adultos mayores, para las personas de primer ingreso en este PAP fue un proyecto que pudo ayudarlos a entender los mismo que yo pude entender, pero de una manera mucho más cercana. Pudimos escuchar historias muy interesantes, reflexionar y divertirnos.

El evento de presentación de la revista estuvo muy bonito, creo que a pesar de tener unos contratiempos pudimos trabajar todo el salón como equipo para apoyarnos y sacar adelante el evento. Algo muy especial que pasó fue que los adultos del CETAM nos quisieron regalar una presentación de baile folclórico. Fue algo muy lindo y le dio un toque especial al evento.

En conclusión, este proyecto tuvo un gran impacto en vida, me ayudó mucho a hacer consciencia, quitarme tabús e ideas erróneas de la cabeza a cerca de los adultos mayores. Me ayudó mucho a ver la vida y sus etapas de una manera diferente, una manera en la que ahora sé que estaré preparada cuando llegué este tiempo, me ayudó a quitarme el miedo de envejecer.

Ahora puedo decir que comprendo y tengo empatía con los adultos mayores.

### **Carolina Huerta Ibarra**

En conclusión, el Proyecto de Aplicación Profesional "Hilando Generaciones y Moda" ha demostrado ser una experiencia enriquecedora y transformadora tanto para los estudiantes involucrados como para la comunidad de adultos mayores atendida. A través de la colaboración intergeneracional, se ha logrado no solo crear una revista innovadora, sino también fomentar el respeto, la empatía y el intercambio de

conocimientos entre diferentes generaciones.

Este proyecto fue de gran importancia para mí ya que me pude dar cuenta de muchas cosas, como la importancia de escuchar y aprender a valorar la sabiduría de los adultos mayores, darme la oportunidad de crecer mi corazón junto a ellos y de aprender como ellos ven la vida, como lo que a uno de pequeño le importa tanto, para ellos ya no tiene ni poquita importancia, y que siempre lo que importa es lo que hay dentro del corazón de cada persona, disfrutar cada momento de tu vida es importante pero cuando empiezas a disfrutar la vida como ellos se me hace lo mejor, recuerdo la vez que los trajimos al Iteso y que todos estaban tan emocionados admirando las instalaciones, no se me va a olvidar como admiraban las orquídeas y lo agradecidos que estaban con nosotros por enseñarles cosas nuevas. También este PAP me enseñó a reconocer su capacidad para seguir contribuyendo de manera significativa a la sociedad. Además, ha generado conciencia sobre la necesidad de crear espacios inclusivos y accesibles para este segmento de la población, promoviendo así la integración social y el bienestar comunitario.

Este proyecto no solo ha generado resultados tangibles, como la revista y el evento de presentación, sino que también ha dejado una impresión duradera en la forma en que se percibe y se trata a las personas mayores en nuestra sociedad. Ha inspirado a otros a reconocer y apreciar el potencial y la contribución continua de las personas mayores, transformando así la manera en que nos relacionamos y colaboramos entre generaciones.

El PAP "Hilando Generaciones y Moda" ha sido un ejemplo inspirador de cómo la moda y la creatividad pueden ser muy poderosos para promover la inclusión, la diversidad y el enriquecimiento mutuo. Y eso fue lo que más me gusto del proyecto, darme cuenta de que la moda puede ser muy vacía en algunos ámbitos pero que en otros entornos puede llegar a ser algo muy importante en enriquecedora en cuestión de incluir a las personas y verlas florecer, Este proyecto no solo ha dejado una huella positiva en mi como participante, sino que también ha contribuido a tejer lazos más fuertes y significativos entre las generaciones, demostrando que juntos podemos construir un futuro más solidario y equitativo.

## **Luis Peña**

Trabajar este semestre en el PAP hilando generaciones y moda ha cambiado la forma en que observaba el trabajo con adultos mayores, desde los talleres hasta la entrevista y la realización de la revista, ha sido una experiencia diferente a lo vivido en la carrera de psicología y más específicamente en los PIP. Este tipo de proyecto impacta directamente en mi forma de llevar la psicología a diferentes campos de trabajo por eso considero tan importante el trabajo multidisciplinar, nos otorga la oportunidad de observar desde otro punto de vista la relevancia de lo que se ha aprendido y trabajado durante la carrera.

En otros campos es innegable que cada proyecto modifica la ética profesional, lo que creo es vital. Definir y tener presente una ética propia de trabajo es lo que nos va a llevar a ser los profesionistas que podemos llegar a ser, tomando un poco la filosofía de Spinoza las afecciones del alma van a dictar nuestra percepción del mundo en el que nos desarrollamos, esto lo interpreto y lo relaciono con el proyecto de la siguiente manera, de la misma forma en que las experiencias y emociones vividas durante este proyecto me han conmovido e impactado está directamente relacionado a la forma en que yo voy a buscar impactar y cambiar el contexto en el que me desarrollo.

Durante este semestre me toco realizar las entrevistas que se utilizaron en la revista y fue algo increíble, las entrevistas que me toco realizar estuvieron llenos de historias de vida que recuerdo y espero recordar por mucho tiempo, pues son experiencia y sabiduría que es replicable a cada aspecto de mi vida, en lo personal considero que el trabajo realizado este semestre tiene un impacto importante y debe de seguir en constante renovación y mejora con el fin de siempre llevar el mejor proyecto a los adultos mayores. Considero que el trabajo de este semestre fue muy bueno y satisfactorio, pero siempre hay campo para la mejora y en mi opinión la coordinación entre los dos centros es algo que se debe de mejorar con el propósito de tener resultados que coincidan y puedan ser utilizados de manera más eficiente.

El proyecto "Hilando Generaciones y Moda" es una gran oportunidad para los grupos de adultos mayores que están siendo excluidos de la sociedad por estereotipos relacionados con el edadismo, es por eso por lo que considero importante tener más repercusión e invitar a más personas de diferentes generaciones y géneros a participar en cualquier ámbito posible con el fin

de que el proyecto no quede estancado ni olvidado, refrescándolo cada semestre con nuevas personas que traerán más historias de vida, ideas y propósitos.

Como conclusión el proyecto tiene una fuerte relevancia y debe de mejorar, no porque este mal, porque es nuestro deber como estudiantes de una de las escuelas con mayor nivel académico del estado, buscar los campos de mejora y entregar el mejor proyecto posible a las personas que lo merecen, los grupos de adultos mayores. El impacto que tiene en la sociedad es impresionante, pero en lo personal la manera en que toca la vida de cada uno de los estudiantes también resulta muy interesante y en mi opinión también podría ser objeto de estudio, observar cómo los estudiantes se desenvuelven y cambian su perspectiva sobre estos temas me gustaría en un futuro prestar más atención a estos detalles.

Akari Urakami

Este ha sido un proyecto muy significativo para mí puesto a que, a pesar de que siempre he tenido una gran relación con los adultos mayores, no me había dado la oportunidad de entablar amistades más que una sola vez.

A mí me tocó trabajar en la sesión de fotos y fue una experiencia muy linda ya que me tocó trabajar con Cruz, Celina, Maru y Carmen. Aprendí a resolver problemas, a gestionarme y a organizar. Pasé todo el semestre platicando con Cruz y puedo decir que es lo que más atesoro de la experiencia. Me di cuenta de que puedo crear lazos con personas de diferentes edades y aprender los unos de los otros. Me contó de su trabajo, sus pasiones, su familia y de su manera de vivir. Sorpresivamente tenemos muchísimo en común y cada vez que iba al CETAM alegraba mis días compartir tiempo juntos. Aprendí mucho de su camino esta vida y me vi alentada a seguir, sabiendo que todo estará bien.

Me llevo la experiencia en el corazón porque pude comprender la importancia de reconocer nuestra importancia como seres humanos y a acompañarnos siempre. La última sesión fue muy linda y fue cuando vi genuinamente el valor de este tipo de proyectos. Son proyectos que cambian vidas.

## CRISTINA VALENZUELA

Al inicio de este PAP pensé que sería un gran reto para mí lograr una convivencia con los adultos mayores porque nunca había tenido un acercamiento personal con ellos, ya que, empezando desde casa, mis abuelos nunca estuvieron presentes durante mi crecimiento. Tenía esta visión de que los adultos mayores eran anticuados, conservadores, de mente cerrada, y que juzgaban sin intentar entender los nuevos contextos sociales. Pero desde el primer día que pasé en el CETAM conocí a un grupo de amigas con las que hice conexión casi instantáneamente. Me platicaban sobre sus vidas, sus gustos e intereses, que resultaron no ser muy diferentes a los míos. Y mientras pasaban los días el panorama que tenía sobre la tercera edad se fue ampliando. Ya no lo veía como algo ajeno a mí o algo que estuviera en mi contra, ya no se trataba de una pelea generacional entre el pasado y presente. Se convirtió en un intercambio de ideas y conocimientos entre iguales, simplemente personas en diferentes etapas de sus vidas compartiendo las anécdotas que hemos recolectado hasta este instante en el que nos encontramos.

De este PAP aprendí que la edad adulta no es algo de lo que se deba temer, que la vida no termina ahí, y que siempre podemos seguir aprendiendo y formando nuevas experiencias.

## ANA RODARTE:

Trabajar en este proyecto rompió muchos pensamientos absurdos que tenía sobre la vejez. Me di cuenta de que hay tantos estereotipos en cualquier grupo social que te hacen cerrarte a ideas totalmente erróneas. Por lo cual, compartir con las señoras del Cemam abrió totalmente mis ojos, ya que cada visita se sentía como un abrazo cálido de ellas hacia nosotras, porque nos estaban esperando con mucha emoción para compartir momentos amenos en los cuales se tenían conversaciones divertidas.

Por otro lado, estuve en el equipo de fotografía, lo cual fue estresante pero divertido a la vez, ya que buscar locaciones, las colaboraciones y ser aceptado por una marca o lugar es algo muy retador. Podría decir que esto me ayudó a mantener una comunicación más asertiva con cualquier persona con la que tuve contacto, sin transmitirle las emociones negativas que podrían estar pasando en el momento. Por lo que podría decir que aprendí una herramienta poderosa llamada comunicación, volví a tomar fotos y esto me conectó mucho conmigo misma.

Alondra Sánchez:

Este proyecto de aplicación profesional fue una grata experiencia desde un inicio ya que me dio la oportunidad de poder conectar y poder convivir de manera más cercana con un demográfico de una población que normalmente suele estar olvidada por personas de mi generación. He experimentado un crecimiento significativo en mi comprensión y aprecio por el papel de los adultos mayores en la sociedad. Este periodo fue fundamental para reforzar mis ideas preexistentes sobre la importancia de incluir y no excluir a este grupo poblacional, así como para tomar conciencia de las conductas edadistas que a veces realizamos.

Igualmente, poder llevar estos aprendizajes a un proyecto como el de este semestre que fue la realización de la revista Ancestro me pareció la perfecta manera de comunicar de manera más visual la importancia de las vivencias de los adultos mayores.

Desde el inicio de la conceptualización de la revista, como definir la estética para que estuviera acorde a la esencia de las personas con las que convivimos en los centros cada uno de los alumnos, hasta la realización de la producción editorial con los adultos que mostraban mayor participación, hasta la culminación del proyecto con un evento donde todos los adultos mayores asistieron y pudieron ver sus historias impresas en las páginas de la revista; creo que el haber podido llevar esta experiencia y aprendizaje que tuvimos con las personas de los centros fue un proyecto que puede dar para muchas más ediciones, cada una con nuevas historias de aquellos que no alcanzamos a plasmar en esta primera edición.

Además, la oportunidad de aplicar temas de mi carrera, Diseño de Modas, en adultos de la tercera edad, fue una experiencia enriquecedora. La integración de conocimientos especializados en un contexto tan diverso no solo amplió mis habilidades profesionales, sino que también demostró la relevancia y versatilidad de mi carrera.