

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 NÚCLEOS
ECONÓMICOS LOCALES



ITESO, Universidad
Jesuita de Guadalajara

1L05 HILANDO GENERACIONES Y MODA

PRESENTAN

Licenciatura en Comunicación y Artes Audiovisuales Bracamontes Plascencia Adriana
Licenciatura en Psicología Calvillo Puigferrat Daniela
Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda Crowley Muro Regina
Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda De Dios Rivera Ana Paulina
Licenciatura en Comunicación y Artes Audiovisuales Flores Herrera Jesús Gabriel
Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda González Barriga Jorge Iván
Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda González Hernández Ana Paula
Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda Guzmán Romero Ana Paula
Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda Haddad García Yasmin
Licenciatura en Gestión Cultural Huerta Galván Víctor Eduardo
Licenciatura en Comunicación y Artes Audiovisuales Kuligina Vlada
Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda Márquez Coronel Angélica Guadalupe
Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda Martínez Ramírez Dulce Fernanda
Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda Mora García Alondra Johana
Licenciatura en Comunicación y Artes Audiovisuales Nuño Orozco Alejandra
Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda Ochoa Alvarado Alejandra
Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda Ortega Morales Fabiola
Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda Perez Saborio Fabiola
Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda Pulido Meza Melissa
Licenciatura en Comercio y Negocios Globales Rojas Figueroa Valeria
Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda Turrent López María Paula
Licenciatura en Comunicación y Artes Audiovisuales Zúñiga Padilla Rodrigo

Profesoras PAP: Aguilar Ayala Sharinna, Dueñas Ventura Elena, Esparza Valencia Lilia

Gabriela, Salazar Castillo Mariana

Tlaquepaque, Jalisco, diciembre de 2025

ÍNDICE

Contenido

REPORTE PAP	2
Presentación Institucional de los Proyectos de Aplicación Profesional	2
Resumen	0
1. Ciclo participativo del Proyecto de Aplicación Profesional.....	1
1.1 Entendimiento del ámbito y del contexto	1
1.2 Caracterización de la organización.....	7
1.3 Identificación de la(s) problemática(s)	10
1.4. Planeación de alternativa(s).....	12
1.5. Desarrollo de la propuesta de mejora	16
1.6. Valoración de productos, resultados e impactos	26
1.7. Bibliografía y otros recursos	30
1.8. Anexos generales	34
2. Productos	38
3. Reflexión crítica y ética de la experiencia.....	66
3.1 Sensibilización ante las realidades	66
3.2 Aprendizajes logrados	95

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.

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

En este Reporte PAP se presenta el trabajo realizado en el periodo de otoño 2025 en el PAP 1L05 Hilando generaciones y moda, que tiene como propósito acortar las brechas de segregación generacionales, así como contribuir a mitigar el edadismo desde una perspectiva interdisciplinar en la que colaboraron las disciplinas de Psicología, Diseño, Diseño de Indumentaria y Moda, Comunicación y Artes Audiovisuales, Gestión Cultural y Comercio y Negocios Globales.

Se relata lo realizado a lo largo del semestre por parte de los estudiantes involucrados y la participación de las personas mayores que formaron parte del proyecto.

En este periodo el proyecto y las iniciativas propuestas por los estudiantes dieron seguimiento a lo realizado en primavera dando por resultado, un primer mapeo que sirvió como brújula para identificar las necesidades de las comunidades de personas mayores involucradas. Una vez reconocido este panorama, se procedió al planteamiento de crear varios equipos que se enfocaran principalmente a un objetivo particular abonando así al objetivo general del proyecto. De ahí surgieron los siguientes equipos: organización, redes sociales, cortometraje, manualidades, revista y de expresión.

El desarrollo y ejecución de los talleres generaron varios productos importantes tales como: cortometraje llamado “Dalias de medianoche”, cuarta edición virtual de la revista “Ancestro”, insumos para el cortometraje realizados en el taller de manualidades, así como actitudes en las personas mayores que se identificaron con la cohesión grupal y el empoderamiento personal. Todo esto es posible observarlo en las evidencias que se comparten en este documento en la sección determinada para ello.

Palabras clave: Edadismo, trabajo intergeneracional, envejecimiento activo, envejecimiento saludable.

1. Ciclo participativo del Proyecto de Aplicación Profesional

El PAP es una experiencia de aprendizaje y de contribución social integrada por estudiantes, profesores, actores sociales y responsables de las organizaciones, que de manera colaborativa construyen sus conocimientos para dar respuestas a problemáticas de un contexto específico y en un tiempo delimitado. Por tanto, la experiencia PAP supone un proceso en lógica de proyecto, así como de un estilo de trabajo participativo y recíproco entre los involucrados.

1.1 Entendimiento del ámbito y del contexto

Los Proyectos de Aplicación Profesional se conciben como iniciativas que articulan la formación universitaria con el ejercicio profesional, al permitir que los estudiantes participen en procesos reales que generan conocimiento experiencial, fortalecen competencias disciplinares y contribuyen al abordaje de problemáticas vigentes en la sociedad. Desde esta perspectiva, el trabajo en torno al edadismo adquiere pertinencia socio-profesional, puesto que se trata de una forma de discriminación profundamente normalizada, presente en múltiples entornos institucionales, culturales y cotidianos, y que afecta de manera directa la calidad de vida, el acceso a derechos y la participación social de las personas mayores. Asimismo, intervenir sobre esta problemática favorece la construcción de una conciencia crítica en las y los estudiantes, quienes, desde sus respectivos campos profesionales, pueden diseñar acciones con impacto social orientadas a promover la inclusión, la dignidad y la convivencia intergeneracional.

En este marco, el Proyecto de Aplicación Profesional Hilando Generaciones y Moda tiene como finalidad generar espacios de encuentro entre distintas generaciones y culturas, en los cuales participan estudiantes de las licenciaturas en Diseño de Indumentaria y Moda, Comunicación y Artes Audiovisuales, Comercio y Negocios Globales, Gestión Cultural y Psicología. Su propósito central es promover en las y los jóvenes el desarrollo de una sensibilidad que les permita comprender mejor a personas de otras generaciones y construir con ellas un diálogo significativo. En esta ocasión, el proyecto se orienta hacia un problema que, en algún momento de la vida, afecta a todas las personas: el edadismo.

Uno de los aspectos más relevantes identificados a lo largo del proyecto fue la necesidad de reconocer y comprender con profundidad el concepto del *edadismo*, así como observar cómo

se manifiesta y afecta en la actualidad. El término *edadismo* fue introducido en 1969 por el gerontólogo Robert N. Butler, quien lo definió como el conjunto de prejuicios y estereotipos asociados a la edad (Fundación “la Caixa”, s.f.). Aunque la Real Academia Española lo aceptó recientemente, lo describe como la discriminación basada en la edad, particularmente hacia las personas mayores (s.f.). Por su parte, la Organización Mundial de la Salud (s.f.) amplía esta noción al señalar que el edadismo incluye formas de pensar (estereotipos), sentir (prejuicios) y actuar (discriminación) hacia otros o hacia uno mismo debido a la edad (como se citó en Instituto Nacional de Geriátrica, 2024). Este fenómeno se presenta en prácticamente todos los ámbitos sociales y, si bien puede afectar a cualquier grupo, impacta con mayor frecuencia —aunque no de manera exclusiva— a las personas mayores. Sus expresiones pueden ser de tipo institucional, cuando leyes o servicios limitan oportunidades basadas en la edad; de tipo interpersonal, cuando se manifiesta a través del menosprecio o la invisibilización cotidiana; e incluso de tipo autoinfligido, cuando las personas interiorizan mensajes negativos sobre su propia edad, lo que deriva en conductas perjudiciales, como ocurre cuando una persona mayor se convence de que no debe salir de casa y, como consecuencia termina aislándose de la sociedad (Fundación Pasqual Maragall, 2024). Entre las manifestaciones más comunes del edadismo destacan la infantilización, que genera un trato protector y condescendiente hacia las personas mayores, similar al que se dirige a las infancias; la despersonalización, que implica ignorar su individualidad, preferencias y necesidades; y la deshumanización, que se presenta cuando se pierde la empatía hacia ellas, afectando su autonomía, invadiendo su privacidad o minimizando la validez de sus opiniones (Fundación “la Caixa”, s.f.).

La magnitud del problema puede comprenderse mejor al considerar que la población contribuye a su reproducción, muchas veces sin ser consciente de ello. Según datos de la Organización Mundial de la Salud (2021), en una encuesta realizada a 83,034 personas de 57 países, una de cada dos mostró actitudes moderadas o altamente edadistas, lo que evidencia que se trata de un fenómeno normalizado, interiorizado desde edades tempranas y reforzado a lo largo del tiempo. Además, el doctor Juan Humberto Medina Chávez (2024), titular de la División de Excelencia Clínica del IMSS, destaca que sus efectos se presentan tanto a nivel individual como colectivo.

Las consecuencias del edadismo son profundas y abarcan un incremento en el aislamiento social, mayor inseguridad financiera, deterioro de la salud física, emocional y mental, y una disminución de la esperanza de vida (Fundación Pasqual Maragall, 2024). Asimismo, representa un obstáculo para la convivencia intergeneracional, pues debilita la solidaridad social y subestima la capacidad de ciertos grupos etarios para aportar significativamente a la sociedad (Instituto Nacional de Geriatria, 2024).

Frente a este escenario, en las últimas décadas han surgido diversas iniciativas internacionales orientadas a mejorar la calidad de vida de las personas adultas mayores. Entre las más importantes se encuentran las siguientes:

Década del Envejecimiento Saludable

Como parte de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible, la Asamblea General de las Naciones Unidas declaró el periodo 2021-2030 como la Década del Envejecimiento Saludable, la principal estrategia para construir sociedades inclusivas para todas las edades. Esta iniciativa articula esfuerzos de gobiernos, organizaciones civiles, organismos internacionales, profesionales, sector privado y medios de comunicación para mejorar el bienestar de las personas mayores, sus familias y comunidades. Se estructura en cuatro áreas: transformar la manera en que se percibe la edad y el envejecimiento; garantizar que las comunidades promuevan las capacidades de las personas mayores; ofrecer servicios de salud primaria centrados en la persona; y asegurar acceso a cuidados a largo plazo para quienes los requieran (Organización Panamericana de la Salud, s.f.).

Campaña Global de la Organización Mundial de la Salud “A World for All Ages”

Esta campaña, la cual forma parte de los esfuerzos de la Década del Envejecimiento Saludable, busca modificar la manera en que se piensa, se siente y se actúa respecto a la edad, mediante la difusión de materiales educativos, la promoción de prácticas inclusivas y el desarrollo de herramientas como la Escala de Edadismo de la OMS, que permite medir el fenómeno en diferentes contextos culturales. Su objetivo es generar cambios estructurales en

la percepción social e institucional de las personas mayores, impulsando políticas basadas en la igualdad y la dignidad.

Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores

En 2010, la Organización Mundial de la Salud creó la Red Mundial de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores para impulsar que los entornos urbanos respondan mejor a las necesidades de este grupo poblacional. Con el apoyo de la Organización Panamericana de la Salud, la región de las Américas ha sido la de mayor crecimiento dentro de esta red. Sus esfuerzos se enfocan en garantizar que las personas mayores puedan participar en la vida cotidiana, envejecer de manera saludable y vivir sin miedo a la pobreza o la discriminación (Organización Panamericana de la Salud, s.f.).

Programa Iberoamericano de Cooperación sobre Adultos Mayores

Aprobado en 2011 durante la XXI Cumbre Iberoamericana de Jefes de Estado y de Gobierno celebrada en Asunción, Paraguay, este programa busca fortalecer las políticas públicas necesarias para proteger los derechos y promover el desarrollo de las personas mayores en la región (Agencia Mexicana de Cooperación Internacional para el Desarrollo, 2015). Para el periodo 2023-2030, sus objetivos estratégicos se centran en impulsar políticas públicas más eficaces, incluyentes y no discriminatorias, así como mejorar la percepción social de la vejez para erradicar el edadismo. El programa está integrado por veinte instituciones públicas de Argentina, Brasil, Chile, España, México, Paraguay, República Dominicana y Uruguay, y cuenta con la Organización Iberoamericana de Seguridad Social como coordinadora técnica (Programa Iberoamericano de Cooperación sobre Adultos Mayores, s.f.).

Campaña Global de la Organización Mundial de la Salud “A World for All Ages”,

Esta campaña, la cual forma parte de los esfuerzos de la Década del Envejecimiento Saludable, busca modificar la manera en que se piensa, se siente y se actúa respecto a la edad, mediante la difusión de materiales educativos, la promoción de prácticas inclusivas y el desarrollo de herramientas como la Escala de Edadismo de la OMS, que permite medir el fenómeno en diferentes contextos culturales. Su objetivo es generar cambios estructurales en la percepción social e institucional de las personas mayores, impulsando políticas basadas en la igualdad y la dignidad.

Age Demands Action (ADA)

Es una movilización global promovida por HelpAge International que coloca a las personas mayores como agentes activos en la defensa de sus derechos. Este programa organiza jornadas de incidencia política, actividades comunitarias y campañas de sensibilización en diversos países, con la finalidad de visibilizar experiencias de discriminación por edad y demandar cambios en las políticas públicas. ADA se centra especialmente en la participación directa de la población mayor, fortaleciendo su liderazgo en la lucha contra estereotipos y prejuicios edadistas.

HelpAge International España

En Europa se ha impulsado la creación del Observatorio del Edadismo, un espacio dedicado a monitorear y analizar las expresiones de discriminación por edad en los medios de comunicación, las instituciones y la vida cotidiana. El observatorio contribuye a la documentación sistemática del edadismo en la sociedad y genera recomendaciones orientadas a mejorar la legislación y las prácticas políticas. Su trabajo ha sido clave para visibilizar la discriminación estructural y promover acciones de educación y sensibilización.

Resoluciones de Naciones Unidas sobre derechos de las personas mayores

Las Naciones Unidas y la Comisión Interamericana de Derechos Humanos han emitido resoluciones y pronunciamientos en los que exhortan a los Estados a combatir el edadismo y a garantizar el pleno ejercicio de los derechos de las personas mayores. Estas resoluciones subrayan la obligación de los gobiernos de eliminar estereotipos, revisar leyes discriminatorias y adoptar políticas de igualdad que protejan a las personas mayores en todos los entornos. La intervención de estos organismos internacionales ha reforzado la comprensión del edadismo como una problemática global que requiere atención prioritaria y un enfoque multidimensional.

Para llevar a cabo este proyecto, el grupo trabajó siguiendo una metodología guiada por la dinámica propia del PAP. El primer paso consistió en una investigación exhaustiva sobre el

edadismo y las distintas estrategias que se han implementado a nivel global para reducirlo o eliminarlo. Posteriormente, el equipo sostuvo una sesión plenaria en la cual se discutió el tema, se compartieron hallazgos y se intercambiaron puntos de vista. Después de esa puesta en común, cada integrante elaboró de manera individual un primer borrador con propuestas de subproyectos.

En una segunda sesión grupal, estas ideas fueron presentadas, analizadas y evaluadas colectivamente para seleccionar aquellas con mayor potencial. A partir de ello, las propuestas fueron enriquecidas y perfeccionadas, y se organizó a los equipos de trabajo según las afinidades detectadas entre los participantes. Como resultado, se consolidaron seis subproyectos: cortometraje, taller Expression, taller de manualidades, revista, difusión en redes sociales y premiere. Desde ese momento, la mayor parte del proceso se desarrolló en equipos, encargándose cada uno de conceptualizar, planear, preparar y ejecutar su proyecto tomando como base el eje general.

A pesar de esta estructura por equipos, se mantuvo siempre una comunicación constante tanto al interior del grupo como con las organizaciones participantes —CEMAM y el grupo de baile Candela y Tumbao— con el fin de asegurar que todos los esfuerzos se articularan para construir un PAP sólido, coherente y con sentido.

En lo referente al problema central y a los proyectos diseñados para abordarlo, los equipos trabajaron a partir de conceptos fundamentales: reconocimiento, inclusión, apertura al aprendizaje, empoderamiento, autonomía, libertad de expresión y representación. Estos valores atraviesan todas las propuestas y constituyen el hilo conductor del PAP. Ya fuera en la producción del cortometraje, en los talleres de manualidades y Expression, en la presencia del proyecto en redes sociales o en la edición de la revista *Ancestro*, la meta principal fue contribuir al bienestar y al desarrollo de las personas mayores participantes, a la par de fomentar un vínculo intergeneracional enriquecedor para todas las personas involucradas.

El grupo también analizó diversos elementos del contexto que influyen directamente en el desarrollo de los proyectos. El lugar y el momento histórico juegan un papel determinante. En la Zona Metropolitana de Guadalajara (ZMG), una parte significativa de la población adulta mayor vive en condiciones precarias. De acuerdo con datos del Consejo Nacional de

Evaluación de la Política de Desarrollo Social, en 2018 había 220,000 personas mayores de 65 años en situación de pobreza, lo que representa el 31.1% de ese grupo en el estado (2020, p. 25). Así mismo, María Guadalupe Mendoza Heredia, responsable del Programa de Atención al Adulto Mayor del Ayuntamiento de Guadalajara, señala que la mitad de las personas en situación de calle en la ciudad pertenecen a este grupo etario como se citó en Hernández, 2017.

Otro aspecto alarmante es la violencia. Luis Cisneros Quirarte, director del Instituto Jalisciense del Adulto Mayor, explica que, según un diagnóstico institucional, solo el 48% de las personas mayores en la ZMG vive libre de violencia; el resto enfrenta agresiones verbales, físicas o psicológicas como se citó en Carapia, 2015. A estas problemáticas se suman el abandono familiar, la falta de pensiones contributivas y el acceso limitado a servicios de salud.

Ante esta realidad, el grupo tomó como eje fundamental la empatía y la solidaridad hacia las personas mayores, comprometiéndose a crear espacios seguros, dignos y favorables para su participación y desarrollo durante todas las actividades del proyecto. Desde la planificación hasta la ejecución, el enfoque estuvo dirigido a reconocer la importancia de su presencia, validar sus experiencias y dignificar sus voces en cada iniciativa.

1.2 Caracterización de la organización

1. Escenario y funcionamiento de las organizaciones

El Proyecto de Aplicación Profesional *Hilando Generaciones y Moda* se llevó a cabo en dos espacios fundamentales dedicados al bienestar, acompañamiento y activación cultural de personas mayores: el Centro Metropolitano del Adulto Mayor (CEMAM) y Foro Cometa, este último en colaboración con el grupo de danza Candela y Tumbao. El CEMAM, como centro público del DIF Zapopan, cuenta con áreas médicas especializadas, rehabilitación física, activación deportiva, talleres cognitivos y actividades culturales que fomentan la integración social. Además, dispone de aulas para talleres y una estructura administrativa que coordina el funcionamiento diario. Allí, cada miércoles de 10 a 12, se llevaron a cabo los talleres del proyecto, principalmente el de

Expresión y el de Manualidades. Por su parte, Foro Cometa es un espacio cultural independiente que funciona como foro escénico, sala de ensayo y lugar de encuentro comunitario. Ahí fue donde se desarrollaron algunas sesiones del Taller de Expresión junto con Candela y Tumbao, un grupo de adultos mayores que llevan más de dos años bailando en el foro y que participan activamente en festivales. Cuatro de sus bailarinas fueron seleccionadas para aparecer en el cortometraje del PAP.

2. Propósito y razón de ser de las organizaciones

El CEMAM tiene como misión promover el bienestar integral de las personas mayores, ofreciendo un espacio seguro y accesible en el que puedan recibir atención médica, desarrollarse física y emocionalmente, convivir y mantener una vida activa. Su propósito central es acompañar el proceso de envejecimiento de manera digna y saludable. En paralelo, Foro Cometa busca generar experiencias culturales inclusivas, fomentando la creatividad, el movimiento libre y la creación colectiva. Es un espacio pensado para formar comunidad desde el arte y para abrir oportunidades de participación a personas que usualmente quedan fuera de los entornos culturales tradicionales.

3. Acciones que llevan a cabo

El CEMAM desarrolla acciones continuas que incluyen atención médica especializada, rehabilitación física, programas de activación, talleres recreativos y actividades comunitarias; además, ofrece aulas para proyectos externos como este PAP.

Foro Cometa, por su lado, realiza talleres de danza y expresión corporal, ensayos escénicos, procesos creativos vinculados al movimiento y la memoria somática, residencias artísticas y encuentros con colectivos educativos y culturales. Ambos espacios mantienen una dinámica constante de acompañamiento, formación y participación.

4. Personas que participan y sus roles

Dentro del CEMAM participan principalmente personas mayores usuarias del centro, personal administrativo encargado de la logística, equipos médicos y terapeutas, facilitadores de

actividades y personal de apoyo para las operaciones cotidianas. En Foro Cometa, las personas participantes fueron principalmente integrantes de Candela y Tumbao, acompañadas de gestores culturales del foro, talleristas y artistas responsables de las dinámicas de movimiento, así como del equipo técnico que da soporte a iluminación, sonido y montaje.

5. Rol del PAP dentro de estas organizaciones

A lo largo del semestre, el PAP implementó dos talleres centrales. El Taller de Manualidades, realizado en CEMAM, incluyó la creación de abanicos de estilo cabaret, piezas de joyería y decoraciones elaboradas con materiales que fomentan la creatividad y la motricidad fina, además de generar insumos para la producción del cortometraje. El Taller de Expresión, que se impartió tanto en CEMAM como en Foro Cometa, trabajó profundamente la apertura emocional, la integración grupal y la disminución del miedo al juicio. Las participantes realizaron dinámicas de movimiento, canto, baile, ejercicios de conexión con sueños personales no cumplidos y una sesión fotográfica dentro del centro. Las sesiones con Candela y Tumbao ampliaron el trabajo corporal y escénico, fortaleciendo el vínculo intergeneracional.

6. Equipos del proyecto

El proyecto estuvo conformado por varios equipos de trabajo. El equipo de cortometraje lo integraron Adriana Bracamontes, Rodrigo Zúñiga, Alejandra Nuño, Valeria Rojas, Vlada Kuligina, Jesús Gabriel Flores, Fabiola Pérez Saborio, Dulce Martínez, Angélica Márquez Coronel y Ana Paula Guzmán. El equipo de Expresión estuvo conformado por Rodrigo Zúñiga, Adriana Bracamontes, Angélica Márquez Coronel, Yasmin Haddad García, Fabiola Pérez Saborio, Víctor Eduardo Huerta Galván, Alejandra Nuño, Dulce Martínez, Jesús Gabriel Flores, Ana Paula Guzmán y Regina Crowley. El equipo de Manualidades lo integraron Alejandra Ochoa Alvarado, Fabiola Ortega Morales, Jorge Iván González Barriga, Alondra Johana Mora García, Ana Paula González Hernández, Vlada Kuligina, Valeria Rojas Figueroa, Paulina de Dios y María Paula Turrent López. El equipo de Redes estuvo conformado por Alondra Johana Mora García, Alejandra Ochoa Alvarado, Ana Paulina de Dios Rivera y Fabiola Ortega Morales. El equipo de Logística y Eventos lo conformaron Ana Paula González Hernández, Melissa Pulido Meza, Yasmin Haddad García y Víctor Eduardo Huerta Galván. Finalmente, el equipo de Revista estuvo compuesto por Regina Crowley, Yasmin Haddad García, Paula Turrent, Fabiola Perez Saborio y Daniela Puigferrat.

7. Otros elementos clave que definen a las organizaciones

Tanto el CEMAM como Foro Cometa funcionan como espacios seguros y significativos para las personas mayores, donde se fomenta la creatividad, la convivencia y el envejecimiento activo. A través del PAP, las personas participantes expresaron sentirse acompañadas, motivadas y tomadas en cuenta; destacaron que el trabajo con jóvenes fortalece su seguridad, su energía y su sentido de pertenencia. El proyecto no solo aportó actividades artísticas y emocionales, sino que también fortaleció la dignidad, la autoestima y la participación social de las personas mayores involucradas.

Identificación de la(s) problemática(s)

Como antes se ha mencionado, la problemática general que atañe a este Proyecto de Aplicación Profesional es el edadismo; se trata del conjunto de estereotipos y prejuicios relacionados con la edad, de la discriminación por razón de edad —especialmente de las personas mayores. Este fenómeno, presente en prácticamente todos los ámbitos de la sociedad, se manifiesta de diversas maneras. Una de las más ostensibles para el equipo es el edadismo autoinfligido; se trata de la interiorización de discursos negativos sobre la propia edad y la adopción de actitudes auto perjudiciales (esto ocurre, por ejemplo, cuando se espera que una persona mayor sea solemne y, en consecuencia, esta asume que la jovialidad ya no corresponde a su edad) (Fundación Pasqual Maragall, 2024).

Respecto a este fenómeno, la doctora Salomé Martín (2023), coordinadora del Grupo de Ética y Legislación de la Sociedad Española de Geriátrica y Gerontología, explica que:

Con los años, en la sociedad que hemos construido, es fácil tener la creencia de que al envejecer no podemos, no somos capaces, no debemos, ya no nos toca y eso se denomina edadismo autoinfligido y responde a la opinión de lo que debe y no debe ser y hacer una persona según su edad, en el fondo es la idea que tenemos del envejecimiento, según nuestra cultura, nuestras creencias y nuestra sociedad.

Martín establece que el edadismo autoinfligido no es sino auto discriminación que atiende a lo que se aprende en el curso de la vida —y que se cree y se siente como evidente. La doctora Martín señala que la imagen de la vejez convencional (que se constituye de atributos como la sabiduría, la dependencia, la tranquilidad, la amabilidad, el aburrimiento, la pasividad, etc.)

está tan interiorizada que a uno mismo le resulta difícil reparar en que tales generalizaciones son, cuando menos, improcedentes (2023). Esto no habría de sorprender, pues el edadismo es, a todas luces, un fenómeno aceptado y naturalizado, un hecho nada extraño en la realidad cotidiana. El doctor Juan Humberto Medina Chávez (2024), actual titular de la División de Excelencia Clínica del Instituto Mexicano del Seguro Social, sostiene que el edadismo se integra al sistema de creencias y experiencias de las personas desde edades tempranas y se fortalece a lo largo de la vida.

Árbol problema



En su acercamiento con personas mayores, el grupo logró vislumbrar las implicaciones del edadismo auto infligido. Este padecimiento se expresa en una predisposición a la restricción y autolimitación, inhibiendo experiencias que podrían resultar enriquecedoras. Desde el inicio, las personas mayores se imponen expectativas rígidas sobre lo que deben y no deben hacer en función de su edad, lo que reduce sus posibilidades de exploración, creatividad y

autonomía. Neyda Mendoza Ruvalcaba (s.f.), profesora investigadora del Departamento de Ciencias de la Salud-Enfermedad como Proceso Individual del Centro Universitario de Tonalá, señala que, influidas por cargas ideológicas personales y por la percepción que otros tienen de ellas, las personas mayores pueden llegar a resignarse a modificar su estilo de vida (como se citó en Jiménez, 2024).

En un nivel subjetivo, estas auto imposiciones derivan en juicios internos —como la vergüenza, la pena o el miedo al ridículo— que obstaculizan el desarrollo continuo de las personas mayores y deterioran su autopercepción. Como consecuencia, muchas de ellas renuncian a alcanzar el pleno desarrollo personal que podrían lograr, incluso llegan a perder la capacidad de soñar —fundamental para sostener la motivación y el impulso necesarios para su crecimiento a lo largo de la vida. Esta autolimitación incide directamente en la autoestima y debilita la posibilidad de ejercer una vejez activa, saludable y significativa.

A propósito de su participación como bailarina en Foro Cometa, Martha Peña expresa: “Nunca pensé en presentarme en un teatro a esta edad... y para mí es un orgullo ver que todavía puedo hacer estas cosas.” Este testimonio exhibe la manera en que las percepciones internas influyen en la seguridad personal y en la relación de cada individuo con su propio proceso de envejecimiento. Con el tiempo, la disminución del deseo de participación refuerza la creencia —propia y ajena— de que la vejez es una etapa asociada al retiro, la dependencia y la pasividad. Se configura así un círculo vicioso: los prejuicios externos se transforman en autopercepciones limitantes, y estas, a su vez, consolidan los prejuicios sociales.

1.4. Planeación de alternativa(s)

1. Alternativas implementadas para atender el edadismo autoinfligido y promover la expresión libre en personas mayores

Después de identificar que muchas de las participantes experimentaban vergüenza, miedo al ridículo y limitaciones impuestas por su propia percepción de la edad, el equipo decidió implementar una serie de actividades para ayudarlas a expresarse con libertad, recuperar su confianza y reconocerse como personas capaces de crear, participar y disfrutar.

- Taller de Manualidades.

- Taller de expresión.
- Cortometraje.
- Pasarela.
- Evento (presentación del cortometraje, baile grupo foro cometa y resultados de talleres).

Enfoque colaborativo en la planeación de alternativas

La planeación de estas actividades se realizó en equipo donde se adoptó un enfoque de aprendizaje colaborativo, entendido como un proceso en el que los integrantes construyen conocimiento y soluciones de forma conjunta a través de la interacción, la corresponsabilidad y la toma de decisiones compartida (Johnson & Johnson, 1999). En este sentido, el diseño de las alternativas surgió de sesiones de diálogo, lluvia de ideas y retroalimentación constante entre los miembros del equipo, lo que permitió integrar distintas perspectivas y enriquecer la propuesta.

Asimismo, el proyecto se desarrolló bajo los principios del trabajo en proyectos participativos, los cuales, según Ander-Egg (2001), implican incorporar activamente a los participantes en el análisis de la realidad, la definición de acciones y la evaluación de resultados. A lo largo del semestre, el equipo procuró mantener un ambiente de respeto, escucha y construcción conjunta, lo que generó una dinámica de confianza tanto entre los integrantes como con las señoras participantes.

Este enfoque también se vincula con el modelo de aprendizaje y servicio solidario, que combina la adquisición de conocimientos académicos con la realización de acciones que responden a necesidades reales de una comunidad (Tapia, 2008). En este caso, el proyecto no solo buscó cumplir objetivos académicos, sino contribuir a disminuir efectos del edadismo autoinfligido mediante espacios de expresión, convivencia y reconocimiento.

Desarrollo de alternativas:

-Implementar el Taller de Manualidades para estimular la creatividad y la confianza

El Taller de Manualidades se diseñó para permitir que las señoras exploraran su creatividad en un ambiente relajado, sin críticas ni comparaciones.

La intención fue darles un espacio donde pudieran crear con libertad, descubrir habilidades nuevas o recordar habilidades que tenían tiempo sin practicar.

Validar cada trabajo, sin importar el resultado, ayudó a aumentar su autoestima, fortalecer su seguridad personal y generar un ambiente de convivencia agradable donde se sintieran cómodas para expresar sus ideas y emociones.

-Desarrollar el Taller de Expresión para fomentar la libertad emocional y corporal

El Taller de Expresión se usó para ayudar a las participantes a perder la pena y el miedo al juicio, especialmente en actividades relacionadas con el movimiento y la actuación.

A través de dinámicas con música, ejercicios de voz, juegos de improvisación y actividades de actuación, el equipo buscó invitar a las señoras a soltarse, reír, probar cosas nuevas y expresarse sin miedo.

Con el paso de las sesiones, se observó que muchas comenzaron a participar con mayor seguridad, a hablar más y a disfrutar actividades que al principio les intimidaban. Este taller permitió romper la idea de que la espontaneidad o la diversión “ya no corresponden” a su edad.

-Realizar el Cortometraje audiovisual para dar protagonismo y reforzar la autoestima

El proyecto del Cortometraje se implementó para darles la oportunidad de actuar, aparecer en cámara y sentirse protagonistas. Participar en un proceso creativo completo —ensayar, clases de actuación, practicar coreografías, grabar, pararse frente a la cámara y verse en pantalla— permitió desafiar la vergüenza, la seguridad, reducir el miedo a equivocarse y mostrar que aún pueden soñar y crear cosas nuevas sin importar edad ni limitaciones físicas.

Ver su trabajo final en el video les ayudó a mejorar la forma en que se ven a sí mismas, reforzando la idea de que su voz y su presencia importan.

-Organizar la Pasarela para celebrar su imagen, su estilo y su autenticidad

La Pasarela se creó como un espacio para reconocer y celebrar a las participantes. Desfilan frente a otros permitió reforzar su seguridad física y emocional, recordarles que tienen derecho a ser vistas y admiradas, y romper con la creencia de que la edad debe llevarlas a ser invisibles.

Esta actividad ayudó a elevar su autoestima, validar su belleza y mostrarles que su estilo y su personalidad merecen ser celebrados.

-Realizar un Evento Final para compartir logros y fortalecer el reconocimiento social

El Evento Final reunió varias actividades: un espacio de baile, la presentación del corto y la exposición de los trabajos realizados durante los talleres.

- El baile permitió disfrutar el movimiento, dejar de lado el miedo al ridículo y conectar con otras personas desde la alegría y el empoderamiento personal.
- La presentación del corto funcionó como una forma de reconocer públicamente su esfuerzo y su creatividad, asimismo que mostrar una perspectiva distinta sobre la tercera edad.
- La exposición de resultados permitió mostrar sus manualidades, compartir su experiencia y ver cómo su participación fue valorada.

Este evento ayudó a reforzar su confianza, hacer visibles sus logros y cerrar el proceso con una experiencia positiva y significativa.

-Bibliografías:

Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. (2020). Importancia de las redes de apoyo social para las personas mayores. gob.mx. Recuperado el 19 de noviembre de 2025 de: <https://www.gob.mx/inapam/articulos/importancia-de-las-redes-de-apoyo-social-para-las-personas-mayores>

Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. (2023). Autoestima y bienestar en las personas adultas mayores. Recuperado de: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/919392/23_GUI_A_PARA_PROMOVER_LA_AUTOESTIMA_EN_PAMS_APA_1.pdf

Johnson, D. W., Johnson, R. T., & Holubec, E. J. (1999). *El aprendizaje cooperativo en el aula* (4.ª ed.). Editorial Paidós.

Ander-Egg, E. (2001). *Metodología y práctica del desarrollo comunitario*. Editorial Lumen.

Tapia, M. N. (2008). *Aprendizaje y servicio solidario: Enfoques, prácticas y desafíos*. Centro Latinoamericano de Aprendizaje y Servicio Solidario (CLAYSS).

1.5. Desarrollo de la propuesta de mejora

/Este apartado es para que den cuenta de la manera como fueron realizando las alternativas diseñadas, para ello consideren los siguientes aspectos:

- Describan las actividades realizadas, los procedimientos de trabajo, las herramientas y técnicas utilizadas conforme al plan de trabajo establecido.
- Incluyan gráficos, diagramas, fotografías y los recursos necesarios que permitan dar cuenta del trabajo realizado.

- Explicación detallada del proceso para la elaboración del producto o los productos realizados, cuidando los convenios de confidencialidad según cada proyecto.
- Evidencias de los procesos, resultados y servicios alcanzados.]

Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. (2020). Importancia de las redes de apoyo social para las personas mayores. gob.mx. Recuperado el 19 de noviembre de 2025 de: <https://www.gob.mx/inapam/articulos/importancia-de-las-redes-de-apoyo-social-para-las-personas-mayores>

Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. (2023). Autoestima y bienestar en las personas adultas mayores. Recuperado de: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/919392/23_GUI_A_PARA_PROMOVER_LA_AUTOESTIMA_EN_PAMS_APA_1.pdf

(Esquema) Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. (2023). Autoestima y bienestar en las personas adultas mayores. Recuperado de: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/919392/23_GUI_A_PARA_PROMOVER_LA_AUTOESTIMA_EN_PAMS_APA_1.pdf

Retomando los objetivos y propósitos iniciales de no solo lograr convivencia con los adultos mayores y dar visibilidad a los mismos, se buscó dar gran enfoque también a crear redes de apoyo social, las cuales según el Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores del Gobierno de México pueden expandirse proporcionalmente al bienestar material, físico o emocional de sus integrantes y al involucramiento y la participación activa en el fortalecimiento de las sociedades. Este proyecto, con la búsqueda e inquietud de trascender buscó que, a través de las distintas actividades, productos y talleres, no solo se logaran los objetivos materiales o de convivencia, sino también de crear estas redes, para que los resultados fueran más allá de un proyecto escolar, e impactaran no solo en el desarrollo profesional de los participantes, sino también en las vidas de las personas adultas mayores que participaron y se involucraron en las mismas.

A lo largo del semestre se desarrollaron distintos talleres para realizar las actividades según los diferentes enfoques del proyecto, los cuales fueron: “Taller de Expresión” y “Taller de Manualidades”, para los días de trabajo directo con CEMAM. Para desarrollar los productos y actividades se hicieron equipos con distintos roles y objetivos, estos siendo: Equipo de manualidades, equipo de short film, equipo de redes sociales, equipo de revista y equipo de evento y logística.

A través de estos talleres y del trabajo organizado por equipos, también se abordó un aspecto clave dentro del plan de trabajo: promover actividades que aportaran al bienestar de las personas adultas mayores. Según el Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores, la autoestima es un indicador esencial de salud, ya que les permite tener confianza en sí mismas, reconocer sus capacidades y mantenerse activas en su entorno. Por ello, dentro de las dinámicas aplicadas, como ejercicios de expresión, manualidades, actividades recreativas, interacción social y momentos de relajación, se buscó integrar técnicas que fomentaran la participación, la creatividad, la estimulación cognitiva y el sentido de logro. Estas herramientas y procedimientos no solo facilitaron la elaboración de los productos del proyecto, sino que también fortalecieron el bienestar integral de las personas participantes, alineándose con los objetivos planteados desde el inicio del semestre.



Taller short film:

Como proyecto central de este PAP se decidió realizar un cortometraje llamado: “Dalias de medianoche”. Para su realización, se desarrolló un plan de trabajo colaborativo con un grupo

de mujeres mayores (grupo que se llama Candela y Tumbao). El objetivo fue crear una pieza audiovisual con estética de cabaret que celebrara la sensualidad, presencia y vitalidad femenina en una etapa de la vida poco representada. Para ello, se llevaron a cabo sesiones de conversación, ejercicios de expresión corporal, dirección escénica e improvisaciones que permitieron a las mujeres crear y perfeccionar sus alter egos. Gracias a estos ejercicios, Leti pasó a ser Madame Fuego; Escareño se convirtió en Rita Candela; Beli en Madame Colette, y Sol en Miss Luna.

El proceso se organizó en varias fases: primero, reuniones para generar confianza y definir colectivamente la estética del proyecto; después, dinámicas de exploración corporal y pequeños ensayos frente a cámara. Luego se montó una coreografía y junto con el taller de manualidades se hicieron unos abanicos para que las señoras los puedan usar. Mientras esto sucedía con las señoras, al mismo tiempo el resto del equipo preparaba los vestuarios, el escenario, la cámara, preparaban catering y café, entre muchas otras cosas.

Fue un camino largo pero dio muchos frutos. Gracias a todo lo realizado en las primeras etapas de este cortometraje, se logró grabar un total de 33 planos que todos estos juntos forman el cortometraje Dalias de medianoche.

Taller de Expresión:

En base al proyecto audiovisual que se llevó a cabo, el taller de expresión se realizó con el propósito de fortalecer sus habilidades creativas y escénicas como preparación para la realización del cortometraje audiovisual y eventualmente realizar la selección estratégica del reparto de este. A la par de esto el taller propuso la realización de un evento privado en las que cualquier participante del taller que no estuviera seleccionado o desinteresado en la participación del short film, pudiera concretar sus conocimientos escénicos en un escenario real. Ambos proyectos se fueron desarrollando durante todo el semestre contando con sesiones presenciales en el Centro Metropolitano del adulto mayor desde sesiones motivacionales, actuación, expresión corporal, modelaje, canto, baile, etcétera.

Las sesiones se desglosaban en una introducción narrada de la sesión siempre priorizando la motivación y lenguaje coloquial con los participantes, principalmente para conseguir un

ambiente relajado y seguro en el que todos se desarrollaran libremente sin el miedo de ser juzgados.

Las actividades fueron ideadas para aportar una visión auténtica y enriquecedora al proyecto final en el que todos los participantes se sientan orgullosos porque al final de cuentas “La edad avanzada no es un obstáculo para la creatividad, sino más bien una etapa de vida con potencial ilimitado para la expresión artística. Fomentar la creatividad en los adultos mayores no solo enriquece sus vidas individualmente, sino que también aporta valor y profundidad a la comunidad en su conjunto.” (CENIE, 2024)

Taller Logística de evento de cierre:

El taller de logística de evento se incorporó al proyecto al tener el deseo de que todo el trabajo realizado saliera de las paredes del ITESO, se busca que los conocimientos adquiridos impactarán más allá de solo el desarrollo estudiantil sino en lo personal y profesional de todos los participantes, el propósito de expandirlo llevo a organizar un evento de mayor magnitud de lo que se solía ver en este proyecto de área profesional, y se consideró adecuado llevarlo a cabo con mayor cuidado.

Este taller fue el encargado de llevar una lluvia de ideas creativas para realizar un evento no antes visto, búsqueda de espacios,

Taller de Manualidades:

En base nuevamente del proyecto audiovisual que se llevó a cabo, el taller de manualidades estableció los objetivos de crear ciertos productos que se pudieran utilizar como accesorios en el mismo. Esto con la finalidad de desarrollar distintas habilidades creativas, manuales, etc., con los adultos mayores.

Como primer taller se realizó una actividad con las participantes consistente en el bocetaje de sus ideas y propuestas para el vestuario y los complementos, como accesorios y tocados, destinados al cortometraje que se produciría posteriormente. Se dispusieron hojas, colores y plumones con el propósito de ofrecer un espacio abierto en el que las señoras pudieran expresar y plasmar sus conceptos mediante bocetos para las futuras piezas. A lo largo de la actividad, las participantes se mostraron entusiastas y comprometidas, demostrando

habilidades en dibujo y diseño. La mayoría expresó tal motivación que elaboró más de un boceto, solicitando materiales adicionales para continuar. Asimismo, compartieron de manera espontánea y animada las ideas que estaban representando, explicando sus propuestas y el significado de sus diseños. Los bocetos incluyeron color, detalles minuciosos e incluso la incorporación de elementos como el cabello en los figurines. En términos generales, la actividad generó un ambiente de creatividad, disfrute y participación activa entre las asistentes.

Para el siguiente taller, y las siguientes tres sesiones fueron destinadas a la materialización, las personas adultas mayores del CEMAM, con la guía y asistencia del equipo de trabajo, elaboraron cuatro abanicos y cuatro tocados que posteriormente aparecerían en el short film *Las Dalias de Medianoche*. Desde la concepción del proyecto, la confección de piezas de utilería para dicho filme se estableció como uno de los objetivos principales. El proceso de producción de estas piezas constituyó un espacio de recreación tanto para las y los participantes como para el personal tallerista. Asimismo, la actividad funcionó como un catalizador de comunicación intergeneracional, propiciando diálogos amistosos entre personas mayores y jóvenes. Tal como se señaló previamente, el trabajo desarrollado tendría también una presencia significativa en el short film, considerado un proyecto complementario.

Finalmente, ya habiendo concluido con los objetivos principales, es decir con las piezas que se contemplaron al inicio, se buscó realizar una actividad que siguiera de cierta manera relacionada con el proyecto, pero que fuera un poco más enfocada en lo recreativo, en que crearan piezas para ellas mismas, y pudieran llevárselas como recuerdo. Así pues, se llevaron a cabo dos sesiones de bisutería personalizada, dirigidas a las adultas mayores interesadas en crear piezas únicas que reflejaran su identidad. El propósito de esta actividad fue que las participantes pudieran conservar un elemento simbólico del proyecto, resultado de su propia creatividad y trabajo, logrando así piezas de gran calidad. El proceso de elaboración de la bisutería generó un alto nivel de interés desde el inicio, favoreciendo la participación activa. Asimismo, la actividad fortaleció la confianza y la interacción entre las adultas mayores y el grupo. Los productos obtenidos tienen como finalidad ser utilizados por las participantes durante la premier del cortometraje, integrando así su aportación directa al proyecto.



Elaboración de bocetaje.



Elaboración de abanicos.



Elaboración de bisutería.

Revista:

La revista se realizó con el propósito de recopilar y documentar todas las áreas del PAP, integrando el trabajo realizado en los talleres de manualidades, expresión, audiovisual y pasarela. Incluye reportajes de los talleres, entrevistas a los participantes, toma de fotografías y secciones especiales que reflejan los procesos creativos de cada equipo. A lo largo del semestre, este proyecto permitió organizar y sistematizar la información y

experiencias vividas en cada actividad, ofreciendo una visión completa del desarrollo del proyecto.

Las actividades se desglosaban en planificación de contenidos, redacción de textos, edición fotográfica y coordinación de entrevistas, siempre priorizando un ambiente colaborativo y cercano entre los participantes, fomentando la motivación y el compromiso.

El objetivo principal fue que cada integrante sintiera que sus aportes eran valiosos y quedaran documentados de manera clara y profesional. Todas estas actividades fueron diseñadas para ofrecer un registro auténtico y enriquecedor del proyecto, asegurando que la revista reflejara de manera completa y organizada el trabajo realizado por todos los equipos.



BELLEZA Interna

Cuando pensamos en la belleza como algo superficial o banal, pero las mujeres con las que compartimos este proyecto nos enseñan que es mucho más que eso. La belleza deja de ser una apariencia y se convierte en una forma de estar en el mundo. Se encuentra en lo cotidiano, en el cuidado propio y en el simple hecho de sentirse vivo. Para ellas, la belleza se vive, se siente y se comparte.

Marcela por ejemplo, la encontramos en el despertar todas las mañanas, en elregar sus plantas y en el ver a sus papitos. Su belleza está hecha de gratitud y de la serenidad de una mañana tranquila. Pero también encontramos a la belleza en el cuidado. Cuántas veces nos cuenta que disfruta del maquillaje, que eso la hace sentirse femenina, en ella, la belleza no se vive desde la vanidad, sino desde el bienestar y el cariño hacia sí misma.

Y es que la belleza no solo nos cuida, también nos mueve y con el grupo de baile Carolina y Tumbao A.C., toma otro ritmo. Martha Poth, integrante del grupo, nos comparte que nunca imaginó presentarse en un teatro a su edad, y que hoy lo vive con orgullo. Su emoción no viene de los vestuarios ni de las luces, sino del saliente capis. Y Socorro Espinoza, que completa la idea: "Nos transformamos creemos que somos artistas".

Páginas internas de la revista (cortometraje y artículo "Belleza interna")



Índice de la revista

Redes:

A lo largo del semestre, el equipo dio continuidad a la gestión del **Instagram del PAP Hilando Generaciones y Moda**, implementando una organización sistemática del contenido mediante un cronograma mensual que se actualizaba quincenalmente. Esta herramienta permitió mantener orden, coherencia y claridad en las publicaciones

semanales. Como eje articulador para todos los equipos del PAP, se definió el **tema de cabaret** como hilo conductor visual, lo que derivó en una estética unificada representada a través de objetos, tipografías y una paleta de colores compartida.

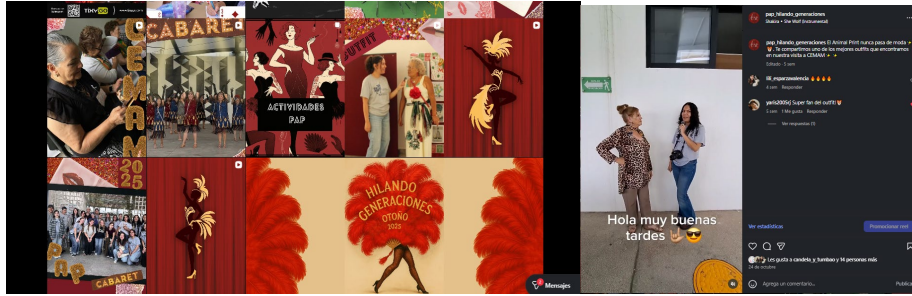
Durante el semestre se desarrollaron diversos formatos de contenido —reels, carruseles e historias— con el propósito de comunicar las actividades realizadas por los distintos equipos del proyecto. En varias de estas piezas, las personas adultas mayores de los centros participaron activamente. Un ejemplo destacado fueron los reels en los que integrantes del CEMAM mostraron sus atuendos. Este tipo de contenido no solo fortaleció la autoestima y seguridad de quienes participaron, sino que también motivó a la audiencia a experimentar con su propia indumentaria cotidiana sin importar la edad.

De manera paralela, se creó la **página de Facebook del PAP**, con el objetivo de ampliar el alcance y conectar con más personas fuera de la comunidad universitaria. La apertura de este espacio digital facilitó la interacción intergeneracional más allá de las visitas presenciales a los centros, evidenciándose en la participación activa tanto del grupo de danza **Candela y Tumbao** como de diversas adultas mayores del CEMAM.

Asimismo, se dio continuidad al **canal de YouTube del PAP**, con el propósito de otorgar mayor visibilidad al trabajo desarrollado en los talleres del CEMAM y en el grupo Candela y Tumbao. Gracias a esta labor, el canal registró un crecimiento notable, pasando de 12 a 32 suscriptores durante el semestre, reforzando su función como espacio digital para documentar y difundir las actividades del proyecto.

Durante el desarrollo del PAP, se identificó que el grupo de baile **Candela y Tumbao** no contaba con presencia en redes sociales, lo cual dificultaba su intención de llegar a nuevos públicos. A partir de esta necesidad, y con el deseo de generar un aporte significativo, se decidió crearles una cuenta oficial en Instagram. Gracias a ello, el grupo ahora cuenta con un espacio propio para mostrar su trabajo de manera accesible y continua.

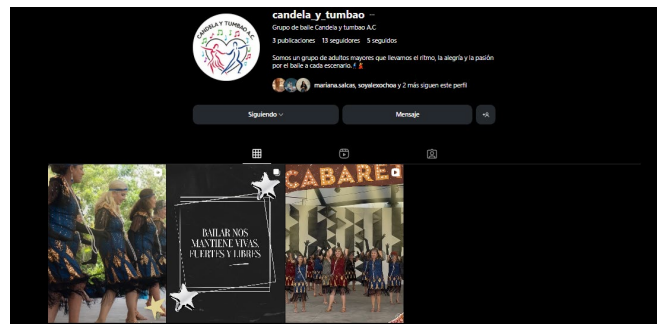
Finalmente, desde la página oficial del PAP se difundieron todas las fotografías y videos capturados en el CEMAM durante los talleres, ampliando así la visibilidad del trabajo intergeneracional realizado en el proyecto y fortaleciendo el vínculo entre participantes, comunidad universitaria y público general



Feed de Instagram y entrevistas a adultos mayores de CEMAM



Conexión con adultos mayores en redes sociales



Creación del Instagram para el grupo Candela y tumbao

1.6. Valoración de productos, resultados e impactos

/Compartan una valoración de la experiencia PAP y como ésta dio respuesta a las problemáticas previamente identificadas, pueden enfatizar los resultados alcanzados y los impactos generados durante el proyecto. Incluyan los aspectos pendientes que podría ser contemplados por la comunidad o la organización, y/o por una siguiente etapa del PAP./

El proyecto se desarrolló en colaboración directa con las personas adultas mayores del CEMAM y el grupo de baile Candela y Tumbao', lo que permitió construir procesos creativos

basados en el aprendizaje situado: cada actividad se diseñó y ejecutó desde la experiencia real de las participantes, su contexto y sus intereses. Esta metodología favoreció la participación activa, fortaleció la cohesión social entre estudiantes y mujeres mayores y aportó al tejido social de la comunidad, entendido como la red de vínculos y relaciones que sostienen la vida colectiva (Putnam, 2000). Asimismo, todas las actividades promovieron el **envejecimiento activo**, enfoque que impulsa la participación cultural, social y creativa de las personas mayores (OMS, 2002).

Taller de manualidades:

Durante el semestre, el equipo desarrolló diversas actividades en el CEMAM que fomentaron la participación activa y el involucramiento creativo de las personas adultas mayores. Desde la presentación inicial del taller hasta la elaboración de abanicos, tocados, bocetos y piezas de bisutería, las participantes mostraron constante interés y una notable disposición para colaborar. Si bien se presentaron pequeños imprevistos en ciertas sesiones, estos no afectaron el compromiso con el que se trabajó. Cada encuentro se convirtió en un espacio de convivencia intergeneracional, donde las señoras pudieron compartir sus ideas, explorar nuevas técnicas y disfrutar de un ambiente cercano, respetuoso y enriquecedor tanto en lo personal como en lo colectivo.

Redes:

En el transcurso del proyecto, la estrategia digital se fortaleció mediante una gestión coordinada en Instagram, Facebook y YouTube, lo que permitió conectar de manera cercana con distintas audiencias. Instagram consolidó una línea visual atractiva y logró un crecimiento notable en interacciones, Facebook amplió el alcance hacia un público diferente, destacando la participación activa del grupo Candela y YouTube permitió documentar las actividades con videos que generaron un aumento progresivo de visualizaciones, especialmente el del grupo de baile. Gracias al trabajo integrado entre las plataformas, el proyecto logró expandir su presencia y alcance.

Taller de Expresión:

Se realizaron múltiples sesiones de taller para las señoras mayores del centro: actividades de expresión corporal, actuación y confianza para participar en el cortometraje.

Las participantes mayores ganaron seguridad escénica; poco a poco se soltaron para platicar, reír, moverse y actuar, lo que demuestra un crecimiento personal y emocional durante el proceso. Se construyó un espacio de convivencia intergeneracional entre estudiantes y mujeres mayores, en el que no sólo se practica actuación, sino también diálogo y escucha. Este taller promovió la interacción significativa entre estudiantes jóvenes y adultas mayores, fortaleciendo el tejido social y el respeto mutuo, para las estudiantes, la experiencia cambió su visión sobre la vejez: al trabajar de cerca con estas mujeres, reconocen su vitalidad, su creatividad y su valor más allá de estereotipos.

Cortometraje:

Para el corto, se planificó y ejecutó un cortometraje con estética de cabaret, con escenografía, vestuario, maquillaje y locaciones específicas. Se elaboraron mood boards, se definieron elementos visuales (propiedades, vestuario, colores), lo cual muestra un cuidado artístico muy preciso. Se produjeron sesiones de rodaje con las señoras mayores como parte del elenco, lo que permitió una representación directa de ellas en escena. El cortometraje se convierte en una plataforma para dar voz y presencia a las mujeres mayores, rompiendo con la invisibilidad que muchas veces enfrentan. Al ser parte activa del cortometraje, las señoras participan en un producto cultural, lo que refuerza su sentido de agencia y valor social, la estética cabaret y la puesta en escena desafían estereotipos sobre la vejez (no solo como algo pasivo o triste). La producción implicó trabajo colaborativo entre estudiantes y mujeres mayores: esto no solo genera un resultado artístico, sino también vínculos interpersonales profundos. El registro visual del cortometraje (fotos, video) puede servir para que el ITESO y otras instituciones muestren el impacto social del PAP, inspirando futuros proyectos similares. Si el cortometraje se proyecta en la comunidad, en festivales o en eventos

universitarios, puede sensibilizar a un público mayor sobre la importancia de la inclusión intergeneracional y el valor de las personas mayores.

Revista:

Para el desarrollo de la revista se trabajó el área de diseño, la creación del moodboard y la guía tipográfica, la cual funcionó como una herramienta fundamental para establecer la identidad visual de la revista. Esto nos permitió trabajar con una base clara, realizar ajustes durante el proceso y construir un diseño final más coherente y profesional.

En cuanto al contenido, la elaboración de artículos y entrevistas fue clave para entender las vivencias y perspectivas de las participantes. A través de entrevistas, transcripciones y análisis temático se desarrollaron textos que no solo documentan el proceso, sino que también cuestionan estereotipos en torno a la belleza, la autopercepción y el envejecimiento activo. Este trabajo tuvo un impacto importante, pues abrió conversaciones que normalmente no se asocian con personas adultas mayores y permitió visibilizar experiencias.

El proyecto fortaleció las habilidades de comunicación, escucha, análisis y sensibilidad para abordar historias personales con respeto. La convivencia constante con las señoras y con el grupo de baile generó un aprendizaje que va más allá del producto final, ya que nos permitió construir vínculos y comprender mejor sus realidades.

Sería valioso ampliar la cantidad de historias, realizar más visitas y seguir fortaleciendo la participación de las adultas mayores en las siguientes etapas del proyecto, especialmente en la difusión y cierre de la revista.

En conjunto, los productos, resultados e impactos obtenidos reflejan un proceso creativo, reflexivo y socialmente significativo, que aportó tanto al proyecto como a nuestro propio crecimiento académico y personal.

1.7. Bibliografía y otros recursos

Agencia Mexicana de Cooperación Internacional para el Desarrollo. (2015). *Programa Iberoamericano de Cooperación sobre Adultos Mayores: Informe de actividades*. AMEXCID. <https://www.gob.mx/amexcid>

Ander-Egg, E. (2001). *Metodología y práctica del desarrollo comunitario*. Editorial Lumen.

Carapia, A. (2015). *Solo el 48% de adultos mayores vive libre de violencia en la ZMG: Informe del Instituto Jalisciense del Adulto Mayor*. *El Occidental*. <https://www.eloccidental.com.mx>

Comisión Interamericana de Derechos Humanos. (s.f.). *Pronunciamientos sobre la protección de los derechos de las personas mayores*. Organización de los Estados Americanos. <https://www.oas.org>

Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social. (2020). *Pobreza en México 2020: Informe de evaluación*. CONEVAL. <https://www.coneval.org.mx>

DIF Zapopan. (2022, diciembre 1). *CEMAM celebrará su 16 aniversario con nuevas instalaciones*. <https://www.difzapopan.gob.mx/cemam-celebrara-16-aniversario-nuevas-instalaciones/> DIF Zapopan

DIF Zapopan. (2020, julio 13). *Centro Metropolitano del Adulto Mayor (CEMAM) mantiene atención telefónica y virtual*. <https://www.difzapopan.gob.mx/centro-metropolitano-del-adulto-mayor-cemam-mantiene-atencion-telefonica-virtual/> DIF Zapopan

Foro Cometa. (s.f.). *Foro cultural independiente y comunidad artística*. <https://parquedeninasyninos.zapopan.gob.mx/foro-cometa/>

Fundación “la Caixa”. (s.f.). *Glosario sobre edadismo*. Fundación “la Caixa”. Recuperado el 19 de noviembre de 2025 de <https://fundacionlacaixa.org/es/personas-mayores-recursos-digitales-glosario-edadismo>

Fundación “la Caixa.” (2025, 11 de junio). *Talleres para hacer frente al edadismo y promover la acción comunitaria e intergeneracional*. MediaHub Fundación “la Caixa”. <https://mediahub.fundacionlacaixa.org/es/social/programas-sociales/personas-mayores/2025-06-11/personas-mayores-edadismo-accion-comunitaria-intergeneracional-7237.html> MediaHub Fundación La Caixa

Fundación Pasqual Maragall. (2024). *Edadismo hacia las personas mayores: qué es y cómo combatirlo*. Fundación Pasqual Maragall. Recuperado el 19 de noviembre de 2025 de <https://blog.fpmaragall.org/edadismo-que-es>

Gobierno de Zapopan. (2023). Renuevan instalaciones del Centro Metropolitano del Adulto Mayor. Gobierno de Zapopan. Recuperado el 23 de enero de 2025 de <https://www.zapopan.gob.mx/v3/noticias/renuevan-instalaciones-del-centro-metropolitano-del-adulto-mayor>

Gobierno de Zapopan. [Gobierno de Zapopan]. (16 de mayo de 2024). En el Centro Metropolitano del Adulto Mayor ofrecemos servicios médicos y actividades recreativas para el bienestar integral de las personas mayores [Imágenes adjuntas]. Facebook. facebook.com/ZapopanGob/posts/en-el-centro-metropolitano-del-adulto-mayor-ofrecemos-servicios-médicos-y-activi/856684743160721/

Gobierno de Zapopan. (2025, agosto 5). *DIF Zapopan inicia el Mes de las Personas Adultas Mayores*. <https://www.zapopan.gob.mx/v3/noticias/dif-zapopan-inicia-el-mes-de-las-personas-adultas-mayores> Zapopan

Gobierno de Zapopan. (2023, mayo 2). *Zapopan estrena el Foro Cometa; último eslabón del Parque de las Niñas y los Niños*. <https://www.zapopan.gob.mx/v3/noticias/zapopan-estrena-el-foro-cometa-ultimo-eslabon-del-parque-de-las-ninas-y-los-ninos> Zapopan

HelpAge International. (s.f.). *Age Demands Action (ADA): Global campaign for older people's rights*. <https://www.helpage.org>

HelpAge International España. (s.f.). *Observatorio del edadismo*.
<https://www.helppage.es>

Hernández, M. (2017). Abundan ancianos en situación de calle. NTR Guadalajara. Recuperado el 12 de marzo de 2023 de https://www.ntrguadalajara.com/post.php?id_nota=63966

Hernández, J. (2017). *Personas mayores en situación de calle en Guadalajara: Un diagnóstico social*. El Informador. <https://www.informador.mx>

Instituto Jalisciense del Adulto Mayor. (2015). *Diagnóstico sobre violencia hacia las personas adultas mayores en la Zona Metropolitana de Guadalajara*. Gobierno del Estado de Jalisco.

Instituto Nacional de Geriátrica. (2024). Infografías Edadismo. Gobierno de México. Recuperado el 21 de enero de 2025 de <https://www.gob.mx/inger/articulos/infografias-edadismo>

Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. (2020). Importancia de las redes de apoyo social para las personas mayores. gob.mx. Recuperado el 19 de noviembre de 2025 de: <https://www.gob.mx/inapam/articulos/importancia-de-las-redes-de-apoyo-social-para-las-personas-mayores>

Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. (2023). Autoestima y bienestar en las personas adultas mayores. Recuperado de: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/919392/23_GUI_A_PARA_PROMOVER_LA_AUTOESTIMA_EN_PAMS_APA_1.pdf

Jiménez, V. (2025). La discriminación por edad, una problemática en México. La gaceta de la Universidad de Guadalajara. Recuperado el 19 de noviembre de 2025 de <https://www.gaceta.udg.mx/la-discriminacion-por-edad-una-problematica-en-mexico/>

Johnson, D. W., Johnson, R. T., & Holubec, E. J. (1999). *El aprendizaje cooperativo en el aula* (4.ª ed.). Editorial Paidós.

Martín, S. (2023). Autoedadismo. Sociedad Española de Geriátría y Gerontología. Recuperado el 19 de noviembre de 2025 de <https://www.segg.es/actualidad-segg/2023/12/01/autoedadismo>

Medina, J. (2024). Prevención del Edadismo en el IMSS. Gobierno de México. Recuperado el 19 de noviembre de 2025 de <https://www.gob.mx/imss/articulos/prevencion-del-edadismo-en-el-imss?idiom=es>

Medina Chávez, J. H. (2024). *Comentarios sobre el impacto del edadismo en la salud pública*. Instituto Mexicano del Seguro Social. <https://www.gob.mx/imss/articulos/prevencion-del-edadismo-en-el-imss?idiom=es>

Mendoza Heredia, M. G. (2017). Programa de Atención al Adulto Mayor del Ayuntamiento de Guadalajara. Declaraciones citadas en Hernández (2017).

Naciones Unidas. (s.f.). *Resoluciones y declaraciones sobre los derechos de las personas mayores*. Organización de las Naciones Unidas. <https://www.un.org>

Organización Panamericana de la Salud. (s.f.). *Envejecimiento y salud: conceptos básicos*. OPS.

Organización Mundial de la Salud. (2021). *Global report on ageism*. World Health Organization. <https://www.who.int/teams/social-determinants-of-health/demographic-change-and-healthy-ageing/combating-ageism/global-report-on-ageism>

Organización Mundial de la Salud. (s.f.). *Ageism is a global challenge: UN*. <https://www.who.int/news/item/18-03-2021-ageism-is-a-global-challenge-un>

Organización Panamericana de la Salud. (s.f.). *Década del Envejecimiento Saludable 2021-2030*. <https://www.paho.org>

Organización Mundial de la Salud. (s.f.). *A world for all ages: Global campaign to combat ageism*. <https://www.who.int>

Organización Panamericana de la Salud. (s.f.). *Ciudades y comunidades amigables con las personas mayores*. <https://www.paho.org>

Programa Iberoamericano de Cooperación sobre Adultos Mayores. (s.f.). *Presentación general del programa y sus objetivos estratégicos*. Organización Iberoamericana de Seguridad Social. <https://oiss.org>

Real Academia Española. (s.f.). *Edadismo*. Diccionario de la lengua española. Recuperado el 19 de noviembre de 2025 de <https://dle.rae.es/edadismo>

Tapia, M. N. (2008). *Aprendizaje y servicio solidario: Enfoques, prácticas y desafíos*. Centro Latinoamericano de Aprendizaje y Servicio Solidario (CLAYSS).

1.8. Anexos generales

Cronograma general

https://iteso01-my.sharepoint.com/:x:/g/personal/anap_gonzalez_iteso_mx/Ed7x0MOnbmZDsm4X_Qr1dQQB9FFVyRPY2et56DcU-fSnCQ?e=Iz8Enu

Taller *Artezzo*

- Documentación de sesiones de taller: <https://drive.google.com/drive/folders/1IImBx2UilFjbCtOfnmcysecKgLEV3h2?usp=sharing>
- Referencias para bocetaje: https://www.canva.com/design/DAG0ekoEAWk/3F2G8hSiNsw5-QTIAQfciA/edit?utm_content=DAG0ekoEAWk&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

Taller *Expression*



Logística y eventos:

- Guion: https://iteso01-my.sharepoint.com/:w:/g/personal/anap_gonzalez_iteso_mx/IQAPHJz2BqiFTp9N5Da9sAvLAVXmCji7xfhRfyWm71h6drs?e=jC1a8G&share=cQoPHJz2BqiFTp9N5Da9sAvLEgUA4de2zMHWbDq-Wz9Qwy6Y2w
- Invitaciones: https://www.canva.com/design/DAG4Z4Qloj8/A2sWztrLfXO7iIpUzvX-dw/edit?utm_content=DAG4Z4Qloj8&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton
- Moodboard dresscode evento final: <https://pin.it/4y0PnGepw>
- Minuto a minuto:

MEDIANOCHE EN CABARET			
Hora	Actividad	Encargado	Observaciones
4:00 p. m.	Inicio de Pre-montaje	Logística	
	Montaje de mobiliario	Revista / Corto / Logística	
	Acomodo de números de lugares	Logística	
	Acomodo del espacio de galería	Manuales / Logística	
	Montaje de alimentos	Logística	Asignar el espacio
	Montaje de escenografía	Corto / Logística	
4:30 p. m.	Ensayo foro cometa	Foro cometa	
	Prueba de Audio e Iluminación	Logística	Cuadrar con el personal de ITESO el momento
5:30 p. m.	Primera Llamada	Logística	Dar la bienvenida y avisar de la primera llamada, avisar de la venta de alimentos
5:45 p. m.	Segunda Llamada	Logística	Mencionar que es el estreno y como este evento apoya a consentir
5:50 p. m.	Aviso de zonas de evacuación	Logística	Mencionar los protocolos en caso de accidentes
6:00 p. m.	Tercera Llamada	Logística	
	Bienvenida	Maestro de ceremonias	
6:05 p. m.	Video demostrativo del PAP	Redes / Logística	
6:10 p. m.	Primer Número Musical	Foro cometa	Paraguay
6:15 p. m.	Presentación del team de redes & revista	Redes / Revista	
6:20 p. m.	Segundo número musical	Foro cometa	Lady Veneno
6:25 p. m.	Presentación de Talleres	Expresión / Manualidades	
	Personas de CEMAM cuentan su experiencia		
6:30 p. m.	Tercer Número Musical	Foro cometa	Abanicos
6:35 p. m.	Mensaje sobre el Estadismo	Maestro de ceremonias	
6:40 p. m.	Presentación team Logística	Logística	
6:45 p. m.	Cuarto número musical	Foro cometa	Chicago
6:50 p. m.	Presentación del team del corto	Corto / Logística	
6:55 p. m.	Proyección del cortometraje	Logística	
	Las Dalías cuentan su experiencia	Logística	
7:00 p. m.	Ultimo número musical	Foro cometa	Pachucos
7:10 p. m.	Cierre del evento	Maestro de ceremonias	Agradecimiento y reverencia al público
7:15 p. m.	Entrega de diplomas & agradecimientos	Logística	
7:25 p. m.	Momento de preguntas & respuestas	PAP	
7:40 p. m.	Desmontaje	PAP	
8:00 p. m.	Fin del evento	PAP	

- Finanzas evento final:

https://iteso01-my.sharepoint.com/:x:/g/personal/anap_gonzalez_iteso_mx/IQDa1zi8l5epQZajueEQz9O6AYS_VhOSHVR_YKB3cRVuKaE?e=ff8ddb

- Presentación final:

https://www.canva.com/design/DAG50EKDAPc/v1dGEOhcR_iibIIM5fhjkg/edit?utm_content=DAG50EKDAPc&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

Cortometraje:

Lista de artículos necesarios para arte:

https://www.notion.so/294b4e7591758076bd45f27f69b7ac70?v=294b4e75917581769fa5000c8e3ceae2&source=copy_link

Guión:

<file:///Users/valeriarojasfigueroa/Downloads/GUION%2020%20OCT.pdf>

Diseño de producción:

<file:///Users/valeriarojasfigueroa/Downloads/Sin%20ti%CC%81tulo%201.pdf>

Rifa las Dalías:

https://www.canva.com/design/DAGzAMKnT_M/gZoNS2ZcKf41JhJotFBwQg/edit?utm_content=DAGzAMKnT_M&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

Rifa boletos:

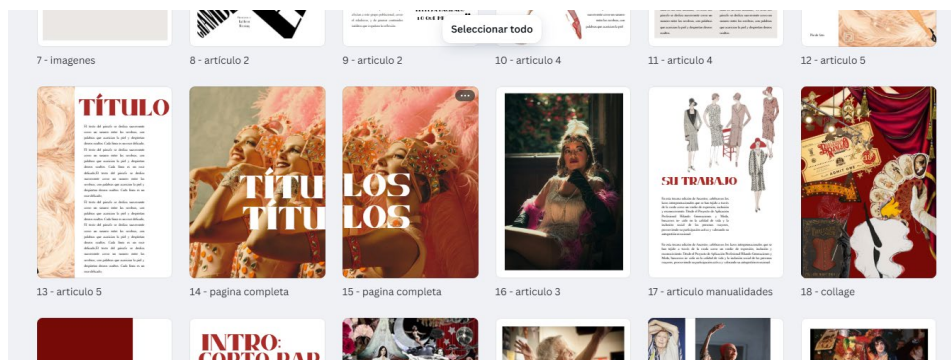
https://docs.google.com/spreadsheets/d/1ktA5ndX_sxEWxm0T9aSG-kv_vvQz0Qts62n8UtIUZuA/edit?usp=drivesdk

Presupuesto DDMN:

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1qzjmjPcPE7p0HkdL5AwyeJe2vBw6HffoISHixk5tgT0/edit?usp=sharing>

Revista *Ancestro*:

- Mood board de revista: <https://www.canva.com/design/DAGzDs-SzzE/gFWiZzniEOOukj4bpKkn8A/edit>



Base de layout de revista

- Transcripciones entrevistas:
<https://drive.google.com/drive/folders/1X34BtQj0JIH26oViHfjdLA6ggka8vgUD?usp=sharing>
- DOCUMENTO FINAL
<https://assets.adobe.com/id/urn:aaid:sc:US:4b36f87f-913e-4a81-8da7-bc3ca98f1ef1?view=published>

Redes sociales:

Instagram: https://www.instagram.com/pap_hilando_generaciones/

Facebook: https://www.facebook.com/profile.php?id=61579945478926&locale=es_LA7

Youtube: www.youtube.com/@PAPHilandoGeneracionesymoda

2. Productos

Taller *Artezzo*

Producto	Resultado	Impacto
Presentación de taller en CEMAM El grupo entero asistió al CEMAM para presentar las propuestas que habrían de integrar el PAP <i>Hilando Generaciones y Moda</i> este semestre. 	Se logró comunicar al público del CEMAM la propuesta del taller de utilería; se habló del propósito del proyecto, de sus distintas etapas y de los productos a desarrollar. Al final de la presentación también se atendieron dudas. 	El público del CEMAM pudo familiarizarse con el proyecto y el equipo de estudiantes que les acompañaría durante el curso. En general, a las personas mayores se les veía entusiasmadas y dispuestas a participar de las actividades propuestas por el equipo.
Cronograma del equipo En aras de coordinar esfuerzos y determinar expectativas claras para el desarrollo del proyecto, el equipo elaboró un cronograma para las actividades del taller de utilería. Este habría sido diseñado en función del cronograma general, a fin de garantizar la armonía con otros equipos. 	Durante el semestre, el cronograma fue adaptado a las circunstancias del PAP en múltiples ocasiones (por ejemplo, tras determinarse que no trabajaríamos con el CETAM este semestre, todas las sesiones reservadas para este centro fueron reasignadas al CEMAM). Este carácter dinámico del cronograma permitió al equipo —y a otros equipos— reorganizar su tiempo de manera óptima para cumplir con sus objetivos.	El cronograma facilitó al equipo llevar un flujo de trabajo estructurado. Sirviéndose de esta herramienta, el equipo procuró siempre tener una noción clara del tiempo disponible para la realización de las actividades implicadas en el desarrollo del proyecto. Además, el cronograma permitió registrar el avance de cada semana.

Bocetos de propuestas de complementos para vestuario Durante dos sesiones, las personas mayores trabajaron individualmente en el diseño de propuestas de vestuario inspiradas por la estética del filme <i>Las Dalias de Medianoche</i>. El equipo se ocupó de dirigir la actividad, de proporcionar las herramientas y los materiales necesarios (tableros con imágenes de referencia, plantillas de dibujo y lápices y rotuladores de colores) y de brindar asistencia oportuna. 	En esta actividad se produjo una extensa colección de bocetos de vestuarios completos y accesorios inspirados por el cortometraje. Hay una selección de propuestas que, por el nivel de esmero que reflejan, son verdaderamente destacables. 	El público del CEMAM fue por demás receptivo con el taller de utilería. Las participantes de la actividad trabajaron con entusiasmo y diligencia; hubo incluso quienes llenaron múltiples plantillas de dibujo —y también quienes deseaban continuar con el ejercicio fuera del tiempo de la sesión. Se percibía una gran satisfacción en las personas que concluían sus bocetos; les emocionaba la idea de que sus obras fueran exhibidas en el evento de clausura del PAP. 
Abanicos y tocados de utilería Durante tres sesiones, las personas mayores del CEMAM trabajaron de manera colaborativa en la elaboración de una colección de accesorios que habría de aparecer en el cortometraje <i>Las Dalias de Medianoche</i>. El equipo proporcionó los insumos necesarios (abanicos, plumas falsas, pegamento, piedras decorativas y brillantina) y se dispuso a dirigir y atender al grupo de participantes.	Las participantes, elaboraron cuatro abanicos y cuatro tocados que habrían de aparecer en el cortometraje. Desde la concepción de este proyecto, la confección de utilería para dicho filme se postuló como uno de los objetivos principales. 	El proceso de producción de estas piezas de utilería fue un momento de recreación tanto para participantes como para talleristas. Asimismo, la actividad fue catalizadora de la comunicación intergeneracional, de diálogos amistosos entre mayores y jóvenes. Como antes se señaló, el trabajo realizado también habría de reflejarse en el cortometraje <i>Las Dalias de Medianoche</i>, un proyecto adyacente.



Piezas de bisutería personalizadas

Durante las últimas dos sesiones del taller, las personas mayores trabajaron en la confección de accesorios personalizados de bisutería. La dinámica de trabajo fue la misma que antes se había tenido: el equipo proveyó materiales y herramientas (cordón, alambre, ganchos, cuentas, tijeras y pinzas), dirigió la actividad y brindó la asistencia requerida.



Al final de las sesiones, cada una de las participantes del taller había elaborado al menos una pieza de bisutería; algunas personas incluso produjeron juegos completos de accesorios. Además, cabe destacar que la última sesión fue, por mucho, la de mayor afluencia.

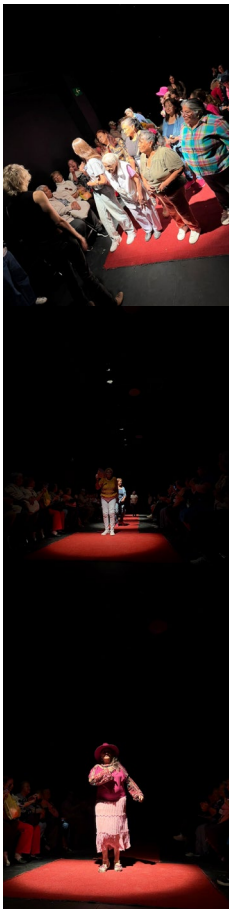


El carácter relajado y lúdico de esta actividad hizo que las sesiones fueran por demás amenas. Adicionalmente, el desarrollo del equipo a lo largo del semestre fue ostensible en su desenvolvimiento; la coordinación entre integrantes y la interacción con las personas mayores fueron aspectos con mejoras significativas. Talleristas y participantes concluyeron la experiencia con una gran satisfacción. A estas últimas les encantó la idea de crear accesorios para sí mismas; se les veía orgullosas de su trabajo.



Taller EXPRESSION:

Producto	Resultado	Impacto	Reflexión EQUIPO
Durante varias semanas realizamos este taller (EXPRESSION) con un grupo de personas que tenían algo en claro, querían atreverse a hacer algo nuevo, diferente, animarse a salir de su zona de confort. Trabajamos con este grupo de adultas mayores para que ellas en cada sesión pudieran trabajar distintas formas de expresión corporal y emocional: desde ejercicios para soltarse y ganar confianza, hasta dinámicas de actuación, canto y baile. El objetivo era que aprendieran a proyectarse, conectar con su cuerpo y perder el miedo a mostrarse frente a los demás. A lo largo de las sesiones se generó un ambiente de confianza y apoyo mutuo, donde cada una fue descubriendo su propia manera de expresarse. La planeación y gestión de las sesiones fue muy simple, entrenarlas para que fueran agarrando confianza y sobre todo crear este espacio seguro para ellas donde se atrevieran a soñar. Cada sesión que se trabajó se dividió en	El resultado final fue una pasarela en el ITESO, pensada especialmente para que se sintieran como verdaderas modelos y estrellas. Cada participante desfiló con seguridad, disfrutando el momento y mostrando todo lo que había aprendido durante el taller. Se notó un cambio enorme en su actitud y presencia: caminaron con orgullo, sonrieron, y vivieron la experiencia con una alegría muy genuina. Este fue el momento donde toda la confianza, seguridad y trabajo realizado toma forma y se presenta en su primer gran prueba "la pasarela". Y sale la garra que todo este tiempo se fue limando con lija de artista.	El impacto fue muy visible tanto en ellas como en nosotros. Muchas de las participantes expresaron que nunca imaginaron poder subirse a una pasarela, y que se sintieron hermosas, seguras y jóvenes nuevamente. El taller les permitió reconectar con esa parte creativa y libre que a veces se va apagando con los años. Verlas disfrutando y apropiándose del espacio fue muy inspirador, se sintieron vistas, escuchadas y valoradas, algo que probablemente no habían vivido de esa forma antes. El verse en escenarios poco convencionales, pero al mismo tiempo que alguna vez nos imaginamos. Esto lo que genera es romper con este circuito interno donde nos sumergimos en rutinas o maneras de pensar estáticas. Para suponer un espacio liberador que sirve como una ventana y un respiro para ellas de atreverse a hacer cada vez más cosas nuevas.	- ¿Cómo nos sentimos al llegar a la sesión? Como siempre es una ventura una nueva sesión con las chicas, nunca sabes que va a pasar, aunque tengas todo planeado minuciosamente siempre tienes que estar atento a la naturalidad de la sesión. Fui descubriendo que ellas nos guían de alguna manera y si bien la sesión tiene un objetivo son ellas quienes nos guían, es como si algo supiera la sesión de un tema que tienen presente, y lo vamos transformando a través del cuerpo, la mente y el corazón para que ellas puedan disfrutar. - ¿Cómo nos sentimos al desarrollar la sesión? Siempre ver caras felices alegran al corazón y de alguna manera verlas a ellas tan entregadas, felices y dispuestas a atreverse me llena el corazón. Puede parecer simple, tonto o algo muy sencillo, pero a veces esas pequeñas acciones ayudan a construirnos poco a poco y de alguna

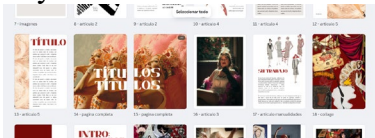
trabajar en una disciplina artística escénica diferente. Pasando desde actuación, modelaje, pasarela, canto y actuación. Así cómo interpretación escénica. (Lo más indispensable para forjar este alter ego que presentan los grandes artistas al momento de entrar en contacto con el escenario) 			manera nos podemos seguir encontrando. - ¿Cómo nos quedamos con lo sucedido? Es claro que con mil sensaciones y ninguna de la cual quejarme, ver esta progresión donde podemos literalmente ver estrellas estallar llena el alma. Nos vamos muy contentos con las chicas de atreverse a quitarse la pena, de arriesgarse y por un segundo dejarse volver a soñar. Porque nunca sabemos cómo nosotros podemos convertirnos en un nuevo puente para inspirar a más personas a soñar.
---	--	--	--

Cortometraje

PRODUCTO	RESULTADO	IMPACTO	ROLES DE EQUIPO
----------	-----------	---------	-----------------

Dalias de Medianoche es un proyecto que recupera y preserva memorias y experiencias de vida a través de las voces de personas de la tercera edad. Su estructura narrativa se fundamenta en relatos personales que revelan momentos significativos, emociones, aprendizajes y perspectivas formadas a lo largo de décadas de existencia. A partir de estas voces auténticas, se construye una reflexión sobre la identidad, la resiliencia, el envejecimiento y la transmisión generacional de la memoria. El proyecto se presenta como un ejercicio de escucha profunda y representación sensible, donde la memoria se entiende como un puente entre el pasado y el presente. 	La producción se llevó a cabo en un formato colaborativo durante dos días de rodaje, acumulando un total de 16 horas de trabajo continuo. Esto implicó la coordinación logística de tiempos, recursos y espacios, así como la participación activa de más de 40 personas entre entrevistados, equipo técnico, dirección creativa, producción y asistencia operativa. El proceso generó un ambiente de confianza donde cada participante mayor pudo expresarse con libertad, permitiendo que el material testimonial se capturara con autenticidad y respeto. El resultado audiovisual final se compone de momentos íntimos, relatos cargados de memoria emocional y fragmentos de vida que dialogan entre sí.	Dalias de Medianoche contribuye a visibilizar y dignificar a una generación frecuentemente relegada en el discurso público, reconociendo su papel esencial en la construcción social y simbólica de nuestro presente. Su valor radica no solo en el contenido audiovisual obtenido, sino también en el proceso de escucha y validación experimentada por los participantes. El proyecto promueve una valoración intergeneracional, acercando a audiencias más jóvenes a historias de vida que funcionan como patrimonio cultural y emocional. De esta manera, el impacto del proyecto trasciende el producto audiovisual, convirtiéndose en una invitación a reconocer la importancia de la memoria colectiva y del respeto hacia quienes han vivido y construido antes que nosotros.	El equipo del cortometraje estuvo encabezado por Adriana Bracamontes en la dirección, seguida por Vlada Kuligina en la producción. La dirección de fotografía estuvo a cargo de Alejandra Nuño, mientras que el departamento de arte fue liderado por Rodrigo Zúñiga como cabeza de arte, con Valeria Rojas a cargo de arte y props. En el área de vestuario participó Ana Paula Guzmán como responsable principal, acompañada por Dulce Martínez y Angélica Márquez Coronel, encargadas del vestuario para extras. El equipo de maquillaje estuvo integrado por Fabiola Pérez Saborio como MUA, con el apoyo de Dulce Martínez como asistente de maquillaje. Finalmente, el registro del proceso y documentación audiovisual BTS estuvo realizado por Jesús Gabriel Flores.
--	--	--	--

Revista:

PRODUCTO	RESULTADO	IMPACTO	REFLEXIÓN PERSONAL
Mood Board de revista Fuentes 	la guía visual y gráfica sobre la que trabajaremos durante el semestre en la revista, aspectos vistos; tipografía, colores, fotos, etc.	esto nos permitió comenzar a explorar creativamente y planear la identidad visual del proyecto general	¿Cómo me sentí al llegar a la sesión? ¿Cómo me sentí al desarrollar la sesión? ¿Cómo me quedo con lo sucedido? Yasmin Haddad: La verdad muy confiada me gustaba lo que teníamos hasta ahorita y los recursos que teníamos nos ayudaron para realizar la revista y ordenar ideas. Regina Crowley: Fué una estética que me emocionaba explorar por su naturaleza sensual y atrevida. Me pareció acertado explorar el art deco desde una mirada <i>glamourosa</i> como el cabaret
Layout base de revista 	una base sobre el diseño y concepto general de la revista. Esto nos dio una	nos permitió ver a gran escala el producto final, para poder planear y hacer	¿Cómo me sentí al llegar a la sesión?

	guía para realizar el diseño final en el software usado. Está base la revisamos varias veces con el asesor del equipo y pudimos hacer correcciones sobre la marcha	modificaciones de manera más asertiva. Junto con el asesor del RPAP de revista (Robso) hemos ido armando una revista profesional cuidando estética, legibilidad y calidad.	¿Cómo me sentí al desarrollar la sesión? ¿Cómo me quedo con lo sucedido? Yasmin Haddad García: Me sentí más segura, ya que teníamos una idea inicial de como queríamos que se viera la revista y hacia donde estaba encaminada. Nuestro asesor nos ayudó a mejorarla y a arreglar problemas que pudiéramos tener durante el camino. Regina Crowley: Creo que este primer acercamiento a lo que podía ser la revista final nos funcionó para poder ver cómo y qué tipo de contenido necesitábamos generar, así como hacer una retroalimentación de la mano de nuestro asesor
Artículos y entrevistas	La revista está conformada por una serie de artículos que buscan dar a	Este proceso ha permitido conocer más de cerca las vivencias,	Antes de comenzar me sentía muy emocionada por participar en este proyecto, aunque

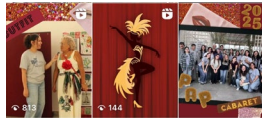
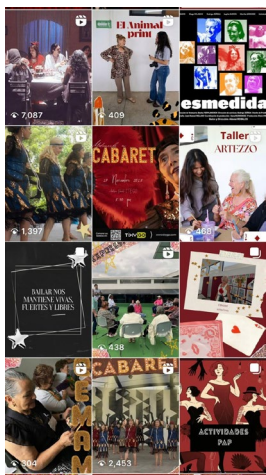
	conocer lo que se lleva a cabo dentro del proyecto, tanto en el taller de manualidades como en el taller de expression, documentar el proceso del cortometraje y visibilizar a la población con la que estamos trabajando: las adultas mayores del CEMAM y las integrantes del grupo de baile Candela y Tumbao, así como conocer sus vivencias. Además de narrar estas experiencias, los artículos también indagan en temas relacionados con el cabaret, como la belleza, la autopercepción, la libertad, el papel de las personas adultas mayores activas y la ruptura de estigmas asociados al edadismo. Para la elaboración de los textos se realizaron una serie de entrevistas con	pensamientos y emociones de las señoras que participan en el proyecto, especialmente en relación con temas que comúnmente no se asocian con las personas adultas mayores. Escuchar sus historias y perspectivas ha sido una forma de romper estigmas y de reconocer la diversidad que existe en esta etapa de la vida, por lo que el impacto del proyecto va más allá de solo documentar lo que pasa, sino que abre una conversación sobre cómo se viven y se representan estas experiencias que comúnmente no se asocian con esta población	también un poco nerviosa. No sabía cómo iba a lograr obtener tanta información de las entrevistas, ni cómo abordar temas tan personales con las señoras. Además, era la primera vez que escribía artículos pensados para una revista, solo lo había hecho de manera más académica así que también sentía ese reto de probar algo diferente. Durante el proceso, la experiencia resultó mucho más enriquecedora de lo que esperaba. Disfruté muchísimo las entrevistas y las conversaciones y escuchar a las señoras, conocer sus perspectivas y descubrir cómo viven estos temas fue muy inspirador. También me gustó mucho poder ir al CEMAM y al Foro Cometa, y tener la oportunidad de platicar con el profesor, quien aportó una visión distinta al haber acompañado al
--	--	---	---

	las señoras, donde se abordaron estos temas desde su experiencia y punto de vista personal. Las entrevistas fueron grabadas en audio, posteriormente transcritas y analizadas, organizando la información según los distintos temas que se buscaban trabajar. A partir de esta codificación fue posible comenzar la redacción de los artículos. Hasta el momento, hay dos artículos terminados, los cuales reflejan tanto el proceso creativo como las reflexiones que han surgido alrededor del proyecto.	grupo desde sus inicios. Todo eso hizo que me sintiera muy contenta y comprometida con el proceso. Ahora que veo todo lo que hemos avanzado, siento que la revista ya empieza a tomar forma y eso me emociona mucho. Los temas que estamos trabajando me parecen súper valiosos y necesarios, sobre todo porque no siempre se les da tanta visibilidad. Me quedo con una sensación muy bonita, con ganas de seguirle y de ver cómo todo esto se convierte ya en el resultado final. - Daniela Calvillo Puigferrat Regina Crowley: El poder tener un acercamiento con preguntas previamente realizadas y trabajadas por Daniela encargada de ello, me permitió poder mediar la conversación y dirigirla hacia el
--	---	---

			lugar que necesitaba la redacción; pero también, me permite poder soltarme y ver hacia donde caminamos juntas la entrevistada y yo
Revista Final  	Revista final con todo lo ocurrido durante el semestre. Aquí se recluto información y entrevistas que se le hicieron a los adultos mayores, así como nuestras experiencias con ellos, la realización de talleres y de los proyectos que se hicieron durante el semestre.	Nos permitió ver el impacto que tuvimos dentro de los centros y del grupo “candela y tumbao”. Pudimos ver todo lo logrado por los otros equipos y pudimos recolectar memorias y enseñanzas, por parte de los adultos mayores	Yasmin Haddad García: Al realizar la revista fue mucho trabajo, fueron semanas en las que nos quedábamos hasta deshoras. Al final tuvimos que rehacer la revista ya que el resultado no fue el esperado, pero la verdad es que estoy orgullosa de lo que pudimos lograr y realizar como producto final. Regina Crowley: Siempre acercarme a un proyecto nuevo me llena de entusiasmo e ilusión. El tener un abanico lleno de posibilidades creativas me parece retador en su mejor aspecto. Este proyecto por su naturaleza colaborativa fue un reto que se vio de su mejor manera y en su faceta más

			desafiante. Y es por esto que me siento agradecida y orgullosa del resultado final. De la resiliencia que mi equipo y yo desarrollamos, de esta cualidad de soltar el ego y zambullirnos con todo a gozar del proceso y recordar que a pesar de lo complicado que es trabajar con personas que ponen trabas en el camino, este proyecto es y siempre será para las y los adultos mayores. Me llena de amor el saber que ellas y ellos lo gozaron al máximo. Todo fué un aprendizaje y me siento agradecida de haber podido compartir este camino con las mujeres tan profesionales y talentosas que formaron mi equipo; y con las personas mayores que se volvieron parte de mí.
--	--	--	---

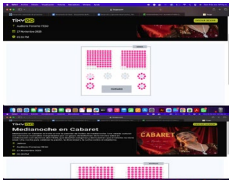
Redes Sociales

Producto	Resultado	Impacto	Reflexión
En Instagram se desarrolló una estrategia de contenido que incluyó reels, carruseles fotográficos, publicaciones informativas y materiales promocionales para difundir las actividades y el evento de cierre del proyecto. 	La cuenta logró consolidar una línea visual coherente y atractiva, fortaleciendo la presencia digital del proyecto y manteniendo el interés del público a lo largo de cada actividad. 	Esta red social presentó un crecimiento significativo de seguidores e interacciones, convirtiéndose en el principal canal de conexión con la audiencia más joven y con nuevos usuarios interesados en el proyecto. 	Faby: Al iniciar el proyecto me sentí motivada por la planeación del contenido, especialmente porque estaba alineado con la temática trabajada durante el semestre. Mi parte favorita fue la creación de contenido en el CEMAM; ver la disposición y entusiasmo de las señoras al participar en fotos y videos me inspiró y me impulsó a seguir dando lo mejor en el proyecto.
Se abrió una página oficial de Facebook para ampliar el alcance del proyecto y facilitar la difusión de contenido a otro segmento de público. En esta plataforma se compartieron los mismos reels, fotografías e información publicados en Instagram, manteniendo una comunicación sincronizada entre ambas redes.	Aunque la página es reciente y todavía no alcanza el mismo número de seguidores que Instagram, logró posicionarse como un espacio de interacción activa, especialmente entre las integrantes del grupo Candela.	Facebook mostró mayor interacción orgánica, especialmente porque las integrantes del grupo Candela utilizan con mayor frecuencia esta red social, lo que permitió que los contenidos fueran compartidos entre sus familiares y redes cercanas, generando más comentarios, reacciones y publicaciones compartidas.	Alejandra: Al iniciar el proyecto no tenía mucha noción dentro de redes, pero sentí que trabajar con mi equipo hizo que todo se sintiera más sencillo, con la retroalimentación que hacían todas me ayudaba a crear mejor contenido de acuerdo a las temáticas, también me encargue de generar contenido para las historias de instagram con referencia al CEMAM y el taller de manualidades.

 Hilando generaciones y moda 24 Me gusta • 48 seguidores Te gusta Mensaje Publicaciones Información Más Detalles Página · Sitio web de educación Aún sin calificación (0 opiniones) Ver la información de Hilando generaciones y moda	Hilando generaciones y moda Publicaciones Información Más Hilando generaciones y moda 13 oct · 25 Louis Armstrong - Cabaret · Te compartimos las primeras propuestas de diseño realizadas en el taller ARTEZZO  71 reproducciones  3 comentarios 11 veces compartido	Publicación de Hilando generaciones y mo... 18 veces compartido Todos los comentarios Miguel Angel Larios Garcia · 2 sem Whooo me imagino que va a estar padrísimo, tenemos que estar presentes Responder Leticia Cordova · 5 días Ya pronto disfrutaremos de este estupendo proyecto !!! Responder Solange Belinda Bracho M. · 3 sem ¡Este evento va a ser increíble! Luces, lentejuelas y arte... ¡no me lo pierdo! Responder Jorge Luis Espinoza Martinez · 2 sem Muchas gracias. Trataremos de ir Karina. Con mucho gusto. Saludos afectuosos. Responder	
En el canal de YouTube se publicaron resúmenes en video de las distintas actividades realizadas, tanto en el CEMAM como en el Foro Cometa, con el propósito de conservar evidencia audiovisual, documentar los procesos y compartirlos con un público más amplio. 	La plataforma comenzó a tener tráfico constante, logrando un incremento progresivo de suscriptores y visualizaciones. www.youtube.com/@PAPHilandoGeneracionesymoda Se unió el 29 ene 2025 31 suscriptores 10 videos 805 vistas	El video correspondiente a la visita al grupo de baile destacó por su alto alcance, impulsado principalmente por los compartidos realizados por las señoras del grupo Candela, convirtiéndose en el contenido con mayor número de reproducciones dentro del canal. 	Alondra: me sentí ilusionada y con nervios por abrir la página de Facebook y no saber si realmente les interesaría. Pero conforme fuimos avanzando, me llenó de alegría ver cómo las señoras del grupo Candela compartían las publicaciones con tanta emoción, invitando a sus familiares y amigas a ver el contenido. Me quedo con una sensación muy bonita y cercana, porque aunque la página es nueva, ver tantos comentarios y muestras de cariño me hizo sentir que el esfuerzo valió la pena y que logramos conectar con la comunidad.

Posters con QR para cada red social. 	Crear más alcancé en el campus para dar a conocer el proyecto. 	Relativo, ya que no tuvimos una medida en concreto para saber que seguidores se sumaron a través de los QR. 	Paulina: Me sentí entusiasmada de presentarles la idea y concepto de cabaret y ver que les gustó esto y tenían conocimiento de ello. Al desarrollar las sesiones me sentí muy contenta de poder fluir en las conversaciones con ellas mejor que el semestre pasado. Convivimos muy naturalmente y me sentí en un entorno familiar, provechoso y agradable. Con lo sucedido me quedo con una experiencia que jamás olvidaré. En esta ocasión sentí más memorable la experiencia de colaborar con ellas, probablemente por lo bien que fluyeron las sesiones en relacionarme con ellas durante las pláticas y las manualidades en relación con la temática de cabaret.
---	---	---	--

Logística de eventos

PRODUCTO	RESULTADO	IMPACTO	REFLEXIÓN PERSONAL
Boletera: Venta de boletos para el evento final. 	Generar un espacio visualmente recreativo donde se pueda enseñar los resultados de nuestro PAP (RPAP), donde a su vez podamos tener un alcance mayor de espectadores para así beneficiar al PAP y al	Esperamos que esta nueva implementación nos ayude a difundir el PAP, para que este pueda tener más alcance y popularizarse. También esperamos un buen apoyo por parte del público hacia	¿Cómo me sentí al llegar a la sesión? ¿Cómo me sentí al desarrollar la sesión? ¿Cómo me quedo con lo sucedido?

	grupo de baile de Foro Cometa quienes son nuestros principales números dentro de este proyecto.	el PAP y presentar objetivos cumplidos, así como talleres y actividades extracurriculares ocurridas en el PAP.	Ana Paula González: Como tal no fue cosa de una sesión, pero al inicio pues me sentía nerviosa de saber si la boletera iba a querer participar y cómo iba a resultar. Ya durante el proceso, la verdad me emocioné mucho porque se fueron dando muy bien las cosas y logramos sacar la venta de boletos. Me quedó muy satisfecha con lo logrado, ya que además esto nos ayudará a recaudar fondos para la elaboración del evento. Melissa Pulido: En lo particular creo que el proceso de llegar a trabajar con la boletera fue sencillo Gracias a las relaciones dentro del equipo con los desarrolladores del portal, y así nos podemos enfocar más en el desarrollo de la organización del evento y sus elementos, me quedo con un muy buen sabor de boca sabiendo que la boletera no solo nos
--	--	---	---

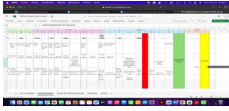
			facilita el proceso de venta sino que también da una imagen más profesional del proyecto, algo que fue de nuestros objetivos desde el inicio del pap Yasmin Haddad: Pues en general fue una idea que fue transcurriendo a lo largo de la sesión. Al principio se esperaba solo presentar en el auditorio, como todos los años, pero decidimos que puede ser algo tedioso para las personas presentes fuera del RPAP y para hacerlo más dinámico y mucho más entretenido. Al equipo se nos ocurrió la idea de montar un show con producción, bailes y escenarios para darle otro giro a la presentación. Algo que me gustó mucho y me siento emocionada por llegar a producir. Eduardo Huerta: En el momento que se propuso esta idea y al ver que fue de gusto de la mayoría
--	--	--	---

			fue muy emocionante, por que estaba probando algo completamente nuevo y fuera de lo común que yo acostumbro a hacer en mis eventos, aparte de estamos apoyando a un emprendedor recién graduado. Claro que es un proyecto muy ambicioso sin embargo esos necios que a su vez se vuelven en emoción son de lo mejor que he tenido en el PAP.
Minuto a minuto 	Un desglose minuto a minuto de lo que sería el espectáculo tanto contando nuestra participación como estudiantes mostrando nuestro proyecto en área profesional como la integración de los números coreográficos del grupo de baile con el que colaboramos.	Esta herramienta nos ayuda a establecer límites de tiempo, anotaciones técnicas como de iluminación y sonido, y una buena comunicación con el grupo de baile para que por su parte preparen cada número del show con un orden específico. Para que esto pudiera tener más cuerpo, se pidió un espacio con las personas de foto cometa para así entender más sus necesidades para los tiempos de ese día.	¿Cómo me sentí al llegar a la sesión? ¿Cómo me sentí al desarrollar la sesión? ¿Cómo me quedo con lo sucedido? Ana Paula González: Al inicio de la sesión me sentí muy emocionada de por fin poner un sentido al evento que estamos planeando. La verdad la ejecución salió bien, y trabajamos muy bien en equipo para armar un tentativo de lo que

			esperamos sea el minuto a minuto del día del evento, lo presentamos ante el grupo y nos dieron feedback a lo cual hicimos ajustes y además tuvimos la oportunidad de revisarlo con nuestra asesora la cual lo vió muy bien. Me quedo muy satisfecha con el resultado y muy emocionada de lo que se viene, esperando podamos lograr que el evento tenga un orden y sentido que funcione para todos. Melissa Pulido: En el caso del minuto a minuto nos demoramos un poco más a la hora de desarrollarlo dado a que primero necesitábamos una comunicación directa con el grupo de baile y hacer el cálculo de tiempo que lleva cada número al igual de idear la forma de forma de integrar nuestra presentación de proyecto, en mi caso me sentí mucho más segura una vez teniéndolo,
--	--	--	--

			creo que nos ofrece más estabilidad y una forma clara de visualizar lo que será el evento. Yasmin Haddad: Al principio fue un poco caótico intentar poner todo lo que teníamos en mente para la presentación, bailes, contar sobre la experiencia PAP, etc pero al final creo que logramos poner todo en orden y hacerlo entretenido para el público sin dejar a lado la razón de presentar el RPAP y nuestros trabajos. Eduardo Huerta: Para mí el formato de un MXM es de lo más común y sencillo en tema de repartir tiempos, sin embargo este si nos llevó un poco más de complejidad puesto que al inicio yo no conocía todos los requerimientos de un RPAP como tal así que me tocó adaptarme y empezar a pensar cuál sería la mejor opción
Cronograma de actividades	En esta sesión se definieron fechas	Fue un gran avance para que el evento	¿Cómo me sentí al llegar a la sesión?

[CRONOGRAMA
PAP HILANDO
OTOÑO 25.xlsx](#)



importantes, como las colaboraciones de la asesora Talien, la asignación de roles, el ensayo general y la fecha del evento.

Cada una de las fechas establecidas fueron pensadas de la manera en que se acomoden a los tiempos de todos los equipos del proyecto, al igual que pensando en que el proceso no fuera atareado y pueda realizarse sin la necesidad de estar bajo presión.

comenzará a cobrar orden y sentido, además que el grupo en general tuvo una muy buena respuesta ante las fechas definidas.

¿Cómo me sentí al desarrollar la sesión?

¿Cómo me quedo con lo sucedido?

Ana Paula González: Al inicio de la sesión me sentí tranquila de que íbamos a organizar nuestras actividades del semestre. La verdad fluyó muy bien, logramos distribuir bien las fechas, los apoyos de la asesora, y los momentos más importantes como ensayo general, fecha del evento, etc. Me quedo satisfecha con la planeación que logramos hacer y como se ha ido ejecutando todo.

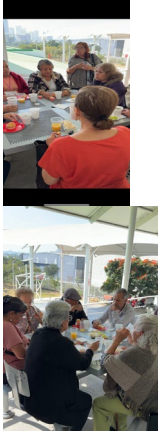
Melissa Pulido: Al igual que con el minuto a minuto, esta herramienta nos ayudó a hacer un desglose visual de lo que se hará durante el semestre, fue básicamente nuestra tarea principal y de las más importantes ya que también ayuda a los demás

			estudiantes de pap estar al tanto de cualquier evento importante de agenda. Este tipo de procesos de organización suelen sentarme muy bien más cuando llevo un semestre tan atareado y creo que puedo hablar por todos al decir que si marco una diferencia al tenerlo terminado. Yasmin Haddad: Al inicio de la sesión si me sentía un poco perdida de lo que íbamos a hacer ya que no se había decidió un lugar en el cual presentar y estábamos buscando más opciones, en cronograma creo que nos ayudó mucho a aterrizar el proyecto y buscar un lugar ideal para poder presentarlo. Al final de la sesión ya teníamos un plan ideado con fechas, lugar y hasta alcances más personas. Eduardo Huerta: La verdad con el tema del cronograma no lo vi nada enredoso creo que entre las
--	--	--	--

			niñas pudieron pensar bien en la distribución de fechas en base a su conocimiento previo en el semestre pasado, y a mí me tocó apártate pequeños detalles en caso de que viera apretadas las fechas o no
Evento Final Cierre ITESO 	En este evento, se realizó la premiere del corto que se realizó, se hizo un resumen por equipo de lo trabajado y desarrollado en el semestre presentando también los resultados, se hizo un espacio para poder presentar y colaborar con el grupo Candela y Tumbao A.C., y finalmente se abrió un espacio para preguntas y respuestas a todo el grupo.	Este evento sin duda conmovió muchísimo no solo al público sino a todo el grupo, los miembros de Candela y Tumbao estaban agradecidos por poder haber participado y dieron unas palabras, además de las Dalías, quienes participaron en el corto y también tuvieron la oportunidad de dar su testimonio. Por parte de CEMAM, se eligieron a dos representantes de los talleres para que de igual manera compartieran su testimonio y ambas estaban sumamente agradecidas y conmovidas. Como equipo nos llenó ver como al fin se pudo realizar este evento que resultó increíble y que pudo llegar a tantas personas, los comentarios recibidos fueron increíbles y	¿Cómo me sentí al llegar a la sesión? ¿Cómo me sentí al desarrollar la sesión? ¿Cómo me quedo con lo sucedido? Ana Paula González: Al inicio del evento me sentía muy nerviosa y estresada, ya que se presentaron muchos imprevistos que tuvimos que resolver, por ejemplo, que el mobiliario no llegó completo, que los adultos mayores los dejaron lejos del auditorio, faltaban muchas manos para montaje, hubo que improvisar varios detalles para montar la galería, no se podían proyectar los videos, etc. Logramos sacar

		aunque si bien hubo varios imprevistos, a final se logró vencer todo y colaborar para sacar adelante el evento.	adelante el evento, y aunque empezamos más tarde de lo esperado empezó a salir todo muy bien, claro que hubo algunos detalles de errores porque algunas personas no practicaron bien el guion, pero en general el evento fluyó muy bien y de igual manera logramos trabajar bien en el desmontaje. Me quedo muy contenta con el resultado, la verdad es que el evento salió increíble, logramos solucionar todos los imprevistos, y los comentarios que recibimos de todas las personas fueron muy buenos, creo que se logró hacer un muy buen trabajo y todo el esfuerzo rindió frutos. Yasmin Haddad García: Al principio me sentí estresada y apurada, debíamos tener todo en orden y montado antes de que llegara nuestro público, tuvimos algunas complicaciones al principio debido a
--	--	--	---

			que las personas llegaron antes de lo previsto y tuvimos dificultades técnicas al momento de proyectar la presentación. A pesar de las dificultades la presentación fluyó y todo salió muy bien y de acuerdo al plan. Al final de la sesión estaba muy contenta por todo lo logrado y desarrollo del evento. Tuvimos muy buen feedback y los asistentes salieron muy contentos del evento. Melissa Pulido: Este evento fue de lo más complicado y enriquecedor de todo el curso, sin duda una experiencia agotadora por las múltiples complicaciones de último momento, sin embargo, me enorgullece haber sido capaz y participar junto con mis compañeros en la resolución efectiva de todos estos por nuestra cuenta y lo más bello fue ver la respuesta tan positiva del público
--	--	--	---

			sin mencionar el de las señoras de CEMAM y el grupo increíble de baile, lo atesorare de por vida.
Evento final cierre CEMAM 			¿Cómo me sentí al llegar a la sesión? ¿Cómo me sentí al desarrollar la sesión? ¿Cómo me quedo con lo sucedido? Ana Paula González: Al inicio del evento me sentía muy nerviosa y estresada de que fueran a dar los tiempos, quienes iban a llegar, de que pudiéramos presentar, por los problemas con la computadora, etc. Ya una vez que la gente empezó a llegar al auditorio y les presentamos, me gustó ver su emoción al ver el proyecto, pero me dio un poco de coraje que la luz del auditorio no permitiera que la pantalla se viera muy bien, igual me hubiera gustado que hubiéramos podido tener más tiempo para desarrollar más

			la presentación, para quienes no pudieron acompañarnos en el ITESO. Finalmente me sentí muy contenta de poder compartir un último rato con los adultos mayores, de poder llevarles y prepararles algo de comida, café, etc., para que disfrutaran, y me llenó el corazón lo agradecidos que estaban todos con eso, de verdad me conmovió mucho. Melissa Pulido: Aun siendo un evento más pequeño fue igual de gratificante tener un espacio más tranquilo para hablar uno a uno con las señoras y despedirnos, fue sumamente importante para mí después de conectar tan bien con muchas de ellas y saber que este siendo mi último semestre sería mucho más difícil verlas de nuevo. La respuesta de todos fue sumamente positiva principalmente para ellas ver en un mismo espacio
--	--	--	--

			todos sus logros en conjunto con los nuestros en un mismo espacio, fue muy bello.
--	--	--	--

3. Reflexión crítica y ética de la experiencia

El RPAP tiene también como propósito documentar la reflexión sobre los aprendizajes en sus múltiples dimensiones, las implicaciones éticas y los aportes sociales del proyecto para compartir una comprensión crítica y amplia de las problemáticas en las que se intervino.

3.1 Sensibilización ante las realidades

Participar en el PAP Hilando Generaciones y Moda transformó por completo mi manera de entender la vejez. Lo que antes veía como una etapa distante, casi ajena a mi vida cotidiana, ahora lo reconozco como un periodo lleno de significado, con saberes acumulados a lo largo de los años y con una sorprendente capacidad para seguir aprendiendo. A través del proyecto pude descubrir que la vejez no es sinónimo de limitación, sino una fase de la vida que continúa en movimiento, donde el deseo de crear, compartir y participar permanece vivo. En cada visita pude observar cómo, poco a poco, se fortalecía la relación entre los estudiantes y las personas mayores; presenciar esa conexión genuina fue uno de los aspectos más valiosos de la experiencia. Al inicio, muchos llegamos con ideas preconcebidas sobre cómo sería convivir con adultos mayores, pero con el tiempo esas percepciones se desvanecieron. Lo que quedó fue una interacción honesta en la que ambas partes aprendieron a escucharse, respetarse y descubrir puntos en común. Desde conversaciones espontáneas hasta proyectos creativos compartidos, cada encuentro evidenció que el intercambio intergeneracional es una herramienta poderosa para romper estereotipos y construir relaciones más humanas. Formar parte del equipo de redes sociales me permitió acercarme a sus historias de una manera íntima y respetuosa. No solo compartimos momentos y actividades, sino también opiniones, gustos y consejos que difícilmente podrían conocerse sin este espacio de convivencia. A través de entrevistas, fotografías y dinámicas, descubrí la diversidad que existe dentro de la vejez: distintas trayectorias de vida, habilidades poco visibles, recuerdos que guardan un enorme valor cultural y formas de ver el mundo que enriquecen nuestra manera de comprenderlo. En la creación de contenido buscamos otorgar visibilidad a un grupo que con frecuencia queda fuera de las narrativas digitales. Las plataformas sociales suelen centrarse en la juventud, pero durante el PAP tuvimos la oportunidad de mostrar que las personas mayores también tienen una voz actual, relevante y capaz de inspirar. Difundir sus historias, sus recuerdos y

su perspectiva permitió conectar con la audiencia desde un lugar auténtico y significativo. Cada publicación no solo informaba, sino que invitaba a reflexionar sobre nuestras propias percepciones de la edad, impulsando una mirada más empática e inclusiva. Hilando Generaciones se convirtió en una experiencia profundamente formativa. Más allá de las actividades académicas, me permitió reflexionar sobre el valor de todas las etapas de la vida y comprender que la vejez no se define por la nostalgia, sino por la riqueza de experiencias que aún se construyen. Fue también un recordatorio de que el envejecimiento es un proceso natural que todos recorreremos, y que es posible transitarlo con dignidad, creatividad y plenitud cuando existe una comunidad que lo acompaña. Este proyecto fue una oportunidad única para conectar con generaciones anteriores, apreciar su legado y reconocer que cada etapa posee su propia belleza, su propio ritmo y aprendizaje. Hilando Generaciones no solo transformó mi forma de ver la vejez, sino también mi manera de relacionarme con los demás, demostrando que el diálogo entre generaciones tiene el poder de tender puentes, sanar prejuicios y enriquecer la vida de quienes participan en él.

-Fabiola Ortega Morales

A lo largo del proyecto, mi perspectiva se fue transformando conforme avanzaban las actividades. Al inicio, estaba enfocada casi exclusivamente en que todo saliera bien: tenía estrés, no salían las cosas como planeábamos. Pero conforme íbamos teniendo las sesiones con las y los adultos mayores que asistían, me fui dando cuenta de que mi trabajo no era solo técnico; también tenía un impacto emocional en personas que viven realidades muy distintas en términos físicos, sociales y culturales. Esa conciencia me hizo adoptar una postura más sensible, más atenta y empática. Que en realidad los adultos mayores esperaban con ansias vernos, no importaba si solo era una hora o 40 min. En verdad disfrutaban de las actividades propuestas por los equipos y siempre llegaban emocionadas y expectantes de más.

La convivencia con adultos mayores me llevó a enfrentarme directamente con realidades distintas a la mía: ritmos más pausados, historias de vida muy fuertes, necesidades específicas, pero también una enorme disposición a compartir, crear y vincularse. Esa

cercanía me hizo valorar la diversidad generacional y reflexionar sobre cómo, desde mi profesión, puedo contribuir a generar espacios más inclusivos y respetuosos para ellos.

Al reflexionar si mis acciones nacieron más de mis creencias o de mis razonamientos, creo que fue un diálogo entre ambos. Mis creencias, sobre el respeto intergeneracional, la empatía y la importancia de escuchar al otro, me impulsaron a involucrarme con honestidad y sensibilidad. Pero también hubo un razonamiento ético claro: reconocer que, desde mi papel profesional, lo que produzco tiene un impacto real en cómo esas personas serán representadas y cómo vivirán la experiencia. Esto me exigió actuar con responsabilidad, humildad y coherencia.

En general, convivir con adultos mayores dentro del PAP me permitió comprender que mi profesión no solo implica diseñar, organizar o crear productos visuales, sino también generar espacios donde otras personas, especialmente aquellas con realidades distintas a la mía, puedan verse reflejadas con dignidad. Este proceso despertó en mí un compromiso social más profundo y una conciencia ética que quiero seguir cultivando en mi práctica profesional futura.

-Yasmin Haddad García

Participar en el PAP *Hilando Generaciones y Moda* significó para mí mucho más que cumplir con un proyecto académico: fue un ejercicio constante de sensibilización, reposicionamiento personal y cuestionamiento ético frente a una realidad que, aunque siempre ha estado ahí, rara vez miramos de frente. Si bien conocía el concepto de edadismo desde lo teórico, fue únicamente en el encuentro cotidiano con las personas mayores del CEMAM donde pude comprender sus efectos reales: cómo se filtra en la autoestima, cómo condiciona la libertad de expresarse y cómo limita la participación en espacios creativos y sociales. A lo largo del semestre, fui reconociendo que la vejez no es una categoría estática, sino un territorio vivo lleno de memorias, deseos, contradicciones y posibilidades que merecen ser escuchadas y respetadas.

Desde mi participación en los equipos de redes sociales y manualidades, tuve la oportunidad de acercarme a realidades físicas, sociales y culturales muy distintas a las que conforman mi día a día. En mi primera participación el semestre anterior me descubrí actuando con cierta precaución —hablando más despacio, midiendo mis gestos, tratando de ser “demasiado cuidadosa”—, como si la edad de las participantes demandara un trato especial o excesivamente protector. Con el tiempo, en mi segunda participación este semestre, comprendí que esa actitud, aunque aparentemente bienintencionada, también era una forma sutil de edadismo: estaba atribuyendo fragilidad donde en realidad había fuerza, humor, curiosidad, y una extraordinaria voluntad de aprendizaje. Aceptar esto me obligó a observarme con honestidad y a reconocer que no basta con tener buenas intenciones; es necesario revisar críticamente las creencias que guían nuestros comportamientos.

El Taller de Manualidades se convirtió para mí en un espacio profundamente humano, donde el diseño y la conversación se entrelazaban de forma natural. Mientras creábamos accesorios para el cortometraje y, posteriormente, piezas de bisutería personalizada, emergían historias sobre juventud, amores perdidos, sueños interrumpidos y formas distintas de entender el paso del tiempo. Una de las experiencias más significativas fue escuchar cómo algunas dudaban de su propia capacidad creativa. Ese desencanto, que reconocí como una expresión del edadismo autoinfligido, despertó en mí una mezcla de tristeza y responsabilidad ética: ¿cómo acompañar sin caer en la condescendencia?, ¿cómo abrir un espacio donde el diseño funcione como una posibilidad y no como una barrera?

Mi respuesta fue trabajar a favor de un ambiente donde cada persona se sintiera libre de experimentar. Procuré ofrecer instrucciones claras pero flexibles, validar sus decisiones estéticas sin exageraciones y reconocer genuinamente el esfuerzo detrás de cada pieza. Con el tiempo, fui notando transformaciones sutiles pero poderosas: mayor seguridad al elegir colores, más firmeza en el trazo, orgullo al mostrar un accesorio terminado. Esos momentos —aparentemente pequeños— me confirmaron que el diseño puede convertirse en una herramienta para reconstruir narrativas internas, especialmente cuando la sociedad insiste en disminuir la voz de quienes envejecen.

Por otra parte, mi trabajo en redes sociales me llevó a reflexionar sobre la representación ética de las personas mayores en plataformas históricamente dominadas por juventudes.

Como equipo decidimos que la narrativa visual debía partir de su fuerza, su vitalidad y la estética cabaret que ellas mismas construyeron en el proceso creativo del cortometraje. No se trataba de disfrazar, sino de afirmar su libertad expresiva. Cada reel, cada fotografía y cada testimonio buscó reinscribirlas en un espacio digital que suele excluirlas.

A lo largo del proyecto experimenté una mezcla compleja de emociones: asombro, ternura, admiración, pero también confrontación y duda. Reconocer estas emociones me llevó a distinguir cuándo actuaba desde mis creencias —el impulso de proteger, de “facilitarles” todo— y cuándo lo hacía desde un razonamiento más crítico, basado en el respeto y la autonomía. Acompañar, entendí, no significa dirigir ni sustituir, sino caminar a la par, escuchar con apertura y permitir que cada persona encuentre su propio ritmo y su propia voz.

Finalmente, esta experiencia transformó profundamente la manera en que concibo mi disciplina. Como estudiante de diseño de indumentaria y moda, solía pensar que mi campo se limitaba a la expresión estética individual. En el PAP comprendí que la moda también puede ser una herramienta de justicia social, un dispositivo para recuperar agencia, para dignificar cuerpos históricamente invisibilizados y para construir puentes entre generaciones. Los abanicos creados en el taller, los accesorios diseñados colectivamente, la estética cabaret asumida con orgullo: todo ello funcionó como un gesto político que dijo, desde la creatividad: *“seguimos aquí, seguimos siendo, seguimos creando”*.

El PAP Hilando Generaciones y Moda no solo amplió mi comprensión del edadismo, sino que fortaleció mi sensibilidad ética y reafirmó mi convicción de que el diseño tiene un papel imprescindible en la construcción de sociedades más justas e inclusivas. Esta experiencia me recordó que la creatividad no pertenece a una edad, sino a una necesidad profundamente humana de expresar quiénes somos y quiénes queremos seguir siendo. Y me enseñó que, desde mi profesión, puedo intervenir en realidades complejas con empatía, respeto y un compromiso ético que reconozca la dignidad de cada persona con la que trabajo.

—Paulina de Dios

Participar en el PAP Hilando Generaciones y Moda me puso frente a realidades que nunca había tenido tan de cerca. Desde el inicio llegué con una mezcla de emoción y nervios, pero

también con un poco de miedo. Los adultos mayores siempre me habían impuesto, no sabía muy bien cómo relacionarme con ellas y tenía la idea de que sería difícil conectar o encontrar puntos en común. Ya desde la primera visita me di cuenta de que muchas de esas ideas no venían de la experiencia, sino de mis propios imaginarios y estereotipos. Conforme fuimos conviviendo, entendí que podía conversar con este grupo de señoras igual que lo hago con cualquier otra persona, que estaban mucho más abiertas, curiosas, activas y dispuestas de lo que yo esperaba.

A lo largo del proyecto, no solo conviví con ellas en los talleres, sino que también tuve la oportunidad de entrar en un espacio mucho más profundo, en el de sus historias. Trabajar en los guiones para las entrevistas fue algo nuevo, investigar sobre el cabaret, sus elementos y los valores que atraviesa, como la expresión, la sensualidad, la presencia, la capacidad de jugar con la identidad, entre otros me permitieron conectar esas ideas con las experiencias de estas mujeres. La intención era recuperar narrativas que no habían tenido un espacio para ser contadas. Y fue increíble ver cómo temas que pareciera que “ya no corresponden” a ciertas edades siguen presentes, aunque transformados.

Esa parte fue una de las que más me confrontó, porque me hizo darme cuenta de lo limitada que es la forma en la que socialmente vemos a las personas mayores. Escucharlas hablar de cómo se sienten, de cómo se ven, de sus relaciones, de su forma de entender el cuerpo, me enseñó que no existe una única manera de vivir esa etapa. Y también me dejó pensando mucho en lo que implica acompañar sin imponer mis propias interpretaciones. Estar ahí, escuchando, preguntando, dejando espacio, me hizo ver cómo la psicología también se ejerce en estos encuentros que parecen sencillos, pero que requieren sensibilidad, cuidado y presencia.

Además, esta experiencia me enseñó cosas más técnicas que no esperaba, como aprender a escribir artículos de revista y escribir las narrativas de las señoras a un formato más público sin perder su esencia. Fue un reto encontrar un equilibrio entre lo personal, lo respetuoso y lo narrativo. Pero también fue una parte del proceso que disfruté porque me permitió ver cómo la teoría y la práctica pueden integrarse en algo que tiene un impacto real.

Al final, Hilando Generaciones y Moda me dejó con una visión mucho más humana, amplia y consciente de lo que implica envejecer. Me enseñó a mirar a las personas mayores desde un lugar de respeto y curiosidad, y no desde el prejuicio o la distancia. Para mí, haber participado fue una experiencia que combinó aprendizaje, encuentro y reflexión. Salí con la certeza de que estas narrativas merecen ser escuchadas, y de que acompañarlas también transforma la forma en la que una se posiciona frente a la vida y la idea que tenemos de esta.

- Daniela Calvillo Puigferrat

Elegí el PAP *Hilando Generaciones y Moda* animado por la posibilidad de aprovechar mi formación como diseñador de indumentaria y moda en un contexto separado de las aulas de la universidad. El semestre anterior me resultaba difícil vislumbrar los alcances de mi profesión en términos de impacto social, y aún más difícil determinar acciones concretas con las que pudiese poner mis conocimientos y aptitudes profesionales al servicio de la comunidad. Este semestre fue diferente; emprendí mi segundo período más informado y con expectativas más claras. En esta ocasión colaboré en el subproyecto del taller de producción de utilería *Artezzo*. Mi experiencia del semestre anterior como integrante del taller de intervención textil me convenció de desarrollar un nuevo espacio para el trabajo manual. Mi participación en el proyecto me permitió seguir conociendo la perspectiva de la vejez; esta fue para mí una oportunidad para continuar mi proceso de sensibilización ante una realidad que es inexorable, y que algún día habría de ser mía —y la de cualquiera que viva lo suficiente—: la edad avanzada. Mi convivencia con personas mayores me permitió familiarizarme con sus maneras de sentir, pensar y actuar.

A diferencia del semestre anterior, en esta ocasión no asumí una postura complaciente y sobreprotectora ante las personas mayores; evité la cautela excesiva y la solemnidad, pues en mi participación anterior había reparado que eran innecesarias. Desde el inicio procuré expresar mi empatía en un trato asertivo y coloquial, un trato cercano, acaso fraternal —y mis interlocutores fueron recíprocos—; esto me permitió gozar de interacciones profundamente enriquecedoras.

En este semestre —como en el anterior— hubo una recepción por demás positiva de las actividades de trabajo manual. Las y los participantes del taller aceptaron de manera unánime cada tarea propuesta por el equipo —aunque algunas resultaron más atractivas que otras. Esta respuesta del grupo fue alentadora y gratificante; su interés por el aprendizaje y disposición al trabajo propiciaron un ambiente de colaboración intergeneracional. Y es que, tanto en este semestre como en el anterior, percibí en las personas mayores un atributo loable: la apertura a aprender de personas mucho más jóvenes. Esta experiencia me hizo reafirmarme que la capacidad para llevar una vida activa, emprender nuevos proyectos y continuar desarrollándose es mucho más frecuente entre las personas mayores de lo que alguna vez imaginé.

Mi participación en *Hilando Generaciones y Moda* —y, en particular, en el taller *Artezzo*— me llevó a acompañar y orientar a las personas mayores durante la realización de sus proyectos. Aproveché la convivencia para conversar con ellas y ellos, y pude así conocerles mejor. Entre los problemas que alcancé a vislumbrar, el que más me conmovió fue, sin duda, la falta de confianza y de estima propias —síntoma del edadismo autoinfligido. Algunas participantes eran críticas implacables de sí mismas y de su trabajo; expresaban la certeza de no ser capaces de ejecutar un producto de calidad. Aquello me generó aflicción e impotencia. Mi respuesta entonces fue empeñarme en propiciar un ambiente libre de juicios y exigencias. Buscaba ofrecer un espacio para la recreación, un medio de escapismo para las y los participantes. Como ocurre en otros ámbitos de mi quehacer: si mis sentimientos apelaban a mis creencias, mis acciones apelaban a mis razonamientos.

Ahora mismo, a escasos días de finalizar mi segundo período en el proyecto, puedo aseverar que las posibilidades de impacto social del ejercicio de mi profesión son vastas —y no son necesariamente difíciles de materializar. Incluso como estudiantes, hay bastante que se puede hacer en beneficio de nuestra comunidad. Los proyectos realizados este semestre dan cuenta de ello; estos son muestra del potencial del grupo para producir un impacto social positivo desde nuestro quehacer profesional.

—Jorge Iván González Barriga

- Valeria Rojas Figueroa

Durante mi participación en el Proyecto de Aplicación Profesional *Hilando Generaciones*, desarrollé y fortalecí competencias importantes de mi perfil de egreso. En particular, identifiqué dos que estuvieron presentes de manera constante:

- (1) Construir el conocimiento reflexivamente y aprender a aprender,** y
- (2) Constituirme como sujeto de una acción profesional donde la interacción social y el trabajo colaborativo son esenciales para la construcción de conocimiento.**

La primera competencia la puse en práctica desde las primeras etapas del PAP, especialmente al diseñar y ajustar las actividades de los talleres. Aunque el proyecto estaba más ligado a áreas como moda, expresión creativa y audiovisual —distintas a mi carrera—, descubrí que esto exigía un aprendizaje continuo y reflexivo. Por ejemplo, en el taller de expresión enfrenté el reto de adaptar dinámicas para que las personas mayores se sintieran seguras, escuchadas y motivadas a participar. Tuve que investigar, probar nuevas estrategias, analizar lo que funcionaba y modificar lo necesario. Este proceso me hizo darme cuenta de mi capacidad para aprender de manera autónoma, tomar decisiones informadas y responder con flexibilidad ante situaciones inesperadas.

La segunda competencia, relacionada con el trabajo colaborativo y la interacción social, fue indispensable a lo largo de todo el proyecto. Colaborar con estudiantes de distintas carreras implicó coordinar ideas, escuchar perspectivas diversas y mantener una comunicación clara. Esto fue especialmente retador durante la organización del corto y la pasarela final, donde debíamos equilibrar tiempos, habilidades y objetivos creativos. Además, convivir directamente con personas mayores me enseñó a comunicarme con empatía, paciencia y respeto, adaptándome a sus ritmos y necesidades. Estos momentos reforzaron mi capacidad para trabajar efectivamente en equipo y para actuar profesionalmente en contextos centrados en las personas.

Aprendizajes Profesionales:

En el ámbito profesional, este PAP me permitió fortalecer habilidades que puedo aplicar directamente en mi carrera. Aprendí a **gestionar proyectos**, coordinar tareas, administrar

tiempos y planear actividades con objetivos claros. También comprendí la importancia de integrar la sensibilidad social en cualquier iniciativa, algo que considero fundamental dentro del comercio global actual, donde el bienestar y la sostenibilidad son parte de las decisiones estratégicas.

Al involucrarme en actividades creativas, entendí además la relevancia de la narrativa, la experiencia del usuario y la construcción de valor emocional, elementos que se relacionan directamente con el marketing internacional, la experiencia de marca y la comunicación estratégica.

Aprendizajes sociales:

A nivel social, desarrollé una conciencia más profunda sobre el envejecimiento, el edadismo y la importancia de promover espacios seguros donde las personas puedan expresarse libremente. Fortalecí mi habilidad para escuchar activamente, resolver diferencias dentro del equipo y generar ambientes colaborativos. También aprendí a reconocer la riqueza que existe en la diversidad intergeneracional y a valorar el impacto que puede tener una intervención social bien diseñada.

Aprendizajes personales:

Personalmente, *Hilando Generaciones* significó un proceso de crecimiento importante. Descubrí que puedo desenvolverme con confianza en contextos que no son propios de mi área profesional y que soy capaz de aportar desde mis habilidades personales y mi creatividad. Me di cuenta de que puedo adaptarme, liderar cuando es necesario y conectar genuinamente con personas mayores, lo cual dejó en mí un aprendizaje emocional profundo y valioso.

Relación con Comercio internacional:

Competencia

seleccionada:

-Emprender procesos de intercambio comercial internacional que generen bienestar social y económico sustentable.

Aunque el PAP tuvo un enfoque social y creativo, esta competencia se fortaleció gracias a la comprensión de que cualquier proyecto —comercial o no— debe orientarse al bienestar de las personas, como también siempre en mis clases de negocios me lo han tratado de inculcar, ya que forma parte de los valores del Iteso. *Hilando Generaciones* me permitió entender que el comercio internacional responsable no solo implica transacciones, sino también responsabilidad ética, sensibilidad social y compromiso con la sostenibilidad.

Al participar en un proyecto que buscaba generar bienestar, reforcé mi capacidad para diseñar iniciativas con impacto positivo y para integrar criterios humanos y sociales en la toma de decisiones. Estos aprendizajes son completamente transferibles a mi ámbito profesional, donde la sostenibilidad, la inclusión y la creación de valor para las personas son pilares esenciales en los procesos comerciales y en las estrategias globales. También me llevo la importancia de desarrollar la parte creativa y el ingenio para resolver problemas, de mejor manera, más rápido, improvisando con lo que se hay, y teniendo resultados efectivos.

-Dulce Fernanda Martínez Ramírez

Participar en el PAP Hilando Generaciones y Moda fue mucho más que un proyecto de la universidad. Convivir esos días con las personas mayores del CEMAM me abrió los ojos cañón. Yo pensaba que entendía el concepto de edadismo, pero hasta que las escuché, vi sus inseguridades y también su fuerza, entendí de verdad cómo les afecta en su día a día.

Estar en el cortometraje y en el Taller de Expresión me hizo observarme un montón. El semestre pasado yo hablaba más despacio, era súper cuidadosa y hasta sentía que tenía que “protegerlas”. Y luego entendí que eso también era edadismo. Les estaba poniendo una fragilidad que no tenían. En realidad tienen humor, energía, ganas de aprender y una vibra que te contagia muchísimo.

En el Taller de Expresión salían historias hermosas, recuerdos, dudas creativas... y conversaciones que te llegan. Cuando alguna decía “ya no puedo” o dudaba de sí misma, me movía algo por dentro. Ahí entendí mi papel: acompañar sin hacerles todo, darles

espacio para experimentar y validar lo que hacían sin exagerar. Y de verdad se notaron cambios: más seguridad, más decisión, más orgullo en lo que lograban.

En el cortometraje aprendí a soltar el control. No era dirigirlas, sino dejar que ellas mismas marcaran el tono. Su actitud, su estilo y su energía fueron las que construyeron todo. Yo solo estuve ahí para apoyar, no para decidir por ellas.

Este PAP cambió mucho cómo veo mi carrera. Me recordó que la moda y la expresión no son solo estética; también pueden ser herramientas para visibilizar, para conectar y para darle voz a quienes a veces quedan fuera. Al final entendí algo súper bonito: la creatividad no tiene edad. Y desde lo que yo hago puedo aportar a espacios más humanos, más respetuosos y más reales.

Durante el proyecto me enfrenté a realidades que antes solo conocía de manera superficial. Estar ahí, ver lo que pasa realmente y escuchar directamente a las personas, me movió mucho y me hizo replantearme varias cosas. Poco a poco dejé de ver la situación desde lejos y empecé a involucrarme de una forma más consciente y empática. En todo este proceso sentí de todo: incomodidad, sorpresa, empatía y también frustración. Hubo momentos en los que la complejidad de lo que viven las personas me rebasó, y otros en los que conecté muy genuinamente con sus historias. Eso me hizo cuestionarme si mis reacciones venían de mis creencias personales o de una reflexión más profunda sobre lo que estaba observando. Con el tiempo pude notar la diferencia entre mis reacciones emocionales iniciales y una postura más crítica y profesional. Aprendí a escuchar más, a entender sin asumir y a reconocer que mi papel no era imponer soluciones, sino acompañar desde el respeto y la responsabilidad ética. Esta experiencia también me hizo pensar en cómo quiero ejercer mi profesión. Trabajar con realidades complejas implica reconocer el impacto que tenemos y actuar con conciencia. Entendí que la ética no es algo que se agrega al final, sino la base de todo. En general, esta vivencia me ayudó a sensibilizarme, a cuestionar mis propias ideas y a construir una mirada más humana y ética sobre mi práctica.

- Vlada Kuligina

Desde el inicio de mi participación en el PAP con las señoras del centro CEMAM y el grupo Candela y Tumbao, mi manera de posicionarme frente a sus realidades se fue transformando. Al principio me acerqué desde un lugar más técnico, enfocado en el registro visual. Con el paso del tiempo, fui tomando mayor conciencia de las realidades especialmente en relación con el envejecimiento, la memoria y el cuerpo. Esta experiencia me permitió mirar más allá de mis propios contextos y comprender la importancia de generar espacios de escucha y acompañamiento.

Mi involucramiento no fue directo en un inicio, pues asumí principalmente el rol de fotógrafo. Con el tiempo, la cámara comenzó a generar un vínculo: varias de las señoras se emocionaban al ver la cámara y esperaban ser retratadas, mientras que otras se mostraban más nerviosas. Ese contraste me hizo entender la diversidad de emociones que surgen al ser observadas. Me generó mucha felicidad notar que disfrutaban de nuestra presencia y de verse en las imágenes. A través de las dinámicas del semestre, logré conectar con algunas de ellas de forma más cercana. Hubo momentos sensibles que exigieron cautela para decidir cuándo registrar y cuándo respetar.

Respecto a si mi sentir y actuar provienen más de mis creencias o de mis razonamientos, considero que ambos se entrelazan. Mis creencias sobre el arte como herramienta de conexión, memoria y empatía influyeron en mi manera de vincularme con ellas. Sin embargo, creo que también existió un razonamiento ético constante al decidir cuándo intervenir, cuándo observar y cuándo guardar la cámara.

Esta experiencia transformó mi visión sobre el ejercicio de mi profesión. Comprendí que documentar comunidades implica una responsabilidad, donde no sólo importa la imagen, sino la representación digna y el impacto social. El PAP reafirmó mi convicción de que el arte y la comunicación pueden generar vínculos reales y aportar a la construcción de la memoria colectiva.

-Jesús Gabriel Flores Herrera

Participar en este PAP es una de las decisiones más significativas que he tomado en mi formación universitaria, y puedo decir con total certeza que no me arrepiento en lo absoluto. Esta experiencia marcó un antes y un después en la manera en la que entiendo mi papel como gestor cultural y como profesional en el ámbito de los eventos. Más allá de cumplir con un requisito académico, el PAP se convirtió en un espacio donde pude reconocer el impacto real que podemos tener en la vida de otras personas cuando trabajamos con intención, empatía y creatividad.

Como alguien que también se desempeña como wedding planner, decidí desde el inicio integrarme al equipo de eventos porque sentía que podía aportar una perspectiva distinta. La idea de combinar mi experiencia laboral con un proyecto universitario me resultaba emocionante, aunque también retadora. Al principio veía el proyecto como algo pequeño, casi limitado en su alcance, pero justo esa percepción me impulsó a querer transformarlo. Quise buscar algo diferente, algo que rompiera con lo habitual y que permitiera que este PAP trascendiera más allá de lo que tradicionalmente se hacía. Gracias al apoyo y la disposición de mis compañeras del equipo de logística, logramos construir una propuesta única que no solamente destacó dentro del proyecto, sino que también logró conectar con un público mucho más amplio del que se había alcanzado en años anteriores.

Una de las mayores satisfacciones fue ver cómo logramos que más personas se interesaran en las actividades, cómo el proyecto comenzó a circular, comentarse y atraer a gente diversa. Pero sobre todo, me quedo con la imagen de los asistentes, especialmente de las personas mayores, disfrutando cada dinámica con una energía que nos sorprendió a todos. Creo que a veces, como sociedad, damos por hecho que la edad define lo que alguien puede o no puede hacer; sin embargo, en este PAP tuvimos la oportunidad de ver lo contrario. Vimos a adultos mayores reír, bailar, experimentar y animarse a participar en actividades que muchos considerarían “no propias de su edad”. Esa demostración tan natural y poderosa de que la edad es solo un número me enseñó más de lo que cualquier clase podría haber hecho.

Las visitas al CEMAM fueron, sin duda, uno de los momentos más emotivos y transformadores del proceso. Cada semana era diferente, pero había algo que siempre se repetía: la emoción con la que las señoras nos recibían. Ver sus rostros iluminarse al vernos llegar era una señal clara de que estábamos haciendo algo valioso. No solo estábamos

realizando actividades, sino generando un vínculo, construyendo un espacio seguro donde podían expresarse sin miedo ni juicios. En el taller de expresión, cada dinámica se convertía en un puente para conectar con sus memorias, sus historias y, sobre todo, con su deseo por vivir experiencias nuevas. Nos regalaban su confianza, y eso es algo que no se puede medir ni sustituir.

Dedicamos nuestro tiempo a imaginar con ellas, a escucharlas y a dejar que fueran protagonistas de su propio proceso creativo. Ver su disposición para romper con la rutina, aunque fuera solo una vez por semana, fue algo verdaderamente inspirador. Muchas veces pensamos que somos nosotros, los estudiantes, quienes llegamos a "enseñar", pero este PAP me demostró que el aprendizaje es completamente mutuo. Ellas también contribuyeron a nuestra formación, nos mostraron otra manera de entender el envejecimiento y nos recordaron la importancia de valorar la compañía y el tiempo compartido.

En lo personal, esta experiencia reforzó profundamente mi compromiso con la gestión cultural. Me recordó por qué elegí este camino y por qué disfruto trabajar en proyectos donde las personas se sienten vistas, escuchadas y acompañadas. Integrar mi perfil como wedding planner con el de gestor cultural fue un reto, pero también una oportunidad para entender que ambas áreas se unen en algo fundamental: crear experiencias significativas. Este PAP me permitió confirmar que, desde el diseño, la organización y la sensibilidad, podemos generar espacios que transformen realidades, que inviten a la reflexión y que fomenten el encuentro humano.

Hoy puedo decir que este proyecto no solo me dio herramientas profesionales, sino también una perspectiva más amplia sobre la empatía, la convivencia intergeneracional y el valor del trabajo colaborativo. Si algo me llevo de este PAP, es la certeza de que cada pequeña acción puede tener un impacto enorme, y que cuando trabajamos con corazón y convicción, logramos construir experiencias que permanecen, que marcan y que hacen que todo el esfuerzo valga la pena.

-Victor Eduardo Huerta Galván.

Ana Paula González Hernández:

Mi participación en el PAP Hilando Generaciones y Moda significa mucho para mí, este semestre volví a cursar el PAP tras ya haber participado el año pasado, esto debido a la gran experiencia que me había llevado la primera vez y por todo lo que había logrado sentir durante esa participación, y aunque es el mismo PAP, esta segunda vez fue totalmente distinta. Si bien, creo que yo también llegué desde otro lugar, con más claridad personal y académica, pero también con la disposición de volver a encontrarme con una realidad que, desde la primera ocasión, me había movido mucho, que es la de trabajar con personas adultas mayores. Algo que confirmé es que este tipo de proyectos siempre me llenan el corazón. Cada taller, cada plática, cada actividad creativa me dejó aprendizajes, vivencias y un sentido profundo de por qué elegí participar en este proyecto, y también de cómo puedo aplicar mi carrera y mis saberes profesionales generales, en algo distinto, pero con un propósito muy bonito.

A lo largo del semestre, creo que siempre tuve claro lo que es trabajar con estas personas, a muchas ya las conocía, y a otras apenas las conocí, y me movió mucho escuchar sus historias, sus realidades, contexto, etc. En el taller de manualidades me di cuenta de que nuestra formación universitaria muchas veces opera con otros ritmos y expectativas: queremos que todo salga rápido, perfecto y conforme al plan, la inspiración, etc. En cambio, con las señoras tenemos que aprender a escuchar de verdad, a sentir el espacio, a entender sus tiempos, sus emociones y sus formas de relacionarse con la creatividad, y a entender que también el objetivo principal es que ellas se sientan bien, que ellas disfruten el taller, y que juntos conectemos a través de las actividades, y que aunque tuviéramos que corregir ciertas cosas, el hecho de que ellas se sintieran parte de, era lo más importante. Hacer los abanicos y tocados no era sólo por completar un objetivo, sino acompañarlas desde la paciencia y la ilusión para que también cada pieza tuviera sentido para ellas. Ya en el taller de bisutería tuvimos la oportunidad de que el taller fuera mucho más libre, que cada quien eligiera que hacer, como hacerlo y nosotros fungir como apoyo nada más, lo cual me pareció super llenador, porque las vimos disfrutar mucho el taller, y también trabajar desde su propia perspectiva y mente, sin guía sin bases impuestas por nosotros.

Para mi involucrarme emocionalmente es inevitable. Este semestre específicamente me encantó ser parte de sus procesos creativos y verlas disfrutar y explotar esa parte, pero también me encanta poder escuchar sus historias, a veces sus preocupaciones, me llena de verdad el alma ver sus ganas de participar y de sentirse parte del proyecto. Creo que a través de las distintas actividades y áreas en las que trabajé durante este semestre muchas cosas me tocaron emocionalmente, de distintas maneras, desde ver su ilusión en el taller de manualidades, o verlas bailar y soltar la pena en la pasarela o el taller de expresión, hasta ver las ganas que tenían de asistir al evento, de involucrarse, de salir de la rutina, de dar sus testimonios, compartir como se sentían, agradecernos, etc. Todo esto también se combinó con el trabajo por parte del equipo de logística y eventos, donde la presión por hacer todo bien, lograr hacerlo en tiempo y forma, conseguir espacios, coordinar equipos, armar guiones, manejar presupuesto, etc., se mezclaba con la responsabilidad ética de que los eventos lograran representar de verdad a las personas adultas mayores y no solo a la visión universitaria del proyecto, que pudiera trascender y que lograran dar la visibilidad que teníamos como objetivo, sin volverlo algo solo académico, y que además lograra resaltar a CEMAM y a grupo Candela y Tumbao A.C., quienes eran las verdaderas estrellas del show.

En cuanto a evaluar si mis acciones venían desde mis creencias o desde mi razonamiento profesional, yo sí creo que fue una mezcla, creo que mis creencias sobre la inclusión, el respeto, la empatía y el valor de escuchar guiaron mi forma de actuar, pero también hubo una parte racional que se desarrolló en el proceso, cuando me enfrenté a situaciones reales que exigían resolver problemas, actuar profesionalmente para sacar el evento adelante, o incluso en ocasiones adaptación y pensamiento crítico, e incluso no solo con las personas adultas mayores, si no también dentro del mismo grupo. También entendí que muchas veces no es suficiente querer ayudar, sino saber cómo hacerlo, como liderar, como resolver, como manejar situaciones, acciones, etc., pero siempre teniendo en mente que era importante no invisibilizar a quienes deberían estar al centro (CEMAM y grupo Candela Y Tumbao A.C.).

Hoy, como estudiante de último semestre de Diseño de Indumentaria y Moda, veo este PAP como un recordatorio de que nuestra profesión no existe aislada de lo social, y que incluso en áreas, o rangos de edades que no se consideran normalmente, es una carrera que puede llegar también, que genera impacto, que tiene forma de conectarnos, etc. Diseñar eventos,

experiencias, dinámicas o incluso piezas creativas tiene impacto no solo en la vida de las personas adultas mayores, si no en mi propia vida y desarrollo profesional, en mi experiencia y en mi manera de ver los impactos y alcances que tiene mi carrera. Este proyecto me mostró que el diseño puede ser una herramienta que conecta, que acompaña y que genera comunidad. Y también confirmó que, cuando trabajamos con sensibilidad y respeto, los aportes sociales de lo que hacemos pueden transformar no solo nuestras prácticas, sino la forma en que entendemos a las personas y el mundo que nos rodea.

- **Melissa Pulido Meza:**

El Proyecto en el área profesional Hilando generaciones y moda ha representado para mí una experiencia profundamente enriquecedora e inolvidable. Más allá del trabajo académico, este proyecto me permitió acercarme a un grupo de mujeres cuya presencia ilumina cada espacio y aporta un sentido de sabor, calidez y humanidad difícil de describir con palabras. Su manera de vivir, de enfrentar los retos y de interpretar cada etapa de la vida se convirtió en una fuente constante de inspiración que me impulsa a mantenerme fiel a aquello que más amo y me apasiona. A través de ellas aprendí que siempre es posible encontrar lo mejor de cada situación, y que incluso una conversación aparentemente sencilla puede convertirse en una lección valiosa. Para mí, el PAP fue el puente que me condujo hacia ellas en un momento en el que, sin saberlo, lo necesitaba profundamente.

Considero que el propósito central de este proyecto es evidente, es aprender de ellas, desde su experiencia, su sabiduría y su autenticidad. Este proceso no se trata de “enseñar”, sino de escuchar, observar y dejarse transformar por quienes han recorrido caminos llenos de historias, desafíos y aprendizajes. Como adultos jóvenes, próximos a integrarnos plenamente al mundo profesional y social, necesitamos nutrirnos de perspectivas reales que nos ayuden a desarrollarnos tanto personal como profesionalmente. Hilando generaciones y moda nos ofrece justamente esa oportunidad: un acercamiento humano, respetuoso y sensible que difícilmente podría adquirirse desde un aula.

Lo que me llevo de esta experiencia es invaluable: la convivencia cotidiana, las anécdotas compartidas, los momentos de risa espontánea y las enseñanzas que surgieron sin proponérselo. Ahora que me encuentro en mi último semestre en el ITESO y próxima a egresar de la Licenciatura en Diseño de Indumentaria y Moda, reconozco con mayor claridad la relevancia de este proyecto en mi formación. La moda, entendida de manera integral, es creada por y para personas; refleja historias, emociones y contextos, y por lo tanto exige una sensibilidad que solo puede desarrollarse a través del contacto real con quienes encarnan esas narrativas. Trabajar con mujeres cuya experiencia de vida supera la nuestra nos permite abrir los ojos a realidades cercanas, a veces invisibles, que enriquecen profundamente nuestra visión como diseñadoras.

Este proyecto no solo fortaleció mis habilidades profesionales, sino también mis valores y mi capacidad de empatía. Comprendí que la moda tiene un componente social innegable, y que nuestro trabajo puede y debe generar vínculos significativos con las personas para las que diseñamos. No me queda más que agradecer profundamente al ITESO y al proyecto Hilando generaciones y moda por brindarme la oportunidad de vivir esta experiencia, de aprender de estas mujeres y de llevarme un aprendizaje que sé que me acompañará durante toda mi vida.

Alejandra Nuño:

Participar en el PAP *Hilando Generaciones y Moda* fue una experiencia que me movió más de lo que esperaba. Aunque no soy experta en moda, la posibilidad de convivir con personas mayores y acercarme a su mundo desde la sensibilidad me emocionaba muchísimo. Me motivaba la idea de poner en práctica mis habilidades, no solo las sociales, sino también las profesionales, especialmente la fotografía. Quería retratar una mirada distinta a la que solemos ver hoy en día, una representación más divertida, sensual y atractiva de la vejez.

El inicio del proyecto estuvo lleno de conversaciones, introducciones y planeación. Nos dividimos en equipos según nuestros intereses: revista, redes sociales, evento o fashion film. En mi caso, por mi formación en Comunicación y Artes Audiovisuales, quise trabajar en la

creación del cortometraje *Dalias de Medianoche*. Desde el principio teníamos claro que queríamos hacer un cabaret, un espacio que permitiera explorar la energía, la presencia y la expresividad de las señoras desde una estética cuidada y una narrativa presente. Sin embargo, la emoción del inicio también trajo consigo deslices por falta de comunicación y organización. Hubo roces y malentendidos entre compañeros que, honestamente, me pesaron. Estoy convencida de que una comunicación más clara y abierta habría evitado muchas tensiones y mejorado la relación con ellos. Siento que empezamos con el pie izquierdo y, de cierta forma, también cerramos así. Aun así, cada persona asumió su parte con profesionalismo y logramos presentar un proyecto hermoso para las señoras, algo que me llenó el corazón y le dio sentido al esfuerzo colectivo.

Durante el semestre trabajé principalmente con el grupo de *Candela y Tumbao*. La primera vez que las vi bailar pffffff, se me hizo un nudo en la garganta. Había tanta juventud en sus cuerpos, tanta vida desbordándose en sus movimientos, que me dejó con la piel chinita. Más de treinta señoras bailando y cumpliendo sus sueños, levantándose con sonrisa incluso cuando la rodilla dolía o la espalda molestaba. Su energía, su entrega y su orgullo me dieron un abrazo emocional que no sabía que necesitaba. Después, cuando elegimos a las cuatro señoras que serían nuestras actrices principales y vi la emoción en sus rostros, casi incrédulas, al borde de las lágrimas, supe que mis objetivos al entrar al PAP se estaban cumpliendo. Entré para conocer la vejez desde adentro, para aprender de ella, y en ese momento sentí que todo eso se volvía posible. Fue verdaderamente mágico.

En términos formativos, este proyecto marcó un antes y un después en mi práctica audiovisual. Trabajar en este cortometraje me obligó a enfrentar procesos reales de producción: desde la concepción visual hasta la dirección de fotografía, la coordinación con un equipo amplio y la adaptación constante a imprevistos. Pude aplicar mis conocimientos técnicos, pero también comprendí la relevancia de la sensibilidad social en la creación de imágenes. Filmar a personas mayores desde un lugar respetuoso, estético y honesto me enseñó a mirar de otra manera y a construir representaciones más justas, alejadas de los estereotipos. Además, atravesar conflictos, diferencias creativas y momentos de caos me dio habilidades que no se aprenden solo en clase: comunicación efectiva, gestión de equipo y la capacidad de sostener un proyecto aun cuando el proceso no es perfecto.

El PAP *Hilando Generaciones y Moda* me recordó por qué hago arte: para conectar lo humano con lo visual, para contar historias que transforman, mostrando perspectivas destinadas a lo que dicta la sociedad y para permitir que las imágenes nazcan desde la sensibilidad, el encuentro y la autenticidad.

Ser parte de este PAP fue un proceso que me movió mucho más de lo que imaginé. Desde el inicio estuve en el área de vestuario para el cortometraje, y fue un reto. Conseguir ropa adecuada para las señoras mayores no fue nada fácil. Hubo momentos en los que sentí frustración, cansancio y dudas, pero al mismo tiempo siempre estaba esa emoción que ellas mismas nos transmitían. Cada vez que les mostrábamos vestuario o avances, se les iluminaban los ojos, y en ese instante todo el esfuerzo valía la pena. Ahí entendí que no estábamos haciendo solo un corto, sino que estábamos regresándoles algo que a veces se pierde con el tiempo: ganas, ilusión, motivación.

Además del corto, también participé en el taller de expresión. Hacíamos dinámicas sencillas pero muy significativas: cantar, mover el cuerpo, actuar, imaginar. Al principio varias estaban tímidas, casi sin hablar. Pero conforme pasaban las sesiones, algo en ellas empezó a despertar. Se reían más, se movían con soltura, se animaban a improvisar. Yo veía cómo iban soltando esa energía que llevaban guardada quién sabe cuánto tiempo, y era hermoso presenciar ese proceso. Nunca pensé que un ejercicio tan simple como un baile improvisado podía generar tanta vida.

El día del evento final fue lo que terminó de cambiar mi manera de ver todo esto. Las señoras salieron a escena con sus vestuarios, bailaron, sonrieron y brillaron. De verdad brillaron. Y ahí me cayó el veinte: yo antes veía la vejez como algo estático, apagado, lento. Como si después de cierta edad ya no hubiera mucho por hacer. Y no, es totalmente lo contrario. Con ellas entendí que la vejez puede ser alegre, creativa, llena de movimiento y de ganas de seguir viviendo cosas nuevas. Me di cuenta de que esa visión que yo tenía no venía de la reflexión, sino de prejuicios que traemos desde siempre, porque nadie nos enseña otra forma de imaginar la vida después de los 60 o 70.

Este proyecto me hizo ver mi carrera de manera diferente. Yo pensaba en el diseño y en la producción desde lo visual y lo técnico, pero aquí descubrí que también puede ser una herramienta para conectar con las personas, para escucharlas, para hacer que otros se sientan vistos. Vestir a estas mujeres no fue solo ponerles ropa bonita; fue darles presencia en escena, ayudarlas a sentirse poderosas y cómodas con quienes son. Y eso tiene un valor enorme.

Ahora entiendo que mi trabajo también puede tener un impacto en la vida de alguien más, aunque sea pequeño. Que crear, diseñar y producir es también acompañar, cuidar, abrir espacios para que otros brillen. Este PAP me cambió la manera de ver la vejez, la forma en que entiendo mi profesión y, sobre todo, la forma en la que me relaciono con otras realidades que existen más allá de mi vida cotidiana.

Y creo que eso es lo más valioso que me llevo: aprendí que la creatividad no solo transforma proyectos, también transforma personas —y yo fui una de ellas.

-Angélica Márquez

Después de vivir nuevamente la experiencia del PAP *Hilando Generaciones y Moda*, al volver a convivir con los adultos mayores de CEMAM y al abrirse ahora la oportunidad de trabajar con el grupo de baile Candela y Tumbao, retomé muchas reflexiones sobre sus vivencias y su relación con el edadismo. Esta vez, como grupo, considero que tuvimos un acercamiento más claro al concepto de envejecimiento activo gracias a este conjunto de danza que nos abrió las puertas para convivir e interactuar con ellos. Pude observar que, a pesar de las limitaciones que muchas veces enfrentan —no solo por su edad, sino también por la falta de espacios, servicios adecuados y apoyos gubernamentales—, ellos, con todo el amor que le tienen a seguir bailando y conviviendo dentro de un grupo que comparte sus mismos gustos, logran continuar cumpliendo sus metas y disfrutando cada día más la vida. Al cursar por segunda ocasión este proyecto, incluso con nuevos compañeros que se unieron al grupo, pude notar cómo nuestras ideas colectivas sobre la vejez siguen cargadas de prejuicios que reducen a las personas mayores a estereotipos de fragilidad, inutilidad o dependencia.

Este semestre pude acercarme aún más a la idea de tener una vejez activa. Esta vez, al trabajar tanto con CEMAM y con el grupo de danza, me di cuenta de que la edad no es un límite para vivir la vida al máximo. Llegué con la experiencia del semestre pasado y con todo lo que ya había vivido al convivir con los adultos mayores, pero siento que en esta ocasión logré construir una conexión más profunda con ellos y adentrarme más en lo que significa realmente el envejecimiento activo y su importancia.

El acercamiento con el grupo de danza Candela y Tumbao fue especialmente significativo. Siendo yo bailarina profesional, pude visualizar cómo podría ser mi futuro, y me dio mucha felicidad descubrir que existen espacios donde es posible seguir disfrutando del arte y de la pasión por la danza, y donde además se puede continuar presentándose ante el público para recordar que el arte es para siempre, no solo una etapa.

A lo largo del proyecto, como en el semestre pasado, logré sentirme cómoda y en familia con los adultos mayores. Compartir experiencias, pasiones y momentos con ellos me llenó el alma de alegría. Este semestre, me permití involucrarme en un ámbito más creativo dentro de la moda, específicamente en la creación de vestuarios para el cortometraje que realizamos. A pesar del estrés, las discusiones y los imprevistos, poder compartir mi trabajo con las señoras seleccionadas para el corto y verlas disfrutar cada ensayo, cada conversación y el día de la filmación, fue algo que guardaré para siempre en mi corazón.

Ahora que concluyo mi licenciatura, me llevo conmigo experiencias y momentos inolvidables que formaron en mí una nueva perspectiva de vida. Aprendí a valorar cada instante, por pequeño que sea y sobre todo, gracias a la convivencia con mis compañeros y con los adultos mayores, comprendí que para mí es una misión de vida compartir con la sociedad que envejecer no es algo malo: envejecer significa adaptarse y seguir viviendo la vida como uno desea. Mi propósito es enseñarles a más personas a no temerle a la vejez ni a hacer menos a los demás solo por ser mayores. Recordemos que la edad es solo un número, pero sentirse pleno y vivir cada momento al máximo es un estilo de vida. Esta forma de ver la vida se la debo a mi experiencia dentro de Hilando Generaciones.

- Ana Paula Guzmán Romero.

Alejandra Ochoa Alvarado:

Realizar el PAP Hilando Generaciones en colaboración con CEMAM me permitió descubrir el enorme potencial que tienen las redes sociales y las actividades creativas para generar encuentros significativos entre personas de diferentes edades. A través de este proyecto entendí que la comunicación digital puede ser también una herramienta de acompañamiento humano cuando se usa con intención, cuidado y sensibilidad.

Al gestionar las redes sociales del proyecto, aprendí a comunicar con respeto las historias y experiencias de las personas mayores. Cada publicación era una oportunidad para visibilizar su voz, mostrar sus talentos y derribar estereotipos sobre la vejez. Me di cuenta de que las redes sociales no solo son un medio para informar, sino para crear comunidad, generar empatía y hacer que las personas se sientan vistas y valoradas. Este proceso me enseñó a ser más consciente del lenguaje, de la ética y del impacto emocional que puede tener cada mensaje publicado.

Por otro lado, el taller de manualidades fue uno de los espacios donde más aprendí y crecí. Ver cómo las personas mayores se involucraban en las actividades creativas, compartían recuerdos mientras trabajaban con sus manos y encontraban en la creación un momento de tranquilidad y expresión personal, me hizo entender la importancia del arte como herramienta de bienestar. Para mí, acompañar este taller significó aprender a sostener procesos con paciencia, brindar apoyo sin imponerme y reconocer el ritmo propio de cada persona. Descubrí que pequeños gestos como ayudar a cortar un material, escuchar una anécdota o celebrar un avance pueden generar un impacto profundo.

Combinar redes sociales con el taller de manualidades me permitió mirar el proyecto desde dos dimensiones distintas: una íntima y presencial, y otra pública y comunicativa. Ambas se complementaron y me enseñaron que el valor de un PAP no está solo en la planeación o en las actividades, sino en la coherencia entre lo que se hace y lo que se comunica. Entendí que mi papel era ser un puente: entre generaciones, entre la experiencia vivida en el taller y la visibilidad hacia afuera, entre lo emocional y lo profesional.

Este PAP reforzó en mí el deseo de trabajar desde un enfoque humano, creativo y consciente. Me voy con aprendizajes que no solo enriquecen mi formación, sino también la forma en la

que quiero ejercer en el futuro: con sensibilidad, responsabilidad y un profundo respeto por las historias que acompañé.

Participar en el PAP Hilando Generaciones y Moda cambió la forma en la que veo la vejez y también la manera en la que me relaciono con otras realidades. Antes de iniciar el proyecto, tenía una idea muy distinta de lo que significa envejecer, influenciada por creencias y estereotipos. Pero conforme pasaron las semanas, me di cuenta de que la vejez es una etapa llena de vida, historias y sobre todo ganas de seguir aprendiendo.

Formar parte del equipo de redes sociales fue una experiencia significativa. No se trató únicamente de documentar lo que ocurría durante cada visita, sino de comprender la importancia que tienen los medios digitales para las personas mayores. Al crear la página de Facebook del proyecto, pude observar cómo esta plataforma se convertía en un puente de conexión para ellos. Sentir su alegría al verse representados en las publicaciones, al sentirse parte de algo más grande, me hizo entender que la comunicación visual no solo muestra, sino que también es una herramienta de inclusión y hace que las personas se sientan valoradas. Además, el formar parte de este equipo me permitió estar presente en los talleres de manualidades y expresión. Aunque al principio, mi participación estaba más centrada en crear contenido, lo que me llevaba a moverme constantemente entre mesas sin involucrarme demasiado, conforme pasaron las semanas, comencé a conectar más con las señoras, llegando a conocer sus gustos, personalidades, anécdotas y formas de abordar cada actividad. Su entusiasmo al ver la cámara, su deseo de compartir lo que estaban creando, o cómo explicaban con alegría el proceso de sus trabajos, me hicieron reflexionar sobre la importancia de darles voz y presencia.

Por otra parte, mi participación en el equipo de manualidades fue uno de los momentos más enriquecedores del proyecto. La convivencia cercana en este espacio creativo me permitió observar cómo cada persona se relacionaba con los procesos de cada actividad y con los demás. La creación de la utilería para el cortometraje, por ejemplo, fue un ejercicio de colaboración que evidenció su compromiso, y cómo entre todas se apoyaban para lograr algo

en conjunto. Más adelante, cuando trabajamos en la elaboración de piezas de bisutería, viví una de las experiencias más emotivas, pues verlas con tanta emoción elegir cuentas y colores mientras diseñaban sus accesorios me llenaba de ternura, al verlas finalizar sus piezas y ver sus reacciones comprendí que la moda puede ser una herramienta poderosa para fortalecer la autoestima.

Finalmente, me quedo con una profunda gratitud por todo lo aprendido en este proyecto. Hilando Generaciones y Moda me enseñó a mirar la vida con más sensibilidad y a comprender que cada etapa tiene un valor único, convivir con personas mayores me mostró que la vejez no es un final, sino un espacio lleno de fuerza, sabiduría y nuevas posibilidades. También me hizo ver que, como futura diseñadora de moda, mi trabajo puede ir más allá de la estética, también puede acompañar, dignificar y generar conexiones entre generaciones. Lo que me llevo de esta experiencia es la certeza de que lo más valioso siempre será la conexión humana y la forma en que somos capaces de tocar la vida de otros a través de nuestro trabajo.

Adriana Bracamontes:

Pfff no sé ni por dónde empezar esta reflexión: un proyecto tan lindo que siento tan mío y que me requirió mucha autoconciencia en varios niveles. Llevaré esta reflexión como una crónica. Primero, fue tomar la decisión de hacer un cortometraje. Si me lo preguntan ahorita, tal vez pequé de ambiciosa: subestimé lo que significa trabajar en tiempos tan justos y con personas que no conozco realmente; la emoción que sentí cuando vi los videos de Candela y Tumbao me empujó a ignorar todos los contras y empujar el proyecto hasta conseguir un sí. Luego todos los problemas que tuvimos, especialmente el de juntar dinero y el cambio de locación. Sentí que fallé el día que decidí que se iba a grabar en el ITESO... sentí que les prometí el cielo y las estrellas a las señoras y les iba a dar tierra que se olvida con el primer parpadeo.

Hoy puedo decir que lo logramos, que el proyecto que empezó en terreno arenoso logro levantarse como edificio de concreto. fue difícil, sí, pero ahora puedo decir que absolutamente todo valió la pena. En un momento del proceso, me desvié del objetivo principal que son las señoras y me obsesioné con tener al mejor crew, las mejores soluciones

técnicas, las ideas más nuevas, cuando en realidad hicimos todo esto por ellas (obvio también por nosotros), pero no para demostrar lo buenos que somos, sino para crear un espacio de interacción y conocimiento. Lo bueno de esto, es que me di cuenta, y en cuanto solté la idea de que "este proyecto va a representar qué tan profesional puedo ser" y seguí la idea central: regalarles un gusto a las señoras y aprender mutuamente, todo cambio y una roca gigante se bajó de mis hombros.

Este proyecto me enseñó muchas cosas a nivel profesional, pero lo más importante es el abrazo al alma que me dió. Conecté tanto con Leti, Sol, Escareño, y Belí, que se creó una confianza inquebrantable. compartí muchos de mis miedos al futuro con ellas, y ellas me contaban de sus sueños y planes a futuro... quién diría que una señora puede soñar con irse a Italia, como que la vida no acaba con los veinte.

Estoy muy agradecida, muy cansada, y muy feliz con este PAP. Me gustó cerrar mi vida universitaria con este proyecto, y volteo a ver el camino con una sonrisa. Gracias a las maestras, a mis compañeros, pero sobre todo a mis Dalias de Medianoche.

- Alondra Mora

Desde el inicio el PAP me llamó la atención porque en la descripción decía que conviviríamos con adultos mayores e integraríamos actividades en las que normalmente no participan. Eso fue lo que más me interesó, porque no sólo implicaba acompañarlos, sino también romper con ideas o estereotipos que se hacen sobre la edad. Conforme avanzó el proyecto, esa motivación inicial se hizo más fuerte.

Las primeras visitas me ayudaron muchísimo a soltarme. Al principio tenía un poco de pena o inseguridad sobre cómo convivir, pero poco a poco se me fue quitando y comencé a abrirme más, a compartir y a disfrutar de verdad el tiempo con ellos. Para mí fue un proyecto bonito e interesante porque no sólo se trataba de estar presentes, sino de integrarlos a actividades pensadas para sacarlos de lo común y darles espacios donde pudieran expresarse de manera distinta.

Lo que más me marcó fue escuchar a las señoras decirnos que se sentían felices de vernos, que les llevábamos alegría. Eso me hizo reflexionar mucho sobre cómo, a veces, un pequeño gesto o una simple visita puede transformar su día. También me di cuenta de que la edad no te detiene a hacer lo que quieres; siempre hay tiempo para intentar cosas nuevas y disfrutar lo que te gusta. Ver cómo se emocionaban o cómo participaban me dejó claro que seguimos aprendiendo y creciendo sin importar cuántos años tengamos.

En el taller de expresión, por ejemplo, me encantaba ver a las señoras que eran más atrevidas animarse a participar. Tal vez antes no se hubieran permitido algo así, pero ahí lo intentaban, se reían, improvisaban y dejaban a un lado sus miedos. Esa valentía y esos momentos donde se “desenmascaraban” a ellas mismas son los que realmente valen la pena presenciar. Aprendí muchísimo de su fuerza, su apertura y su capacidad de disfrutar.

Al final, todo lo que sentí y la manera en la que actué surgió de una mezcla entre mis creencias personales —como valorar a las personas mayores, respetarlas e incluirlas— y lo que fui razonando conforme avanzaba el proyecto. Estar con ellas me ayudó a ser más consciente, más empática y a entender las realidades que viven desde otros planos: físico, social y emocional.

En cuanto a mi profesión como diseñadora, esta experiencia me abrió los ojos a la importancia de incluir a adultos mayores en los proyectos. Me hizo pensar en cómo podemos diseñar cosas para ellos o integrar su participación desde una perspectiva más humana. Creo que este tipo de prácticas no sólo nos hacen crecer personalmente, sino que también nos invitan a ver nuestra profesión con mayor responsabilidad social, entendiendo que el diseño puede mejorar la vida de personas de todas las edades.

- María Paula Turrent López

Al iniciar mi proceso para el ingreso a un PAP, me pareció retador encontrar una causa social que se sintiera como algo que nunca he hecho. Al observar los objetivos de hilando generaciones, en primera instancia sentí que era algo muy nuevo para mí, el trabajar con adultos mayores de manera constante con un enfoque profesional en mente me parecía

innovador. Sin embargo, al cursar estos dos semestres con Hilando generaciones me doy cuenta que esta convivencia se sintió como en familia. Pude no solo conocer a personas maravillosas que me llevaré siempre conmigo, pero también pude sanar muchos aspectos de mi ser que necesitaba trabajar en algo tan especial como fue este proyecto. Dejando a lado todo lo institucional, lo más valioso de este PAP son las personas mayores con las que tenemos el privilegio de trabajar, ellas y ellos lo hacen TODO!.

Entré a este proyecto sabiendo que mi visión sobre lo que es la vejez era limitada a unicamente la percepción que formé con mis familiares en estas etapas de sus vidas, pero sé que mi cualidad de abrirme al cambio y a cuestionarme, me ayudó mucho a repensar y replantearme lo que es la vejez, la juventud y la vida en general. Platicando con los adultos mayores en cada entrevista para la revista Ancestro, me fui deshaciendo de creencia limitantes, discursos violentos y miradas sesgadas hacia lo que es la vida como un adulto mayor y lo increíble que puede ser. El poder convivir con estas maravillosas personas me cambió la vida y por siempre estaré agradecida con ellas y ellos por permitirme ser parte de la suya este año.

- Regina Crowley Muro

Participar en el PAP Hilando Generaciones significó mucho para mí. Me ayudó a descubrir problemáticas de las que todavía no era lo suficientemente consciente, aprendí nuevas formas de conectar y hacer algo positivo para contraponer algo tan normalizado como el edadismo. Uno de los aprendizajes más significativos que me llevo es el poder de la comunicación y conexión sin la necesidad de usar palabras, utilizando otras herramientas como una mirada, la presencia, la atención completa y ser una amiga cuando alguien lo necesita.

En el proyecto en el que yo tuve la suerte y dicha de estar –ser la fotógrafa designada de la revista Ancestro- me enseñó a observar detenidamente, a capturar momentos que tal vez en la cotidianidad pasan por desapercibidos y a tener el gusto de presenciar la manera en la que, tanto mis compañeros como las personas mayores del CEMAM y Foro Cometa, se desenvolvían e iban mostrando diferentes lados de su personalidad y una seguridad y confianza mucho mayor. Igual pude observar este mismo proceso en los otros equipos: ver el impacto real de los talleres de manualidades y expression en tiempo real, los adultos

mayores iban cada vez participando más, perdiendo el miedo a mostrar actitud y confianza en sí mismos y en manualidades ver cómo una herramienta tan sencilla como hoja y lápices de colores nos pueden dar a conocer muchas historias y mucho placer.

Fue realmente un placer presenciar esto y me ayudó en el ámbito profesional como diseñadora de modas para voltear a ver a este sector tan grande, importante y muchas veces ignorado. Cómo la vestimenta y el sentirse bella, junto a realizar actividades físicas y sociales como el asistir a clases de baile, juegan un papel significativo en la actitud de las personas. Esto lo pude percibir más que nada en el equipo de cortometraje, donde al portar un vestuario espléndido las señoras se transformaban en unas superestrellas e igualmente así se sentían.

-Fabiola Pérez Saborío

3.2 Aprendizajes logrados

A lo largo de mi participación en Hilando Generaciones y Moda, pude identificar varias competencias de mi perfil de egreso que se fortalecieron y se pusieron en juego. Una de las más claras fue la capacidad de investigar fenómenos psicosociales con rigor ético y metodológico. Desde que empezamos a trabajar con las señoras, tuve que aprender a acercarme a sus historias con cuidado, escuchar de manera activa y hacer preguntas que dieran espacio a lo que ellas querían compartir, no solo a lo que yo creía que era importante. El proceso de diseñar entrevistas, revisar el marco del cabaret y conectar estos elementos con sus narrativas me retó mucho, porque implicó investigar, seleccionar información y traducirla a herramientas que realmente funcionaran con ellas. Me di cuenta de que sí tengo la capacidad de construir conocimiento de forma reflexiva y con una intención ética.

Otra competencia importante que trabajé fue diagnosticar problemáticas psicológicas individuales y colectivas desde una perspectiva ética y socialmente responsable. No fue un

diagnóstico en el sentido clínico, sino más bien una comprensión profunda de cómo la vejez está atravesada por estereotipos, roles impuestos y una fuerte invisibilización social. En varios momentos, tuve que reconocer mis propios prejuicios para no filtrarlos en mis interpretaciones. Esto fue un reto grande, pero justo ahí me di cuenta de que soy capaz de cuestionarme y posicionarme de una manera más ética, consciente y respetuosa.

En el ámbito social, desarrollé más la habilidad de interacción y trabajo colaborativo, porque este PAP dependía mucho de cómo nos organizábamos, cómo escuchábamos a las demás personas y cómo respetábamos sus formas de trabajar y de relacionarse con las señoras. Aprendí a coordinarme mejor, a confiar en los demás y a reconocer que el conocimiento se construye en colectivo.

Y en lo personal, este proyecto me dejó un aprendizaje muy grande, entendí que la relación con las personas mayores no tiene por qué ser distante ni rígida. Descubrí que puedo conectar, escuchar y sostener espacios de diálogo, y que realmente disfruto acompañar procesos donde se rescatan historias de vida. Aunque al inicio me sentía insegura y hasta un poco intimidada, terminé comprobando que soy capaz de posicionarme desde un lugar ético y sensible.

- Daniela Calvillo Puigferrat

Participar en el PAP Hilando Generaciones significó mucho para mí. Me ayudó a descubrir problemáticas de las que todavía no era lo suficientemente consciente, aprendí nuevas formas de conectar y hacer algo positivo para contraponer algo tan normalizado como el edadismo. Uno de los aprendizajes más significativos que me llevo es el poder de la comunicación y conexión sin la necesidad de usar palabras, utilizando otras herramientas como una mirada, la presencia, la atención completa y ser una amiga cuando alguien lo necesita.

En el proyecto en el que yo tuve la suerte y dicha de estar –ser la fotógrafa designada de la revista Ancestro- me enseñó a observar detenidamente, a capturar momentos que tal vez en la cotidianidad pasan por desapercibidos y a tener el gusto de presenciar la manera en la que, tanto mis compañeros como las personas mayores del CEMAM y Foro Cometa, se desenvolvían e iban mostrando diferentes lados de su personalidad y una seguridad y

confianza mucho mayor. Igual pude observar este mismo proceso en los otros equipos: ver el impacto real de los talleres de manualidades y expresión en tiempo real, los adultos mayores iban cada vez participando más, perdiendo el miedo a mostrar actitud y confianza en sí mismos y en manualidades ver cómo una herramienta tan sencilla como hoja y lápices de colores nos pueden dar a conocer muchas historias y mucho placer.

Fue realmente un placer presenciar esto y me ayudó en el ámbito profesional como diseñadora de modas para voltear a ver a este sector tan grande, importante y muchas veces ignorado. Cómo la vestimenta y el sentirse bella, junto a realizar actividades físicas y sociales como el asistir a clases de baile, juegan un papel significativo en la actitud de las personas. Esto lo pude percibir más que nada en el equipo de cortometraje, donde al portar un vestuario espléndido las señoras se transformaban en unas superestrellas e igualmente así se sentían.

-Fabiola Pérez Saborío

Durante mi participación en el PAP pude poner en práctica y fortalecer varias competencias de mi perfil de egreso. Una de las más importantes fue “constituirme como sujeto de una acción profesional en la que la interacción social y el trabajo colaborativo son piezas indispensables en la construcción de conocimiento”. Desde las primeras visitas tuve que aprender a abrirme, a observar y a relacionarme con los adultos mayores de una manera respetuosa, empática y consciente. El simple hecho de entrar a un espacio donde no conocía a nadie ya representaba un reto, porque al inicio no sabía muy bien cómo acercarme o qué decir. Sin embargo, conforme avanzaron las sesiones me di cuenta de que podía conectar con ellas desde la conversación, el humor y la escucha activa. Esto me hizo sentir capaz de manejarme en ambientes nuevos y de confiar en mis habilidades sociales.

Otra competencia que fortalecí fue “construir el conocimiento reflexivamente y aprender a aprender, para conocer mejor el mundo y actuar en él”. Hubo momentos en los que me cuestioné estereotipos que yo misma tenía sobre la vejez o sobre lo que una persona adulta mayor puede o no puede hacer. Por ejemplo, en el taller de expresión, ver a algunas señoras animarse a participar en actividades que ellas mismas decían que nunca hubieran intentado antes, me hizo darme cuenta de que muchas limitaciones vienen más del entorno que de la

edad. Ese aprendizaje me obligó a reflexionar y a cuestionar mis ideas previas, integrando nuevas perspectivas a partir de la experiencia directa.

En cuanto a los retos, uno de los más claros fue el momento de las primeras convivencias. Me daba un poco de pena iniciar conversación o proponer algo, pero terminé respondiendo desde la apertura y la curiosidad. Poco a poco fui soltándome, hablando más, compartiendo y participando de forma activa. Ese proceso me hizo darme cuenta de que soy capaz de adaptarme y de interactuar con personas que tienen historias, ritmos y necesidades muy distintas a las mías.

En el ámbito *profesional*, el PAP me enseñó que como diseñadora debo considerar a personas de todas las edades, especialmente a grupos que suelen ser poco tomados en cuenta. Aprendí a observar más allá de lo evidente y a pensar en cómo el diseño puede mejorar su experiencia de vida, ya sea desde objetos, actividades o espacios. En lo *social*, desarrollé más empatía y sensibilidad. Aprendí a escuchar, a estar presente y a entender que un pequeño gesto puede significar muchísimo para alguien más. Descubrí el valor de la compañía y la importancia de integrar a los adultos mayores en actividades que normalmente no se les ofrecen. En lo *personal*, me llevé una reflexión muy profunda: la edad no limita el deseo de disfrutar, aprender o sentirse visto. Esto me hizo más consciente de mi propio trato hacia los demás y de la responsabilidad que tengo como persona y futura profesional. Siento que crecí al reconocer que puedo aportar algo positivo simplemente siendo genuina, abierta y respetuosa.

- María Paula Turrent López

En mi perfil como profesionalista existen 3 pilares fundamentales que hoy puedo identificar claramente. El primero es la capacidad de relacionarme desde el amor y la apertura; creo que en el camino del PAP me topé con personalidades sumamente complicadas de mediar, sin embargo esto desarrolló en mí una resiliencia emocional y una habilidad para sobrellevar relaciones complicadas de manera profesional y asertiva. El segundo es la creatividad siendo fiel a mi esencia; el tener un proyecto colaborativo con diferentes mentes y universos trabajando de la mano, me permitió no olvidarme de mi creatividad y mi esencia como

individuo y lo valioso que puede ser lo que esto tiene por ofrecer de mí, a la par de abrirme a la creación colectiva y cómo esta puede nutrir a un resultado o producto final

Y por último un pilar de mi vida profesional que pude trabajar o descubrir en este PAP es el sentido humanitario, antes que todo lo demás. Me topé con situaciones en las que las personas mayores se veían pasadas a segundo plano por la ambición de los proyectos propuestos por las y los alumnos, por la manera en la que estos querían ser abordados. Y me encontré con que durante este año tomé un papel de cuidadora hacia los adultos mayores que, en mi percepción, ayudó mucho a que se sintieran vistos, no presionados y escuchados. Desde caminar en la pasarela final de la mano de una señora que vi batallar pero tenía unas inmensas ganas de participar, hasta el verles cansadas durante el rodaje del cortometraje y acercarme a preguntar si necesitaban agua, una silla o descansar un momento. Creo que en este proyecto de repente se pueden olvidar las y los participantes de que al final nuestras mujeres que colaboran son adultas mayores y son humanas, y me voy con mucha alegría y agradecimiento de saber que esta cualidad la reconocieron las señoras con las que trabajé y se sintieron agradecidas por ello.

- Regina Crowley Muro

Congruencia con perfil de egreso

Selecciona la carrera que colaboró en el PAP y la competencia que más se puso en práctica o se desarrolló:

Humanidades	☐ Arquitectura	Choose an item.
	☐ Arte y creación	Choose an item.
	☐ Ciencias de la comunicación	Choose an item.
	☐ Ciencias de la educación	Choose an item.
	☐ Comunicación y artes audiovisuales	Producción. Identificar, registrar y/o generar los materiales y contenidos visuales, sonoros y textuales de una pieza audiovisual y/o un proyecto creativo, con el uso de los recursos técnico-expresivos necesarios y articularlos en un conjunto estructurado
	☐ Derecho	Choose an item.
	☐ Desarrollo Inmobiliario Sustentable	Choose an item.
	☐ Diseño	Choose an item.
	☒ Diseño de indumentaria y moda	Identificar los impactos sociales, económicos y ambientales para la ejecución ética de proyectos textiles, de indumentaria y moda
	☐ Diseño urbano y arquitectura del paisaje	Choose an item.
	☒ Gestión Cultural	Intervenir escenarios de producción, circulación y consumo de bienes y servicios culturales para estimularlos, ampliarlos y fortalecerlos de manera participativa y socialmente pertinente.
	☐ Gestión Pública	Choose an item.
	☐ Nutrición	Choose an item.
	☐ Periodismo y comunicación pública	Choose an item.
	☒ Psicología	Intervenir en campos de problemas a nivel individual y comunitario para promover el desarrollo o cambios a nivel preventivo, correctivo y/o transformativo trabajando junto con equipos multidisciplinares.

	☐ Publicidad y comunicación estratégica	Choose an item.
	☐ Relaciones internacionales	Choose an item.
	☐ Traducción e interpretación	
Ingenierías	☐ Ingeniería ambiental/ y tecnologías sustentables	Choose an item.
	☐ Ingeniería Civil	Choose an item.
	☐ Ingeniería de Alimentos	Choose an item.
	☐ Ingeniería Electrónica	Choose an item.
	☐ Ingeniería en Biotecnología	Choose an item.
	☐ Ingeniería en Ciberseguridad	Choose an item.
	☐ Ingeniería en Desarrollo de Software	Choose an item.
	☐ Ingeniería en Inteligencia Artificial	Choose an item.
	☐ Ingeniería en Mecatrónica	Choose an item.
	☐ Ingeniería en Nanotecnología	Choose an item.
	☐ Ingeniería en Negocios y Servicios Digitales	Choose an item.
	☐ Ingeniería en Sistemas Computacionales	Choose an item.
	☐ Ingeniería en Sistemas Digitales Embebidos	Choose an item.
	☐ Ingeniería Financiera	Choose an item.
	☐ Ingeniería Industrial	Choose an item.
	☐ Ingeniería Mecánica	Choose an item.
	☐ Ingeniería Química	Choose an item.
	☐ Ingeniería y Ciencia de Datos	Choose an item.
Negocios	☐ Administración de Empresas y Emprendimiento	Choose an item.
	☐ Comercio y Negocios Globales	Optimizar tiempos y costos en la distribución internacional cumpliendo con los requerimientos del cliente.
	☐ Contaduría y Gobierno Corporativo	Choose an item.
	☐ Finanzas	Choose an item.
	☐ Hospitalidad y Turismo	Choose an item.
	☐ Mercadotecnia y Dirección Comercial	Choose an item.
	☐ Negocios y Mercados Digitales	Choose an item.
	☐ Recursos Humanos y Talento Organizacional	Choose an item.