

**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL**

**Facultad de Bellas Artes**

**Licenciatura en Artes Visuales**



**MEMORIAS DE UNA GUERRERA**

**Realizado por: Laura Valentina Romero López**

**Línea Di-sentir: Convergencias entre educación, arte y política.**

**Modalidad: Práctica pedagógica reflexiva**

**Bogotá D.C, Colombia.**

**2024**

## AGRADECIMIENTOS

*Quiero dedicar este espacio para expresar mi más profundo agradecimiento a quienes han sido mi apoyo constante durante este camino:*

*A Dios, por darme la fuerza, la sabiduría y las oportunidades necesarias para alcanzar esta meta. Sin Su guía y bendiciones, nada de esto habría sido posible.*

*A mi mamá, quien ha sido mi ejemplo de perseverancia, amor incondicional y dedicación. Gracias por tus consejos, tus palabras de aliento y por creer en mí incluso en los momentos en que yo dudaba.*

*A mi abuela que fue ha sido de las personas más presentes en mi vida y que me dio su apoyo siempre, además de ser una inspiración para este trabajo.*

*A mi familia, por su amor, su comprensión y su respaldo incondicional. Cada uno de ustedes ha sido una pieza fundamental en este logro, y siempre estaré agradecida por su apoyo.*

*A mi novio, por ser mi compañero en esta etapa, por tus palabras de ánimo, tu paciencia y por impulsarme a dar lo mejor de mí. Gracias por estar a mi lado en cada paso del camino.*

*A Luisa, por tu amistad, tu ayuda desinteresada y tu motivación constante. Eres una persona invaluable en mi vida, y tu apoyo ha significado mucho para mí.*

*A todos ustedes, mi gratitud eterna, porque este logro también es suyo.*

*Laura Valentina Romero López*

## TABLA DE CONTENIDO

<b>INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>1</b>
<b>1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>4</b>
<b>1.1 Planteamiento Del Problema .....</b>	<b>4</b>
<b>1.2. Pregunta Problema y Objetivos.....</b>	<b>6</b>
<b>1.2.1. Objetivo General.....</b>	<b>6</b>
<b>1.2.2. Objetivos Específicos .....</b>	<b>6</b>
<b>1.3. Justificación .....</b>	<b>7</b>
<b>2. MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>9</b>
<b>2.1 Antecedentes.....</b>	<b>9</b>
<b>2.2 Referentes teóricos.....</b>	<b>13</b>
<b>2.2.1. Memoria.....</b>	<b>13</b>
<b>2.2.1.1. Recuerdos.....</b>	<b>15</b>
<b>2.2.1.2. Identidad.....</b>	<b>20</b>
<b>2.2.1.3. Familia.....</b>	<b>24</b>
<b>2.2.1.4. Lugar.....</b>	<b>30</b>
<b>2.2.2. Olvido.....</b>	<b>35</b>
<b>2.2.2.1. La pérdida de la huella.....</b>	<b>37</b>
<b>2.2.2.2. Adultez mayor y demencia senil.....</b>	<b>43</b>
<b>2.2.3. Calidad de vida.....</b>	<b>49</b>
<b>2.2.3.1 Bienestar emocional.....</b>	<b>51</b>
<b>2.2.3.2. Estimulación cognitiva.....</b>	<b>53</b>
<b>3. MARCO METODOLOGICO .....</b>	<b>59</b>
<b>3.1. Enfoque Metodológico .....</b>	<b>60</b>
<b>3.3. Recopilación De Información.....</b>	<b>65</b>
<b>3.4. Métodos De Recolección De La Información .....</b>	<b>67</b>
<b>3.5. Relatando La Experiencia.....</b>	<b>70</b>
<b>4. ANÁLISIS.....</b>	<b>106</b>
<b>4.1. Primer taller: Un Viaje a Través de las Fotografías.....</b>	<b>106</b>
<b>4.2. Segundo taller: Pintando Siluetas del Corazón.....</b>	<b>113</b>

4.3. Tercer taller: Modelando el Pasado Con Arcilla .....	114
4.4. Cuarto taller: Sentidos a Través Del Arte .....	115
5. CONCLUSIONES.....	118
6. REFERENCIAS .....	121
7. ANEXOS.....	123
7.1. Anexo 1. Video Primer Taller – Un Viaje a Través de la Fotografía.....	123
7.2. Anexo 2. Video Segundo Taller – Pintando Siluetas Del Corazón .....	123
7.3. Anexo 3. Video Tercer Taller – Modelando el Pasado Con Arcilla .....	124
7.4. Anexo 4. Video Cuarto Taller – Sentidos a Través Del Arte .....	124

## ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

<b>Ilustración 1 "Autorretratos" de William Utermohlen .....</b>	<b>11</b>
<b>Ilustración 2 <i>Álbum Primer Taller</i> .....</b>	<b>77</b>
<b>Ilustración 3 <i>Álbum Primer Taller</i> .....</b>	<b>77</b>
<b>Ilustración 4 <i>Álbum Primer Taller</i> .....</b>	<b>78</b>
<b>Ilustración 5 <i>Álbum Primer Taller</i> .....</b>	<b>78</b>
<b>Ilustración 6 <i>Álbum Primer Taller</i> .....</b>	<b>79</b>
<b>Ilustración 7 <i>Álbum Segundo Taller</i> .....</b>	<b>85</b>
<b>Ilustración 8 <i>Álbum Segundo Taller</i> .....</b>	<b>86</b>
<b>Ilustración 9 <i>Álbum Segundo Taller</i> .....</b>	<b>86</b>
<b>Ilustración 10 <i>Álbum Segundo Taller</i> .....</b>	<b>87</b>
<b>Ilustración 11 <i>Álbum Segundo Taller</i> .....</b>	<b>87</b>
<b>Ilustración 12 <i>Álbum Segundo Taller</i> .....</b>	<b>88</b>
<b>Ilustración 13 <i>Álbum Tercer Taller</i>.....</b>	<b>94</b>
<b>Ilustración 14 <i>Álbum Tercer Taller</i>.....</b>	<b>95</b>
<b>Ilustración 15 <i>Álbum Tercer Taller</i> .....</b>	<b>95</b>
<b>Ilustración 16 <i>Álbum Tercer Taller</i>.....</b>	<b>96</b>
<b>Ilustración 17 <i>Álbum Cuarto Taller</i> .....</b>	<b>103</b>
<b>Ilustración 18 <i>Álbum Cuarto Taller</i> .....</b>	<b>104</b>
<b>Ilustración 19 <i>Álbum Cuarto Taller</i> .....</b>	<b>104</b>
<b>Ilustración 20 <i>Álbum Cuarto Taller</i> .....</b>	<b>105</b>
<b>Ilustración 21 <i>Danza</i> .....</b>	<b>108</b>
<b>Ilustración 22 <i>Colorear (Parte 1)</i>.....</b>	<b>108</b>
<b>Ilustración 23 <i>Juego de "Uno"</i> .....</b>	<b>109</b>
<b>Ilustración 24 <i>Pintura</i> .....</b>	<b>109</b>
<b>Ilustración 25 <i>Colorear (Parte 2)</i>.....</b>	<b>110</b>
<b>Ilustración 26 <i>Haciendo Jugo</i>.....</b>	<b>110</b>
<b>Ilustración 27 <i>Colorear (Parte 3)</i>.....</b>	<b>111</b>
<b>Ilustración 28 <i>Colorear (Parte 4)</i>.....</b>	<b>112</b>
<b>Ilustración 29 <i>Ejercicios (Parte 1)</i>.....</b>	<b>112</b>

<b>Ilustración 30 Ejercicios (Parte 2)</b> .....	<b>113</b>
--	------------

### ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1 Primer Taller - Un Viaje a Través de las Fotografías</b> .....	<b>71</b>
<b>Tabla 2 Segundo Taller - Pintando Siluetas del Corazón</b> .....	<b>80</b>
<b>Tabla 3 Tercer Taller - Modelando el Pasado Con Arcilla</b> .....	<b>89</b>
<b>Tabla 4 Cuarto Taller - Sentidos a Través del Arte</b> .....	<b>97</b>

## RESUMEN

La presente investigación corresponde a la modalidad de Practica Pedagógica Reflexiva y es de carácter biográfica debido a una serie de acontecimientos que he vivido con mi abuela Ana María quien padece *demencia senil*. A partir de ello, me centro como arte educadora, pero también desde mi experiencia como nieta, para recopilar sus recuerdos por medio de micro narrativas que permitan registrar momentos importantes de su vida. Además, el presente trabajo aborda cómo las *prácticas artísticas* pueden emplearse como herramientas educativas y coadyuvantes para mejorar la calidad de vida de mi abuela, permitiendo fortalecer su identidad.

A partir del proceso de investigación, el concepto de *bienestar emocional* me pareció un tema muy interesante, ya que yo creía que se trataba de motivarse para llegar a una felicidad total, pero en realidad se trata de encontrar un equilibrio en las emociones y situaciones de la vida y esto a la vez nos lleva a tener una buena calidad de vida.

Así mismo, la comprensión de los conceptos de *memoria* y *olvido* por medio de la teoría me permitió reconocer por qué hacen parte fundamental para mantener el equilibrio en relación con la calidad de vida, ya que ambos hacen parte de la *identidad*, junto con otro proceso como la *reflexión*. Comprender esto, me permite relacionar la teoría, con la experiencia de *pérdida de memoria* de mi abuela, lo cual se traduce en adaptar estrategias para ofrecerle una mejor calidad de vida, teniendo en cuenta que su identidad comienza a ser difusa por su enfermedad.

Es por ello que, a través de talleres centrados en actividades como la pintura, el modelado y el uso de fotografías, tuve la finalidad de estimular su memoria, promover la expresión emocional y reforzar la identidad que surge a partir del proceso de reflexión que permite transformarnos constantemente.

En esencia, este trabajo de grado resalta el arte como un medio transformador que combina la educación por medio de *prácticas artísticas* y de cuidado que promuevan una mejor calidad de vida para mi abuela y sus entornos cercanos, es decir las personas que vivimos con ella.

Palabras claves: memoria, demencia senil, practicas artísticas, identidad, educación.

## INTRODUCCIÓN

El tema principal de esta investigación es comprender los conceptos base sobre memoria, olvido, y calidad de vida para desarrollar talleres de sensibilización artística que den como resultado micro narrativas que me permitan recopilar las memorias latentes de mi abuela Ana María con demencia senil, ya sean presentes o pasadas, que a su vez fomenten el bienestar emocional y su calidad de vida.

Lo anterior es importante ya que mi interés con este proyecto es poder ayudar a mi abuela a tener una vida más activa, al mismo tiempo que pueda encontrar un equilibrio en sus emociones y reacciones hacia los síntomas de la enfermedad. Así mismo, me interesa que este documento le pueda servir de guía a cualquier persona que esté pasando por esta situación en su vida con un ser querido. Por otro lado, aunque, es una propuesta de intervención planificada, el desarrollo es experimental pues se busca tener respuestas ya sea positivas o negativas para poder reflexionar sobre mi práctica como arte educadora en la implementación de estos talleres, al mismo tiempo que me adapto a las condiciones propias de trabajar con mi abuela y su enfermedad.

Ahora bien, esta investigación se desarrolla bajo el contexto de que mi abuela es una persona de la tercera edad que sufre de demencia senil, ella vive en la ciudad de Bogotá junto con mi mamá, mi primo, mi prima y yo; quienes somos su entorno familiar más directo. Es así, como desde mi rol de docente que he formado a través de mi carrera y mi postura como nieta hace que me plantee una serie de talleres investigativos de exploración donde se puede trabajar su identidad a partir de la memoria y el olvido, pero también su bienestar emocional por medio de las prácticas artísticas.

Es por ello por lo que varios de los objetivos de esta investigación son en primer lugar, investigar y utilizar prácticas artísticas que ayuden al bienestar emocional y cognitivo de mi abuela, aportando a su calidad de vida. En segundo lugar, exponer estrategias como micro narrativas que permitan la recopilación de las memorias de vida de mi abuela, facilitando la expresión, a la vez que se busca vivificar sus recuerdos a través de prácticas artísticas. Por último, potenciar mi vivencia como nieta y cuidadora de mi abuela por medio del uso de las artes como instrumento para ayudar al cuidado, la empatía y la expresión en mi futura experiencia docente.

Este trabajo está desarrollado con el enfoque metodológico cualitativo, bajo la modalidad de investigación de *práctica pedagógica reflexiva* ya que a pesar de que no se desarrolla en un espacio académico formal, sino que por el contrario es experimental y basado en una situación personal, sí hay un crecimiento en el entorno de práctica artística que se centra en el hacer donde sucede un proceso de reflexión alrededor del proceso, lo cual, es más importante que el resultado en sí. Además, observando la situación de manera objetiva el haber buscado formas en prueba y error para sobrellevar la situación cuando comenzó habla de un proceso de reflexión, el cual es al final el que motiva esta investigación.

Finalmente, este documento se organiza en siete capítulos principales. El primer capítulo, *El problema de investigación*, incluye la introducción, el planteamiento del problema, la pregunta y los objetivos, la justificación y los antecedentes, que abordan la primera aproximación al tema de estudio. A continuación, el segundo capítulo, *El marco teórico*, está compuesto por tres categorías principales: *Memoria*, que abarca las subcategorías de recuerdos, familia, lugar e identidad, que a su vez son revisadas desde autores como: Paul Ricoeur, Francesca Cancian y Georges Perec, desde las disciplinas de la filosofía, fenomenología, neurociencia, poética, corporal, terapia familiar y psicológica; *Olvido*, con las subcategorías de la pérdida de la huella y

la demencia senil en la adultez mayor, vistas desde autores como: Paul Ricoeur, Marc Auge, Elisa Ruiz, Luis Pinedo, Pucha-Quito y la Organización mundial de la salud y sus disciplinas se centran en la filosofía, fenomenología, neurociencia, antropología, psicología social, psicología del desarrollo, social y crítica; y *Calidad de vida*, con sus subcategorías de bienestar emocional y estimulación cognitiva, comprendidas desde los autores: Luis Pinedo, Daniel Goleman y Howard Gardner en las disciplinas de la psicología, medicina, social, político, psicología cognitiva y neurociencia.

En el *Marco metodológico*, se aborda el enfoque metodológico, la recopilación de información, los métodos de recolección de datos y la experiencia vivida durante los talleres. Este capítulo describe de manera directa el desarrollo de los talleres y las experiencias asociadas. Finalmente, los capítulos de *Análisis*, *Conclusiones*, *Referentes* y *Anexos* presentan los resultados obtenidos, tanto positivos como negativos, y las deducciones derivadas de la praxis, junto con evidencias visuales en forma de fotografías.

# 1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

## 1.1 Planteamiento Del Problema

Antes de desarrollar el problema quisiera aclarar que si bien, este proyecto se desarrolla en la modalidad de Práctica pedagógica reflexiva, este no sucede en un entorno educativo formal, al contrario, se desarrolla al interior de mi casa y con mi familia.

Es así que, cuando mi abuela Ana María empieza a tener síntomas de la enfermedad era muy difícil saber cómo ayudarla sin tener un nombre exacto de lo que padecía. Sin embargo, cuando es diagnosticada, comienzo a preguntarme cómo le podía ayudar a sobrellevar de una mejor forma su enfermedad, desde lo que había aprendido durante lo que llevaba cursado de mi carrera.

Para dar un contexto, este problema de investigación surge después de salir del aislamiento de la pandemia del covid-19. En ese momento, mi abuela empieza a tener una serie de síntomas como: dolor de cabeza muy fuerte, comportamientos inusuales en su actitud, cambios de ánimo y apetito, alucinaciones etc. Esto me lleva a realizar una buena calidad de vida y actividades artísticas (formas de expresar percepciones, sentires o emociones a través del arte) en casa para promover la vida activa de mi abuela como la danza, trabajar con arcilla, pintura o coloreando, también de motricidad por medio de cuadernos de colorear y planas de escritura; para así poder enfocar su mente en otra cosa diferente que no fueran sus malestares.

Paralelamente, esta situación coincide con el inicio del trabajo de grado, es así que tomó la decisión de investigar sobre este tema ya que estaba latente y me interesaba saber de qué manera

podía aportar a su calidad de vida desde mi rol como docente en formación y mi rol de nieta, a partir de las prácticas intuitivas que venía realizando con ella, es así que llama la atención revisarlas desde un enfoque investigativo y desarrollar aún más el potencial de estas prácticas.

Aunque este proyecto no se trata en sí, de un proceso de enseñanza y aprendizaje pues esa no es mi intención, más bien me interesa como una herramienta que está enfocada desde las prácticas artísticas (proceso de perspectivas y métodos donde se puedan expresar sentires, sensaciones o emociones; enfatizados en el arte y su desarrollo) y que hasta el momento ha complementado su bienestar emocional para proporcionarle una buena calidad de vida y así mismo mantener su identidad, comprendida como su capacidad de recordar, pues debido a la enfermedad se ha deteriorado, por lo cual me interesa recopilarla por medio de micro narrativas.

Es así, que mi interés nace tras realizar las actividades de exploración previas a esta investigación, pues me base en mi contexto como arte educadora con experiencias al trabajar con materiales como arcilla y pintura, pero también en las prácticas que había tenido previamente con otro tipo de poblaciones como habitantes de calle, adolescentes con problemas de adicciones y primera infancia. Si bien, no había trabajado directamente con población de adulto mayor si siento que mis aprendizajes durante dichos procesos me sirven como una herramienta para poder trabajar con mi abuela.

Aunque me fundamento en experiencias educativas previas, el conocimiento alrededor de demencia senil era limitado, aun así, me dio bases que me ayudaron a empezar a plantear cómo investigar temas importantes como la memoria, el olvido, el entorno y la enfermedad, que a su vez

será el soporte para el desarrollo de nuevas propuestas de mediación con mi abuela las cuales me permitirán observar cómo estas prácticas aportan el cuidado integral de la demencia senil.

## **1.2. Pregunta Problema y Objetivos**

¿Cómo pueden las prácticas artísticas contribuir a mejorar la calidad de vida de mi abuela con demencia senil y a la recopilación de sus memorias de vida?

### ***1.2.1. Objetivo General***

Contribuir a la calidad de vida de mi abuela con demencia senil y a la recopilación de sus memorias de vida mediante el uso de prácticas artísticas y estrategias que fomenten micro narrativas, facilitando la expresión y documentación de sus recuerdos.

### ***1.2.2. Objetivos Específicos***

- Explorar y aplicar prácticas artísticas que fomenten el bienestar emocional y cognitivo de mi abuela con demencia senil, contribuyendo a su calidad de vida.
- Realizar actividades artísticas y de sensibilización motriz de su gusto con base en recuerdos que evoque de su vida a medida que se realizan.
- Recopilar y documentar de las memorias de vida de mi abuela, facilitando la expresión y preservación de sus recuerdos a través de micro narrativas.
- Enriquecer mi experiencia como nieta y cuidadora de mi abuela con demencia senil por medio del uso de las artes como herramienta para fomentar el cuidado, la empatía y la expresión en mi futura experiencia docente.

### **1.3. Justificación**

La demencia senil es una problemática relevante en mi contexto personal y lo impacta ya que, es una situación que en su momento se nos estaba saliendo de las manos a mi familia y a mí. Entonces surge la necesidad de encontrar una forma de mantener el equilibrio para poder tener paz nosotros en nuestra vida diaria y además la certeza de saber que estábamos ayudando a mi abuela Ana María a no estar en constante sufrimiento, sino que por el contrario se podía llegar a un estado donde ella estuviera más estable. Cuando empieza la enfermedad mi abuela, mi familia y yo, empezamos a vivir una serie de acontecimientos donde nos vemos todos afectados emocional y físicamente, lo que me lleva a realizar algunas actividades para poder ayudar a que la situación sea más amena para todos, es por ello por lo que me gustaría aclarar que el proyecto no se centra en un contexto educativo, sino un entorno personal y familiar directamente con mi abuela.

Así mismo, este proyecto es pertinente ya que aporta un punto de vista más humano y sensible desde una experiencia personal, pero además es experimental por lo cual, aunque hay una noción de resultado, este es más bien un proceso reflexivo, esto es importante pues como docentes estamos en constante aprendizaje que ponemos en práctica, pero no siempre salen como lo planeamos, lo importante es encontrar de alguna manera y mejorar con base en ello.

A partir de lo anterior, se puede hablar de beneficios de esta investigación a mi práctica como arte educadora y con mi familia. Así pues, la idea de este proyecto es poder ayudar a mi abuela a que tenga una vida y mente más activa, para poder buscar un equilibrio en el entorno familiar y que a su vez se enfoque en ella y le fomente su calidad de vida. A partir de las actividades que desarrollé en ese momento surge la idea de seguir ampliando y desarrollando este tipo de talleres, pero de una forma más estructurada y teorizada. Hasta este momento estos talleres han

sido principalmente desarrollados por mí, pero se han visto reflejados en la familia ya que, es posible reconocer en mi abuela Ana María un pequeño cambio en su actitud, en ese punto su ansiedad había disminuido, las actividades al ser desarrolladas durante el día su mente estuvo activa, en la noche ya no se levanta a gritar tanto tiempo. Ahora bien, es esto lo que principalmente me motiva a comprender de forma teórica cómo puedo ampliar los beneficios de esta propuesta de intervención que desarrollo a lo largo de la investigación. Cabe aclarar que estas actividades están acompañadas de medicamento recetado por su psiquiatra y solo funcionan como complemento para su mejoría y estabilidad.

Finalmente, aunque la línea de Di-sentir abarca enfoques colectivos, pretendo desde mi investigación individual visibilizar la experiencia de mi abuela como parte de la población de adulto mayor con condición de demencia senil la cual es socialmente segregada, en donde los problemas principales son la falta de atención médica de calidad, la desinformación por parte de la familia o tutores y ya directamente las personas que están a cargo del adulto mayor y deciden abandonarlo. Considero que es un problema a nivel sistemático y estructural que afecta a una minoría en el país. De igual manera la línea Di-sentir, se centra en cuestionar e investigar las prácticas artísticas en contextos específicos y comunitarios. En este sentido, la investigación adopta un enfoque cualitativo, en el que el arte es abordado a través de talleres y actividades artísticas, los cuales sirven como herramientas de intervención para trabajar de manera directa con mi abuela.

Por último, me gustaría aclarar que, si bien este proyecto puede ser utilizado como referente para procesos similares, está basado en mi experiencia personal en relación con la enfermedad que tiene mi abuela, esto quiere decir que esta investigación se sitúa en una ciudad con un poco más de beneficios en cuanto acceso médico y se desarrolla bajo mi perspectiva de arte educa

## 2. MARCO TEÓRICO

### 2.1 Antecedentes

En este apartado, se presentan proyectos relevantes que se alinean con los objetivos de esta investigación, los cuales han sido identificados a partir de la información recopilada hasta el momento. Estos proyectos provienen de revisiones de información y están relacionados con investigaciones sobre prácticas artísticas en proyectos de pregrado, maestría o artículos de investigación, donde se establece un vínculo entre las prácticas creativas y la atención a las particularidades de enfermedades en adultos mayores, como la demencia senil. Este análisis ayudará a contextualizar las diferentes perspectivas sobre el mundo de las artes y su potencial aplicación en el tratamiento de la demencia senil.

La reflexión sobre la vida, la enfermedad y la experiencia vital, como parte de esta iniciativa, se sitúa dentro de procesos interdisciplinarios que abordan temas vinculados a la educación y las experiencias artísticas, particularmente en áreas como la danza o pintura. Así pues, estas experiencias se conectan con aspectos clave para comprender tanto el olvido como los recuerdos en personas que padecen demencia senil.

En un primer momento, retomo como aporte el proyecto de grado para una maestría en Educación de la Universidad Militar de Nueva Granada, el cual Gómez (2020) tituló *La escuela en la calidad de vida del adulto mayor*. En su proyecto resalta que el objetivo principal de esta investigación es analizar la relación entre la vinculación de los adultos mayores al Colegio Cristóbal Colón de Bogotá y la autopercepción que tienen sobre su calidad de vida. Para ello, se

exploraron las historias de vida de los participantes, con el propósito de identificar los elementos que la escuela ofrece, tanto desde su rol formador como desde su función socializadora, y cómo estos factores influyen de manera significativa en el bienestar de las personas mayores.

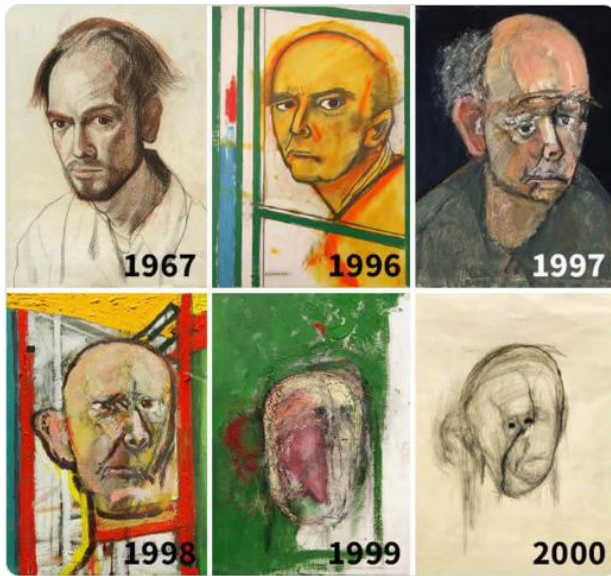
Este proyecto me llama la atención en el sentido en que me aporta desde una perspectiva en la que puedo reconocer la educación como un factor determinante para el desarrollo de esta etapa de la vida al tiempo que, me parece interesante cómo aborda las historias de vida de los participantes, pues este es uno de mis objetivos fundamentales, ya que encuentro en el relato una gran capacidad de reflexión desde mi rol de arte educadora. Así mismo, me funciona en tanto que comparto con el autor la intención de desarrollar mi proyecto con esta población, aunque solo lo propuse con mi abuela, ella se sitúa también en el mismo contexto bogotano que los participantes de esta investigación y ahondan en la misma edad; y poniendo un ejemplo: así como yo busco fortalecer los recuerdos desde las experiencias de vida de mi abuela que hacen parte de su identidad para mantener una buena calidad de vida, en esta maestría también se quiere lograr fortalecer la autopercepción y esencia de cada participante al contar su historia de vida y así proporcionar y mantener su bienestar.

Por último, tampoco se centra en una educación donde se le proporciona un aprendizaje al sujeto desde el intelecto como función para su vida, sino que por el contrario se enfoca en resaltar sus experiencias e historia que son usadas como herramienta para sus necesidades, importancia en su desarrollo y expresión libre por medio de su propia voz.

El segundo antecedente que propongo es la obra artística “autorretratos” de William Utermohlen creada en el transcurso de los años 1995 hasta el 2002. Este artista en 1995 fue diagnosticado con Alzheimer y desde ese entonces, se empezó a evidenciar cada vez más su

enfermedad; su trabajo creativo expone una notoria relación con los autorretratos elaborados por el artista para poder entender su evolución figurativa a través de los años.

**Ilustración 1** "Autorretratos" de William Utermohlen



Al igual que mi abuela, este artista también tuvo un proceso lleno de miedo, rabia y finalmente resignación de su parte, así mismo su familia, amigos y cuidadores fueron una parte importante en su proceso; aunque con el ya no se pudo tener una buena calidad de vida y tuvo que ser internado en la residencia Ancianos Princess Louise en 2004, en donde finalmente falleció en 2007. Al hablar del proceso del artista en el avance del Alzheimer además de ser una enfermedad similar a lo que padece mi abuela Ana María, ya que son dos ramas que provienen de la demencia, también se puede hacer una relación en el sentir frente a ella y cómo por medio de un acompañamiento continuo a su proceso mental, vinculado a los procesos de creación e intervención desde las artes en los procesos mentales que va caracterizando su experiencia de vida con esta enfermedad.

Como tercer referente me interesa el proyecto de investigación titulado *La pintura como evocadora de recuerdos en la vejez. El caso de Carmen Luz*. Esta tesis fue realizada para un pregrado de educación superior en la Universidad Pedagógica Nacional que fue llevado a cabo por Saray Vásquez Ochoa de la licenciatura en artes visuales en el año 2020. Lo que este proyecto quiere hacer es poder demostrar que la pintura sirve como un medio de enseñanza-aprendizaje y de esta forma se pueden evocar procesos cognitivos y así mismo llevar a un recuerdo de la memoria de alguna historia o aprendizaje de vida con personas de la tercera edad. Esta herramienta se utiliza para favorecer el aprendizaje de una población vulnerable que no es tomada en cuenta.

Este antecedente me llama mucho la atención pues se desarrolla bajo varios aspectos similares al mío, en primer lugar, desde la licenciatura en artes visuales y en segundo lugar desde el trabajo con población adulto mayor, si bien el caso de mi abuela es diferente, me interesa como a través de procesos artísticos como la pintura la autora estimula la cognición e incluso la memoria, siendo este un tema fundamental para mi investigación ya que por ejemplo: en el caso de mi abuela se ha visto en las actividades enfatizadas en el arte previas a esta investigación, con materiales como la pintura le ayudan a traer recuerdos aun latentes a su memoria, ya que por su enfermedad hay unos que ya no están ni siquiera en su subconsciente y no pueden ser evocados; y por otro lado en el trabajo de grado de este referente podemos ver que el sujeto no sufre de ninguna enfermedad pero la edad hace que se vayan quedando recuerdos en el inconsciente y lo que se quiere lograr es que salgan a la luz por medio de prácticas artísticas. Es por todo lo anterior, que me llama la atención como un referente para el desarrollo práctico de mi proyecto, sin embargo, mi intención no es enseñarle a mi abuela ninguna técnica en particular, más bien es observar qué sucede bajo la experiencia de la práctica artística.

Por último, este referente es un trabajo de grado para título de Maestría en Artes Visuales, llamado *CAMINANDO ENTRE RECUERDOS: Un Reencuentro con la Infancia* de la Universidad Javeriana realizado por Manuela Calle Laverde (2008). Este trabajo se enfocó en la creación de un documental reflexivo que busca recuperar la infancia perdida a través de la memoria. El objetivo es realizar una recopilación de recuerdos mediante un viaje en busca de su oso, el cual desempeñará un papel clave en la estructura del documental. A través de imágenes, se pretende traer al presente ese pasado infantil, utilizando videos y fotos de archivo de la propia infancia, objetos y lugares que evoquen esa época, así como relatos de personas cercanas que recuerden aquellos momentos.

Este proyecto me llama la atención ya que uno de mis intereses es recopilar los recuerdos que aún están presentes de mi abuela y así mismo contar su historia en micro narrativas. Si bien este no es un proyecto documental si tiene como finalidad más allá de lo académico, ser un espacio para conservar los relatos de mi familia.

## **2.2 Referentes teóricos**

Para comenzar, me parece importante dar contexto sobre lo que estaba sucediendo en mi familia para, luego, abrir paso al diálogo con la teoría. Así pues, cuando mi abuela Ana María fue diagnosticada con demencia senil, sentimos, como familia, que era importante cuidar su estado, ya que es una enfermedad degenerativa y sabíamos que, en algún momento, su memoria comenzaría a fallar, y sus recuerdos e identidad se perderían. En especial, me parecía importante que su identidad estuviera latente, pues va de la mano con su calidad de vida. Puesto que, en el momento en que pierde la identidad, también se pierde la capacidad de tomar decisiones, así como los gustos y los intereses, lo cual genera un deterioro importante en su bienestar personal.

### ***2.2.1. Memoria***

En relación con lo anterior, creo que es importante para mí comprender qué es la *memoria*, puesto que, hasta este momento, entendía por memoria la capacidad de retener información. Asimismo, me parece fundamental desarrollar el concepto de *familia*, ya que creo que las personas que están alrededor de uno forman parte del proceso de forjar la *identidad*. Me parece aún más importante la familia porque son las personas que han estado a lo largo de toda la vida y han influido en la educación y en los demás ámbitos en los que uno se desarrolla como persona.

De igual forma, hablar de *lugar* me parece relevante, pues los lugares hacen parte de nuestras experiencias. Por ello, podemos verlos como parte de nuestra memoria, tal como dice la frase: "recordar es vivir". Pienso que, al hablar de los lugares más significativos en la vida, se revive los recuerdos de ese momento y, de igual modo, cuando uno habla de alguna experiencia, sale a relucir el lugar donde sucedió, lo cual lo convierte en una parte importante de ese recuerdo.

Creo que el desplazamiento al lugar impacta en lo que se vivió allí. Por ejemplo, en el caso de mi abuela, Boyacá es muy significativo en su historia personal. Aunque me gustaría volver a llevarla a este entorno, es difícil debido a la situación, ya que es un recorrido muy largo y no es posible realizarlo. Es importante para nosotros mantenerla más cómoda en el espacio donde actualmente se encuentra y se siente segura que es su habitación, en nuestra casa.

Finalmente, mi concepción sobre la *identidad*, hasta este momento, es ese elemento que nos destaca como personas diferentes unas de otras, lo que nos hace distintos, pero sobre todo en el pensamiento. Por ejemplo, la opinión que puedo tener sobre cierto tema y la capacidad de mantener mi postura desde ese pensamiento que se formó.

A partir de las nociones que presenté anteriormente, doy paso a los autores que cimientan la primera categoría **Memoria** que contiene las subcategorías de *Recuerdos*, *Familia*, *Lugar* e *Identidad*. Así pues, el referente base de este apartado es Ricoeur (2004) en su libro *La historia*,

*la memoria, el olvido*, en el cual aborda los conceptos de memoria, recuerdo, olvido, lugar e identidad desde una perspectiva filosófica, fenomenológica y neurocientífica. Asimismo, para ahondar en el concepto de familia me pareció interesante el libro escrito por la socióloga Francesca Cancian (1991) *La familia: un sistema relacional*, pues aborda, la familia desde una mirada de terapia familiar y psicológica. Finalmente, para ampliar la visión de los lugares, utilicé el libro del novelista Georges Perec (1999) *Especies de espacios*, en donde hace una revisión sobre los lugares desde una perspectiva poética y corporal. Con esto aclarado doy paso a la primera subcategoría *Recuerdos*.

Al finalizar la escritura de esta primera gran categoría, daré paso a las siguientes, las cuales corresponden a *Olvido*, con sus subcategorías *Adulter mayor* y *Demencia senil*, y, finalmente, la última categoría, *Calidad de vida*, que contiene las subcategorías *Estimulación cognitiva* y *Bienestar emocional*. Las cuales ahondaré más adelante con respecto a las nociones previas y los autores que desarrollan estos conceptos.

#### **2.2.1.1. Recuerdos.**

A partir de la lectura *La historia, la memoria, el olvido* de Ricoeur (2004), en el capítulo "La memoria y la reminiscencia", hay una parte que me parece importante destacar, pues el autor propone dos conceptos: la *mneme* y la *anamnesis*. Así pues, voy a empezar explicando el concepto de *mneme*, que, según Ricoeur (2004), es el recuerdo instantáneo, donde no evocamos un recuerdo por decisión propia, sino que, sin querer, nos llega. Por ejemplo, cuando estamos tomando una ducha y recordamos algo gracioso que nos pasó la semana pasada, o cuando, durante una conversación con alguien, viene a nuestra mente de manera espontánea una experiencia vivida con esa persona. Es por ello que el autor nos habla de un proceso de recuerdo pasivo, ya que se trata

de una representación del pasado que llega a la mente en forma de imagen, la cual puede ser visual o auditiva.

En este sentido, la memoria toma un lugar muy importante, pues, Ricoeur (2004) afirma que "Y, sin embargo, no tenemos nada mejor que la memoria para garantizar que algo ocurrió antes de que nos formásemos el recuerdo de ello" (p. 23). Es en relación con esta afirmación que el autor comienza a preguntarse si hay un proceso de imaginación dentro de la memoria. Se cuestiona hasta qué punto la memoria es verídica o puede ser alterada por la imaginación. Posteriormente, bajo la perspectiva de varios filósofos, Ricoeur responde que la memoria está entrelazada con las afecciones del cuerpo humano, ya que el cuerpo es el único que puede distinguir si algo realmente sucedió o no, como explica en la siguiente premisa Ricoeur (2004):

Pero no creo que uno pueda limitarse a esta doble operación de especificación del imaginario y del recuerdo. Debe existir, en la experiencia viva de la memoria, un rasgo irreductible que explique la insistencia de la confusión atestiguada por la expresión de imagen-memoria. (p. 22)

Así pues, la experiencia atraviesa el cuerpo y, en cierto punto, el cuerpo pertenece a la memoria, pero también a una experiencia tangible, tal como sería una cicatriz. Otro elemento clave para Ricoeur (2004) es el testimonio, pues este es la estructura fundamental de transición entre la memoria y la historia. Desde esta perspectiva, me parece importante comprender el relato como un medio para recopilar y conservar la memoria de la vida de mi abuela. Pues, en palabras de Ricoeur (2004) es aquello que se imprime o se plasma de todo lo que hemos visto, oído o pensado lo que va a perdurar. Sin embargo, todo aquello que no se pudo imprimir lo olvidaremos, lo desconoceremos. Es así como recopilar los recuerdos de mi abuela cobra un sentido de gran

importancia para mí y para mi familia, pues en ello estaríamos preservando, de alguna manera, su identidad.

Así pues, la experiencia atraviesa el cuerpo y, en cierto punto, el cuerpo pertenece a la memoria, pero también a una experiencia tangible, tal como sería una cicatriz. Otro elemento clave para Ricoeur (2004) es el testimonio, pues este es la estructura fundamental de transición entre la memoria y la historia. Desde esta perspectiva, me parece importante comprender el relato como un medio para recopilar y conservar la memoria de la vida de mi abuela. Pues, en palabras de Ricoeur (2004) es aquello que se imprime o se plasma de todo lo que hemos visto, oído o pensado lo que va a perdurar. Sin embargo, todo aquello que no se pudo imprimir lo olvidaremos, lo desconoceremos. Es así como recopilar los recuerdos de mi abuela cobra un sentido de gran importancia para mí y para mi familia, pues en ello estaríamos preservando, de alguna manera, su identidad.

Con el concepto de *mneme* claro, quiero dar paso al concepto de *anamnesis*, que es un recuerdo específico que llega al ser evocado, es decir, por la rememoración, la cual es un esfuerzo cognitivo para traer a la luz recuerdos que siempre están en el tiempo. pasado. Sin embargo, no todo esfuerzo por evocar es exitoso, ya que se trata de un sistema complejo de inteligencia que responde a símbolos, asociaciones y representaciones. Es allí donde el autor menciona que una memoria feliz es una memoria recordada, mientras que una memoria desdichada es aquella que no logra ser recordada.

Al ser los recuerdos una representación de imágenes que se reproducen al mismo tiempo, es importante resaltar que hay grados de esfuerzo en la rememoración: el grado fácil corresponde a la reproducción de un recuerdo, mientras que el grado difícil corresponde a la producción o invención de un recuerdo, donde la imaginación puede influir, ya que convierte una representación

esquemática de imágenes dadas por la experiencia en imágenes que aún no han sucedido, pero se proyectan desde conocimientos previos que pertenecen al presente o al pasado.

En este punto, me gustaría dirigir la conversación hacia la condición de mi abuela en relación con lo que se ha explicado hasta el momento. Antes de tener un diagnóstico, no sabíamos qué podía estar causando todos esos síntomas. La llevamos a varios hospitales, pero en ninguno nos dieron una respuesta clara sobre un diagnóstico concreto. Finalmente, en el último hospital al que acudimos por urgencias, nos dijeron que la remitirían a psicología.

Después de asistir a la cita con psicología, nos informaron que podría tratarse de ansiedad. Sin embargo, después de un tiempo, nos remitieron a psiquiatría, donde finalmente lograron darnos un diagnóstico más claro: demencia senil. Nos explicaron que la única solución para controlar la situación era mediante medicamentos. Al principio, esto no nos parecía una opción válida, ya que sabíamos que dichos medicamentos podrían dejarla en un estado somnoliento y reducir su calidad de vida activa. A pesar de que la situación era difícil, queríamos probar un método alternativo que la estimulara cognitivamente, por medio de actividades y rutinas que ayudaran a mantener su mente y cuerpo activos.

Es por ello que me parece importante resaltar que, durante estas actividades que realicé de manera empírica, se evocaron en lo reconocemos como *mneme*, que es el recuerdo instantáneo. Yo no tenía ninguna intención de traerlos; simplemente, los recuerdos llegaban por sí solos como imágenes a la mente de mi abuela, quien luego los desarrollaba en conversaciones.

Asimismo, se puede ver reflejada la memoria del hábito en mi abuela a medida que la poníamos a seguir cierto tipo de rutinas. Eran cosas que ella hacía antes, como bailar los viernes en la mañana, ayudar a pelar algunos granos, organizar su cuarto, hacer jugo de naranja los lunes, o practicar aeróbicos los miércoles, entre otras. Son acciones que se repiten igual que en la

memoria, pues son más recordadas por el cuerpo que por la mente. Y aunque estas memorias se crean a partir de la repetición y no corresponden a un recuerdo específico de importancia, sí pueden traer la *anamnesis*, que es el recuerdo evocado en el momento. Tal como menciona Ricoeur (2004) "la ruptura con la anamnesis platónica no es completa en cuanto que el *ana de anamnesis* significa retorno, reanudación, recuperación de lo que antes se vio, se sintió o se aprendió; por lo tanto, significa, de alguna forma, repetición" (p. 47) De este modo, a partir de una rutina asociada a la *mneme*, se puede ayudar a evocar un recuerdo significativo.

Por otro lado, al intentar las actividades, nos dimos cuenta de que sí mejoraba en el momento de tener su mente activa y enfocarla en otra cosa que no fueran sus pensamientos involuntarios sobre la enfermedad. Sin embargo, seguía teniendo muchos episodios fuertes que derivaron en alucinaciones. Vimos entonces que ya no podíamos sobrellevar la situación, así que decidimos intentar con el medicamento, aunque sabíamos que iba a tomar tiempo para que le hiciera efecto o que tal vez no funcionara. Aun así, era un riesgo que estábamos dispuestos a afrontar como familia.

Después de unos meses, el medicamento comenzó a hacer efecto, pero mantenía a mi abuela muy somnolienta. Algunas veces se quedaba mirando un punto fijo, ya casi no hablaba e incluso quería estar todo el tiempo durmiendo. En realidad, era una situación que nos generaba mucho conflicto moral. No sabíamos qué era lo mejor para ella y para nosotros, ni tampoco si lo correcto era seguir haciendo actividades que mantuvieran su mente activa, aunque siguiera teniendo episodios fuertes, o mantenerla con la medicación, aunque pareciera que no estuviera casi presente. Así pues, tras hablar con la doctora, ella tomó la decisión de disminuir la dosis para evitar un cambio tan abrupto en mi abuela. Es justamente en este estado que empieza a surgir de manera

insistente la necesidad de comprender como funciona la memoria y que podemos hacer para rescatarla antes de que comience el deterioro propio de la enfermedad.

Para cerrar esta subcategoría, quisiera mencionar una idea importante que desarrolla el autor. Así pues, él considera que la memoria pertenece al pasado, al pasado de las impresiones propias del sujeto, en este caso, de mi abuela. En ese sentido, este pasado es su pasado. Es por ello que justamente la memoria cumple el papel de mantener en el tiempo a mi abuela. Esas memorias se entrelazan directamente con su identidad, de allí lo importante de rescatarlas. Finalmente, mantener latente la memoria de mi abuela me permite conocer, desde su presente hacia el pasado, quién ha sido, hasta sus recuerdos más lejanos, con esta premisa quiero dar paso a la siguiente subcategoría para comprender a fondo este concepto.

#### **2.2.1.2. Identidad.**

Para abordar el concepto de identidad, me remito a Ricoeur (2004) en el apartado titulado *Memoria personal y memoria colectiva*, el cual inicia hablando sobre la memoria individual. Esta se encuentra atravesada por una tríada compuesta, en primer lugar, por la idea de que la memoria es radicalmente singular. En ella, podemos entender que los recuerdos son propios, por ende, intransferibles y, a su vez, una posesión privada, pues corresponden a las vivencias de cada persona.

En segundo lugar, se encuentra el vínculo de la conciencia con el pasado, el cual marca la identidad. Las impresiones del pasado, propias de esa persona, permiten el repaso de la vida desde la infancia. Así pues, los recuerdos se organizan según niveles de importancia y, del mismo modo, el relato de dichas impresiones conforma una memoria que, aunque es plural, permanece en

singular, es decir, con una emocionalidad presente, pero siempre con conciencia del tiempo pasado.

Por último, en tercer lugar, se encuentra el sentido de orientación en el paso del tiempo. La persona es consciente de que está saltando entre recuerdos del pasado hacia el futuro, que en realidad es el presente vivo. Tal como dice Ricoeur (2004) en la siguiente afirmación:

La operación descriptiva consiste, entonces, en clasificar las experiencias relativas a la profundidad temporal desde aquellas en las que el pasado se adhiere, de alguna forma, al presente, hasta aquellas en que el pasado es reconocido en su dimensión pasada del pasado. (p. 45)

Sobre lo cual comprendo que la operación descriptiva consiste en clasificar los sucesos en relación con el tiempo, es decir, la manera en que percibimos la relación entre el pasado y el presente. Es por ello que, hay algunas experiencias en las que el pasado sigue presente de alguna forma, ya sea a través de recuerdos vívidos, emociones muy marcadas o tradiciones familiares, así como hay algunas en las que el pasado es visto únicamente como algo distante y terminado, sin una influencia en el presente.

Dicho lo anterior, desde el caso de mi abuela podemos observar, a partir de los conceptos de la tríada, por ejemplo, la memoria individual, pues es aquello que conforma su identidad. Tal como afirma Ricoeur (2004) "Con su amenaza de partición interna, tiende entonces a anticiparse a la conciencia: pero es la existencia continuada la que, en último análisis, 'crea la identidad'" (p. 140).

Así pues, son los recuerdos propios del pasado y las vivencias de su vida hasta el presente. Por esta razón, me parece importante comprender que, debido a la pérdida de memoria propia de

su condición, su identidad puede ir quedando en el olvido poco a poco con el pasar del tiempo. A partir de lo anterior, considero importante buscar una manera de recolectar su identidad. Si bien ya no es la misma de antes de su enfermedad, sí está claro que aún conserva una gran cantidad de recuerdos y vivencias pasadas que la mantienen en el presente.

Aunque es doloroso saber que en un futuro algunos recuerdos desaparecerán, mi idea es recolectar los que aún están latentes en este momento para recordárselos más adelante. De este modo, podré intentar evocar continuamente su identidad, contribuyendo a que siga teniendo una buena calidad de vida dentro de las posibilidades.

Para continuar desarrollando el concepto, Ricoeur (2004) menciona en su libro, desde la sociología, el "singular del yo", que reside en la memoria, es la identidad, la cual está relacionada directamente con la conciencia y, Además, se construye por medio del lenguaje y las palabras. La identidad también se constituye a través del proceso en el que la mente es capaz de reflexionar sobre sí misma, ya sea de manera pasiva, refiriéndose a las percepciones, o de manera activa, que es el poder de la mente al transformar los pensamientos. Esto le permite al sujeto apropiarse de sus experiencias, en tanto es capaz de revisarlas y redefinir la forma en que se relaciona con ellas.

Por ejemplo, aunque una persona cambie su forma de pensar, gustos, estilos, intereses o estilo de vida, todos los que lo conocen siguen reconociéndolo como el mismo sujeto, ya que, aunque haya experimentado mucho, su identidad sigue intacta debido a la continuidad de su conciencia de sí mismo y sus recuerdos. Otro ejemplo podría ser cuando uno toma una decisión en el pasado ya sea de hace unos años o de hace una hora, puede que en el presente la opinión sobre la decisión que se tomó ya no sea positiva y esté en desacuerdo con lo que se hizo. Esto le pasaba mucho a mi abuela antes de la enfermedad ya que a veces incluso cambiaba de opinión con la ropa que se ponía, después de unas cuantas horas de habérsela puesto. Eso no quiere decir que ella

pierda su identidad y después encuentre otra, solo significa que en su propia identidad cambiaba mucho de ropa.

Sin embargo, debido a la enfermedad, sus pensamientos empezaron a cambiar entre sí, ya que ella confundía a sus hermanos con sus hijos y a sus hijos con sus nietos, así como mucha información que se pensaría es de gran importancia para ella. Esto podría provocar un cambio en su identidad, ya que se podría decir que ella no estaba en control del reflexionar sobre sí misma; no era consciente de si había una pérdida de memoria. Al mismo tiempo que nosotros como su grupo familiar reconocemos que ella ya no es “ella misma”.

En otro orden de ideas Ricoeur (2004), desarrolla el concepto de identidad colectiva, la cual se comprende como las interpretaciones sociales que nos generan identidad como colectivo, como, por ejemplo, pertenecer a la misma sociedad, al mismo departamento, a la misma cultura, etc., que a su vez nos pueden dar una identidad regional. Es decir, compartimos experiencias enmarcadas bajo los mismos sistemas o costumbres que influyen en rasgos parecidos a nuestra identidad; sin embargo, se enraíza de forma singular, pues es una focalización profunda en la reflexión, la capacidad de verso a uno mismo en otros tiempos.

Para relacionar este concepto con la vida de mi abuela, considero que es importante el lugar donde nació y sus raíces. Se podría representar como una persona boyacense, católica, verraca, trabajadora, que se esfuerza y es feliz siendo una persona activa en lo que le gusta. Se puede decir que estas características de su identidad están enraizadas en esta región del país, con las costumbres y ritmos de vida de su hogar primario. Así pues, es esta la identidad que quiero que de alguna manera quede registrada, para que no se pierda en un futuro, ni para ella ni para los que la amamos.

Para finalizar esta subcategoría quisiera cerrar con la idea de que es imposible reflexionar sobre algo sin ser consciente de que se está reflexionando sobre algo, tal como afirma Ricoeur

(2004) “Pues la conciencia acompaña siempre al pensamiento; ella es quien hace que cada uno sea lo que llama sí y quien lo distingue de todas las otras cosas pensantes” (p. 137). Sin embargo, la toma de decisiones frente a las impresiones no pertenece al mismo momento, debido al proceso de reflexión. Además, propone que la identidad del hombre es tan simple de comprender como la participación en su propia vida, lo que finalmente genera su identidad personal. Asimismo, en la identidad compartida en donde se nos asigna el nombre, y, a pesar de que lo elige otra persona, nos define durante toda la vida. Con esto en claro quiero dar paso a la siguiente subcategoría.

### **2.2.1.3. Familia.**

Para iniciar un diálogo, quiero retomar a Ricoeur (2004), quien aborda el concepto de la familia en el apartado titulado "*Tres sujetos de atribución del recuerdo*", donde identifica tres actores clave en la memoria: el individuo, los colectivos y los allegados. Según él, la memoria colectiva social constituye lo que entendemos como memoria pública, la cual forma parte de la comunidad a la que pertenecemos. En este contexto, y como mencioné anteriormente, recibimos un nombre que nos asigna otro miembro de la familia, que es el grupo con el que compartimos nuestra convivencia diaria. Es en esta interacción familiar donde se forma nuestra experiencia personal. De manera paralela, nuestra conciencia se desarrolla junto con la conciencia de las personas con las que crecemos desde la infancia.

En línea con lo anterior, podemos decir que el nombre de mi abuela, Ana María, fue elegido por su madre y, de alguna manera, en la identidad de ambas, está presente la otra. Sin embargo, la que lo tendrá por el resto de su vida es mi abuela, e incluso con su enfermedad de por medio, hasta el día de hoy lo recuerda y recuerda quién se lo otorgó. Ese es solo un pequeño ejemplo del principio de nuestra identidad, pero, en realidad, a lo largo de nuestras vidas, la familia siempre

estará ahí para hacer parte de la creación de la conciencia, por ende, de la identidad, sea para bien o para mal. En mi abuela influyó, y aún lo hace, su familia. Me refiero a "para mal" en el sentido en que a veces la lastimaron, y eso también hace parte de su conciencia, aunque han sido más las personas que la amamos y queremos lo mejor para ella. Sé que las personas que más recuerdan hacen parte de ella desde el amor; incluso, el amor de madre es más fuerte que la irresponsabilidad de un hijo con ella.

Para comprender mejor el papel de la familia, Ricoeur (2004) presenta una triada fundamental:

Comunidad, tiempo y espacio. Estos tres elementos son esenciales para definir nuestra relación con los allegados y el entorno en el que nos desarrollamos. Pues es en la comunidad donde nos desarrollamos de forma simultánea con nuestros hermanos, en una época determinada generacionalmente y en un territorio que marcara nuestros hábitos y costumbres.

Por ende, tal como explica Ricoeur (2004), entre la memoria individual y la memoria colectiva, existe una memoria compartida con los allegados, quienes ocupan un lugar cercano en nuestra vida. Estas relaciones dinámicas de proximidad filial, así como las de amistad o conyugales, son fundamentales. Aunque las personas cambian con el tiempo, los allegados mantienen vínculos muy cercanos con nosotros, ya que comparten experiencias significativas a lo largo de la vida. Además, son testigos de los dos acontecimientos que limitan la existencia humana: nacer y morir. En ambos casos, la familia está presente para acompañarnos, lo que refuerza la idea de que son relaciones esenciales, fundamentadas en el afecto, la estima y la atención mutua. Estos vínculos perduran a lo largo del tiempo, independientemente de si aprueban o desaprueban

nuestros pensamientos, ya que lo importante es el amor y la aceptación de nuestra existencia tal como es.

Se sabe que las personas que acompañaron a mi abuela en su nacimiento ya no serán las mismas personas que la acompañen en sus últimos días, en todo caso ambos sucesos fueron y serán con amor desde las personas que creemos que tiene una parte fundamental en nuestras vidas y también hace parte de nuestra identidad y viceversa. Es por ese valor de familia y el lazo tan fuerte que tenemos, que me parece tan significativo darle el lugar de importancia a su conciencia, cuerpo y vida.

Ahora bien, Cancian (1991) en su libro *La familia: un sistema relacional*:

Describe a la familia como un todo orgánico compuesto por un grupo de individuos interconectados. De esta manera, el cambio en uno de los miembros afecta a los demás, y, a su vez, la unidad familiar puede verse influenciada por situaciones externas. En este sentido, la familia funciona como un microsistema en constante interacción dinámica y transformación.

Dicho esto, siento que, como núcleo familiar, estamos los que vivimos con ella, y lo que le pase a ella tal vez no les afecte directamente a los demás miembros que no hacen parte de nuestro hogar. Sin embargo, nosotros sí somos directamente afectados por todo lo que le pase a ella, y, así mismo, nuestra unidad familiar. Recuerdo mucho que, cuando empezaron todos los síntomas, sobre todo los más fuertes, fue difícil para cada uno de nosotros vivir esta situación en la casa, y comenzó a afectar nuestra vida fuera de ella, ya que nos daba mucho sueño en el trabajo, la universidad y demás lugares, además del estrés que empezamos a sentir todos. Esto también se reflejaba en el trato entre nosotros, con problemas como discusiones fuertes y enojos involuntarios.

Por esta razón, también buscábamos una tranquilidad tanto para ella, en su bienestar y su calidad de vida, como para nosotros, que estamos directamente relacionados.

Para comprender este proceso, Cancian (1991) menciona dos procesos clave: el proceso de continuidad y el proceso de crecimiento. En el desarrollo de estos procesos, introduce el concepto de "tendencia homeostática", que hace referencia a la capacidad de la familia para buscar un estado de equilibrio o tranquilidad dentro de sus propias dinámicas. Sin embargo, esta tendencia homeostática también implica que la familia posee una capacidad transformadora, adaptándose según sea necesario para mantener ese equilibrio. Es decir, las familias harán lo necesario para preservar su estabilidad, adaptándose a los cambios internos y externos que se presenten.

Posteriormente, se centra en explicar cómo funcionan los sistemas familiares con comportamientos patológicos y Cancian (1991) explica que:

A raíz de las patologías, es probable que las familias tiendan a generar reglas rígidas para mantener un equilibrio homeostático tanto del paciente psiquiátrico como del sistema familiar en conjunto. Al mismo tiempo, dentro de la familia, hay una retroalimentación positiva con el fin de mejorar la relación familiar.

Así pues, me siento identificada con esta idea, ya que puedo tomar como ejemplo cuando nos tocó empezar a amarrar la ventana para que mi abuela no le pidiera medicamentos que no necesitaba a las personas que pasaban por la calle, o cuando tuvimos que encadenar las neveras y los muebles de la cocina, además de quitar las sillas que estuvieran a la vista, porque ella se quería comer todo lo que encontraba y nos daba miedo que le hiciera daño para su diabetes o colesterol.

También se subía en las sillas cuando bajaba al primer piso para alcanzar algo que quería, y nos daba miedo que se cayera y se lastimara. En esta serie de cambios, también tuvimos que cerrar su baño y abrirlo solo en horarios que organizamos, ya que ella entraba muy seguido, pues su síntoma más fuerte es la constante sensación de querer ir al baño, y la doctora nos dijo que, si no le controlábamos la entrada al baño, podía perder el control de sus esfínteres. En fin, tuvimos que hacer infinidad de cambios para poder adaptarnos a la situación y así hacer la vida de ella y de nosotros, como familia, más armoniosa, encontrando la homeostasis del equilibrio.

Ahora bien, en palabras de Cancian (1991):

La familia puede entenderse como un sistema activo y autogobernado, en el cual se establecen reglas que se adaptan mediante la prueba y error, que permite que todos los miembros tengan claridad sobre lo que, si está permitido y lo que no, por lo cual los acuerdos internos deben ser constantemente reformulados y adaptados según las condiciones que surgen dentro del núcleo familiar. Esto puede generar tensiones, las cuales ella divide en dos tipos: tensiones introsistémicas y tensiones intersistémicas.

Primeramente, las tensiones introsistémicas surgen por eventos dentro de la familia, como el nacimiento de un hijo, un divorcio, o una pérdida por luto, entre otros. Por otro lado, las tensiones intersistémicas se originan a partir de factores externos que afectan a la familia, tales como mudanzas, cambios de empleo, situaciones políticas o ambientales. En ambos casos, el proceso de adaptación es crucial para mantener la continuidad de la familia. A medida que las dinámicas familiares se transforman, el sistema busca restablecer su equilibrio homeostático. Para complementar esta idea presento la siguiente cita en la que Cancian (1991) se remite a Minuchin (1977), un reconocido psicoterapeuta que trabajó en comprender como funcionan las familias y como se adaptan a diferentes ciclos de vida y a las exigencias sociales que las afectan.

Según (Minuchin 1977) citado por Cancian (1991):

La familia como sistema en constante transformación, o bien como sistema que se adapta a las diferentes exigencias de los diversos estadios de desarrollo por los que atraviesa. (exigencias que cambian también con la variación de requerimientos sociales que se le plantean en el curso del tiempo), con el fin de asegurar continuidad crecimiento psicosocial a los miembros que la componen (p.18).

En línea con lo anterior y para situar estos conceptos, quiero relacionarlos con la experiencia de mi abuela quien tuvo muchos cambios que marcaron una etapa específica de su vida y trajeron tensiones intersistemáticas, como el hecho de dejar de trabajar, lo cual, aunque le gustaba porque había conocido gente muy amable e importante para ella, como su familia, consideramos que era necesario. Por otro lado, el hecho de mudarse del barrio Rincón de Suba, donde tenía la mayor parte de su vida social y relaciones afectivas, al barrio Pinar de Suba, donde no conocía a nadie, fue un cambio abrupto. Sin embargo, como familia lo afrontamos y fue más sencillo cuando llegó la pandemia, pues pudimos compartir más tiempo de calidad entre nosotros.

Por otro lado, la *enfermedad de demencia senil* es una experiencia totalmente diferente; sin embargo, marca de manera importante a nuestra familia, y es allí donde entran las *tensiones intrasistemáticas*, en las que tuvimos que adaptarnos de diversas formas, como ya se mencionó antes, y, igualmente, ayudarla a ella a que entendiera el cambio que estaba atravesando. Al principio, ella se preguntaba muchas cosas, entre ellas: ¿qué me pasa? ¿Por qué me está pasando esto a mí? Y aunque en algún momento todos tuvimos las mismas dudas, después de recibir el diagnóstico, pudimos sentarnos con ella tranquilizarla y explicarle de manera amorosa y con la comprensión que teníamos todo lo que estaba sucediendo.

Para finalizar este apartado y retomar un poco la teoría Cancian (1991) en su libro, explica que cuando un individuo presenta un diagnóstico psiquiátrico, atraviesa un proceso de descompensación con su entorno. Primero, este impacto se siente a nivel individual, pero con el tiempo afecta también al entorno familiar. Es en este momento cuando se pone a prueba el equilibrio dinámico de la familia como grupo. Cada miembro, en su rol dentro del sistema relacional, debe adaptarse a este nuevo punto de equilibrio, reconociendo la influencia del individuo “perturbado” dentro del sistema social en su conjunto.

Me gustaría también cerrar esta categoría con la siguiente cita de que abre paso al siguiente apartado, Lugar:

Ricoeur (2004) afirma

Es particularmente elocuente y precioso el recuerdo de haber vivido en tal casa de tal ciudad o el de haber viajado a tal parte del mundo; teje, a la vez, una memoria ínfima y una memoria compartida entre próximos: en estos recuerdos tipo, el espacio corporal está vinculado de modo inmediato al espacio del entorno (p. 191).

#### **2.2.1.4. Lugar.**

Con esta subcategoría cerramos a la categoría de Memoria. Ahora sí, para adentrarnos en el tema, nos remitimos a Ricoeur (2004), en el capítulo dos, *Historia epistemológica*, donde explica cómo las mutaciones que afectan la memoria están relacionadas con el espacio y el tiempo.

El espacio, para Ricoeur (2004), es el lugar en el que el sujeto se desplaza, mientras que el tiempo es el contexto en el que se desarrollan los hechos. En este sentido, introduce el concepto de espacialidad corporal, en el que describe cómo el cuerpo se relaciona con el entorno. Por

ejemplo, el cuerpo en la casa de origen se comporta de manera distinta al cuerpo en una casa en el campo o en una ciudad.

En relación con esta idea, Augé (1998) menciona que esta forma en la que habitamos el espacio no corresponde necesariamente a una vida paralela, sino que está preservada en nuestro interior. Por lo tanto, no envejece, pues está entrelazada a un vínculo que va más allá del tiempo. Es como si esos espacios estuvieran accesibles para nosotros por medio del recuerdo y del vínculo emocional que tuvimos en dicho lugar.

En este sentido, el proceso de adaptarse a un lugar nuevo siempre trae cambios a la vida, y a veces es difícil pasar de un espacio grande a uno más pequeño, como lo fue para nuestra familia. Recuerdo mucho que, en especial para mi abuela, cuando nos mudamos del barrio Rincón al barrio Pinar ambos ubicados en la localidad de Suba, el primer cambio notable fueron las escaleras. Eran más estrechas, y ella se sentía apretada al subirlas, pues las anteriores eran mucho más amplias. De hecho, apenas pisaba el primer escalón del primer piso, ya se podía ver el techo del segundo.

Aunque justamente esto es lo que cobra importancia al hablar de los espacios, pues, tal como afirma Ricoeur (2004) "Se ofrece a la memoria como diversidad recorrida y retenida de los lugares y de los momentos de los que la memoria forma un conjunto" (p. 139). La memoria y la identidad se construyen en la diversidad de experiencias, momentos y lugares. Es por ello que al hablar de *espacialidad corporal* nos referimos a las experiencias vividas del cuerpo, en las que la persona se emplaza y se desplaza en un lugar específico. En este proceso, el cuerpo adquiere nociones de ubicación, tales como altura, lejanía, cercanía y orientación, las cuales también influyen en la memoria puesto que se desarrollan al relatar un recuerdo.

No obstante, Ricoeur (2004) también comprende el espacio no solo como un lugar físico, sino como un lugar de residencia y resguardo, como lo puede ser la casa. Es por ello por lo que Ricoeur (2004) afirma: "Es cierto que mi lugar está donde está mi cuerpo" (p. 192).

El acto de habitar un espacio implica un proceso de construcción, de llenarlo con los objetos que acompañan la vida y de transformarlo en un lugar seguro para estar. Así pues, es importante comprender que esto sucede en relación con el tiempo y la localidad, pues, para habitar un lugar, es necesario que ese acto ocurra en un periodo de tiempo determinado y en una ubicación geográfica específica, ya sea el campo, la ciudad o los municipios.

En este contexto, y basándonos en la experiencia personal de mi abuela, si bien ella ha vivido en varios lugares a lo largo de su vida y todos forman parte de sus recuerdos e identidad, podríamos decir que los de mayor importancia son aquellos que causaron un impacto emocional más profundo en ella. Por esta razón, permanecen en su memoria y en su conciencia.

Se podría decir que los lugares más significativos para ella han sido tres. En primer lugar, el campo, donde nació, creció y guarda los recuerdos más vívidos de sus padres y hermanos. Luego, la casa de mi infancia, en la que vivimos durante 14 años, ubicada en el barrio Rincón de Suba. Allí forjó amistades y, además, tenía cerca a su hermana, sobrinos y otros familiares. Estos lazos tan importantes hicieron que la mudanza fuera difícil para ella.

Por último, está el lugar donde ha pasado su vejez y ha enfrentado su enfermedad: la casa en la que vivimos actualmente, en Suba Pinar. Aquí ha encontrado su espacio seguro en su habitación y ha formado nuevas amistades. Sin embargo, como estas personas llevan poco tiempo en su vida y no han tenido una relación demasiado estrecha con ella, ya no las recuerda con tanta claridad.

Retomando un poco la teoría para el autor es importante construir un lugar de vida, ya que tener un espacio donde se desarrollan las principales interacciones de la vida, como la casa natal, es fundamental. En este lugar se pasa gran parte de la infancia, y es el punto de partida para cuando el sujeto comienza a forjar su propio espacio. Además, aborda el concepto de plan urbanístico en ciudades como Bogotá, donde las temporalidades y los espacios están diseñados para el desplazamiento, como las avenidas y calles. Esto crea una noción de cercanía y lejanía desde el punto de vista de la casa: por ejemplo, a las personas que viven en el norte de la ciudad, el sur les parece un lugar muy lejano.

Así pues, considero que los tres espacios de importancia para mi abuela los cuales mencioné anteriormente, tal como dice Ricoeur (2004), son sus principales interacciones de vida y por lo tanto parte fundamental de ella. Es por eso por lo que siento que, a ella le costó más dejar estos tres lugares puesto que los habito en tiempo y en espacio prolongado y se arraigó a ellos en comparación con otros, esta sensación puede ser descrita por la siguiente cita Ricoeur (2004) "unida al sentimiento de no estar en su sitio hasta no estar en casa de uno; sería el reino del vacío" (p.192). Es a partir de esto que, ir de visita a esos lugares hace que el plan urbanístico, se convierta en un recorrido personal para ella y su mente. Como lo fue en su momento cuando dejó de vivir en Boyacá, pero cada cierto tiempo ahorra e iba a visitar a la hermana; o cuando dejó de vivir en el Rincón y los lunes, miércoles y viernes, se transportaba hasta su nueva casa, hasta allí.

Es por ello, que para ampliar mi visión sobre los espacios me interesa la perspectiva de *Especies de espacios* de Peric (1999), pues el autor se interesa por entender el interior de los espacios, cómo se delimitan y el sentido que les asignamos. Se plantea preguntas como: ¿cuándo un espacio se vuelve mi espacio? ¿Por qué decidimos que ciertos espacios son propios, mientras

que otros son comunes? Es así que él dedica su obra a analizar los diferentes espacios con los que se relaciona, explorando cómo los habitamos y qué significado les damos.

En particular, uno de los espacios clave en su libro es el espacio-habitación, el cual me llama la atención ya que es el espacio donde mi abuela pasa la mayor parte de su tiempo. Es un lugar que ella percibe como cómodo y seguro. El emplazamiento, es decir la forma en esta organizado está cuidadosamente pensado: cada objeto tiene una razón de estar en su lugar. En el caso de mi abuela, su cuarto es sencillo y ordenado de tal manera que le permite ver la televisión cómodamente, comer en su mesa sin tener que subir y bajar escaleras, abrir y cerrar su armario con facilidad, y evitar dormir cerca de la ventana para que no sienta frío. Es por ello por lo que puedo decir que su habitación y la forma en que está ubicada responde tanto a sus necesidades físicas como a sus preferencias personales.

Es así, para Perec (1999), la habitación un espacio donde habitan lo que él llama su fortuna: objetos sencillos que acumula y que lo llevan a momentos significativos de su vida. Es justamente la relación con estos objetos lo que hace que su habitación sea el espacio para reavivar sus recuerdos fugaces y esenciales, así como dar lugar a las mayores revelaciones que surgen en este lugar. Sin embargo, en cuanto al recuerdo en la habitación, este se refiere a los acontecimientos que han tenido lugar en este espacio. Aunque en la historia de la habitación actual de mi abuela no hay muchos sucesos importantes que resaltar, es relevante mencionar que allí se desarrolla su rutina, pues realiza sus ejercicios físicos, juega juegos de mesa, y lleva a cabo actividades como escribir y colorear, lo que enriquece la relación que tiene con ese espacio.

En línea con lo anterior, Perec (1999) también analiza la relación entre el espacio físico y el cuerpo, destacando cómo las rutinas se acomodan al habitar un espacio. Por ejemplo, la forma en que mi abuela tiende su cama se sienta en la silla en la que come tres veces al día, saca y escoge

la ropa de su armario después de bañarse, corre la cortina para dejar entrar el sol o sale al baño que es otro de los espacios que más utiliza en la casa, además de su habitación.

Con respecto a esto, Perec (1999) subraya la importancia de las rutinas dentro de la casa, que, como mencioné, configuran el modo en que habitamos el espacio. Mi abuela, por ejemplo, sigue rutinas como salir al baño a horas específicas, bañarse por la mañana, cepillarse los dientes después de cada comida y subir o bajar sus platos. Estas prácticas no solo organizan el tiempo, sino que también crean una relación profunda con el espacio de la casa.

Finalmente, y para cerrar esta subcategoría, Perec (1999) reflexiona sobre el espacio-campo, al que considera un país extranjero para quienes viven en la ciudad. Las rutinas y labores en el campo son diferentes a las de la ciudad, y los conocimientos que los campesinos tienen sobre el entorno son muy distintos a los urbanos. En el campo, las personas comparten relatos y desarrollan una especie de compañerismo que no existe en la ciudad.

Además, Perec (1999) menciona la relación con la rutina compartida en el campo, donde el horario de las comidas, el cuidado de los animales y los conocimientos sobre el clima, la tierra y la comida son fundamentales para la vida diaria.

En este sentido, quisiera retomar brevemente el tema de la identidad, pues la construcción de la persona que es mi abuela sucedió en el campo. Es por ello que características como la diligencia y la verreaquera significan casi una herencia territorial y de costumbres propias de esa región del país.

### ***2.2.2. Olvido***

Para abrir la conversación de la segunda categoría, *Olvido*, me parece importante tener en cuenta que el olvido es, en términos naturales, el antagonista de la memoria. Sin embargo, yo no

lo comprendía de esa manera. Lo veía como algo que simplemente sucedía en la cotidianidad. Por ejemplo: se me olvidó la billetera o se me olvidó lo que me contaron hace un mes, todo dentro de lo “normal”.

Posteriormente, cuando mi abuela fue diagnosticada, en realidad no comprendía mucho de qué trataba su condición, pues hasta ese momento solo había escuchado de la enfermedad y sabía que era una enfermedad mental. Entendía la demencia como una enfermedad general; no sabía que existían diversos tipos dentro de la misma.

Asimismo, pensaba que el olvido en esta enfermedad era solo olvidar algunas cosas; no me imaginé que iba a repercutir en otros aspectos, como la dificultad en el aprendizaje, las alucinaciones, entre otros síntomas.

Con esta breve introducción al tema, propongo como referentes teóricos para la categoría de Olvido que contiene las subcategorías *La pérdida de la huella* y *Demencia Senil y Aduldez Mayor*. Así pues, Ricoeur (2004) en su libro *La historia, la memoria, el olvido* aborda el concepto de olvido una perspectiva filosófica, fenomenológica y neurocientífica. Me interesa su perspectiva, ya que lo tomé referente para memoria y considero importante la forma en la que aborda el concepto de olvido. Por otro lado, desde una mirada antropológica Auge (1998) en su libro *Las formas del olvido* aborda este concepto a partir de una visión que reúne las perspectivas que ofrecen diversas culturas alrededor de este tema. Finalmente, para abordar el concepto de Demencia Senil y Aduldez Mayor, me pareció importante el trabajo de Ruiz (2010) en el capítulo *La perspectiva del transcurso vital* donde aborda la relación entre la psicología social y la psicología del desarrollo en el contexto del envejecimiento, proponiendo una perspectiva crítica y contextual del transcurso vital.

Así mismo, utilicé los datos sobre demencia senil de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023) y a Pinedo (2016) y su publicación en la *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública* en donde aborda desde una perspectiva social y crítica la salud con esta población. Así, mismo Pucha-Quito, con su artículo *El fortalecimiento cognitivo enfocado a la demencia senil con el desarrollo de un panel de colores* (2019) publicada en la *Revista Científica Dominio de las Ciencias Vol. 5*. Con esto aclarado, doy inicio a la primera subcategoría.

### **2.2.2.1. La pérdida de la huella.**

Para comenzar a desarrollar este concepto, me parece clave proponer la visión de Ricoeur (2004), quien entiende el concepto de olvido en su obra en términos de que existe bajo el signo del recuerdo. Esto genera un enigma interesante: ¿cómo puedo saber que he olvidado algo si no recuerdo que lo he olvidado? En el capítulo titulado *La memoria: la lucha contra el olvido*, Ricoeur (2004) explica que el olvido está relacionado con la memoria del pasado y lo conecta con temas como el perdón, la culpabilidad y la reconciliación con lo vivido. El olvido, en este sentido, es visto como una debilidad de la memoria. En esta sección, Ricoeur (2004) también introduce el concepto de las "huellas" y las clasifica de tres maneras:

En primer lugar, existe la *huella escrita*, que se refiere a la *huella material* o documental, es decir, la extensión física de lo que hemos hecho en nuestras vidas. En segundo lugar, se encuentra la *huella psíquica*, que tiene que ver con las emociones, creencias y la forma en que nuestra mente se ve afectada por estas experiencias. Y, por último, la *huella cerebral*, que se refiere al cerebro como órgano, el cual también conserva huellas de lo vivido.

Así pues, en el caso de mi abuela, ella mantiene intacta su *huella documental*, ya que guarda todo tipo de objeto que considera importante para ella, como lo son regalitos que le dan las

personas más cercanas, como manualidades que hace, o fotografías y no son todas, son las más importantes para ella. Creo que eso hace que ella tenga una huella personal, pero también compartida con nosotros, porque si ella llegara a olvidar alguno de esos objetos, nosotros estaríamos para ayudarle a recordar y creo que es lo que hace especial de esos objetos que son parte de su conciencia y por ende de su identidad ya que la importancia a cada objeto se la da ella porque no quiere olvidarlos.

Por otro lado, desde la *huella psíquica* creo que mi abuela ha perdido gran parte de emociones ya que ella ya no reacciona mucho a estar feliz o triste, tampoco reacciona a situaciones que probablemente le afectarían, como la muerte de un hermano y cuando le contamos con mucha delicadeza porque teníamos miedo de que le afectara incluso físicamente; ella solo se quedó sin decir nada y dijo: pues ojalá este bien; también ha dejado de ser cariñosa en muchos sentidos, o incluso cosas que le emocionaban demasiado antes como jugar y ganar en Rana, ya no le da mínimo interés; cosas que la hacían enojar como la injusticia hacia algo, ahora le da igual; en ocasiones incluso pierde el pudor o el desagrado.

Así mismo, desde sus creencias podemos ver un cambio ya que ella toda su vida ha sido católica, y aunque en este momento del presente se acuerda cuál es su religión, ya no habla mucho de Dios, ni reza, como cuando lo hacía a diario. Creo que ahí es cuando la *huella psíquica* empieza a quedar en el *olvido* y es más difícil de recuperar, por eso me interesa tanto recopilar esas memorias que incluyen su emocionalidad. Pues tal como menciona Ricoeur (2004) "La búsqueda del recuerdo muestra efectivamente una de las finalidades principales del acto de memoria: luchar contra el olvido" (p. 50).

De igual forma, al analizar la *huella cerebral* desde la enfermedad, los exámenes muestran ciertas afectaciones, como el desgaste neuronal. Esto significa que no hay solución, ya que las

neuronas no se regeneran y, con ellas, los recuerdos también se pierden. Ella no puede recordar lo que ha olvidado, y nosotros tampoco podemos saber qué recuerdos existieron si nunca nos habló de ellos, quedando así en el olvido total. En relación con esto, Ricoeur (2004) explica que la huella documental, en muchos casos:

Sirve como soporte para la *huella mental*, que corre el riesgo de ser alterada o manipulada.

Esto se debe a que tanto la huella psíquica como la huella cerebral pueden ser alteradas.

De esta manera, la huella cerebral, al ser modificada, también podría borrar o cambiar los recuerdos psíquicos.

En línea con lo anterior, en el texto se aborda el concepto de olvido profundo, que está relacionado con lo que él llama la *huella mnésica*. Este tipo de olvido se comprende como el olvido total, pues significaría que tienen que desaparecer las tres huellas mencionadas anteriormente.

Por otro lado, Ricoeur (2004) explica que la huella psíquica, en particular, puede almacenar recuerdos que, aunque inaccesibles, siguen siendo parte de nuestra mente en el inconsciente. Por ejemplo, mi abuela aún refleja un sentimiento hacia mi tío (su hijo). Aunque él no ha estado muy presente en su vida, ella siempre ha tenido una preferencia por él, por lo que su sentimiento hacia él es más fuerte que hacia cualquier otra persona de la familia. A pesar de que él la llama muy poco, cuando hablan, aún se ve el afecto que ella le tiene, un afecto que ahora solo guarda por personas que ocupan ese grado de importancia en su vida.

Ricoeur (2004) menciona brevemente la relación entre la *huella mnésica (la huella del olvido)* y la representación de la imagen pasada. Sin embargo, señala que el cuerpo es un cuerpo psíquico, lo que significa que guarda memoria desde lo fisiológico. Por esta razón, a veces el cuerpo reacciona a situaciones que la mente ha olvidado. Un ejemplo de esto es cuando alguien va

a un lugar y experimenta ansiedad, lo que en realidad es el cuerpo respondiendo a una memoria olvidada.

En relación con lo mencionado, recuerdo que los médicos dijeron que los actos muy marcados de mi abuela eran manifestaciones de traumas reprimidos en su inconsciente. Aunque no es una certeza, la postura de Ricoeur me hace pensar que los dos actos más fuertes de su enfermedad, tanto para ella como para nosotros, fueron: primero, que alucinaba con excremento y sentía que estaba en todas partes; y segundo, que escupía constantemente en cualquier lugar, incluida toda la casa. Son situaciones que, aunque no tienen una explicación clara, me hacen pensar que, tal vez, su cuerpo psíquico estaba expresando una experiencia o trauma vivido que no podía recordar.

Así mismo, Ricoeur (2004) amplía el concepto de la huella cerebral o cortical, que se refiere al funcionamiento fisiológico del cerebro. Además, explicaba desde la neurobiología que una experiencia traumática en el córtex cerebral (la parte externa del cerebro) puede dejar marcas significativas generando tal como se observa en personas que han pasado por trastornos mentales.

Para finalizar, el olvido es un proceso social tal como afirma Ricoeur (2004) "En una palabra, se deplora el olvido como se deplora el envejecimiento o la muerte: es una de las figuras de lo ineluctable, de lo irremediable" (p. 546). Así mismo, Ricoeur (2004) explica que el olvido es una parte natural de las funciones de la huella cortical. Sin embargo, en el caso de patologías cerebrales, el olvido afecta la funcionalidad fisiológica del cerebro, dejando lo que él llama una "cicatriz neurológica". Este tipo de alteración tiene un impacto en el comportamiento y estimula ciertas áreas cerebrales. Esta es precisamente la situación que experimenta mi abuela, cuyos cambios en la memoria y el comportamiento están relacionados con este tipo de alteraciones neurológicas. Considero que estas palabras de Ricoeur (2004) describen precisamente la situación.

"No es sólo el carácter penoso del esfuerzo de memoria el que da a la relación ese matiz de preocupación, sino también el temor de haber olvidado, de olvidar todavía más, de olvidar mañana realizar tal o cual tarea" (p.50).

Ahora bien, desde una mirada antropológica Auge (1998) aborda el olvido analizando las tres figuras del olvido que se relacionan con los tres tiempos: pasado, presente y futuro. Las formas del olvido son:

En primer momento se encuentra el *retorno*: así pues, se enfoca en volver o recuperar el pasado perdido o más antiguo, dejando de lado tanto el presente como el pasado inmediato. Esto quiere decir que la persona enfoca todo su presente en vivir o recordar lo que sucedió en su pasado, como si no pudiera dejarlo ir, condenando su presente y su futuro. El autor pone de ejemplo al Conde de Montecristo quien, tras una traición, vive su presente que un deseo de venganza por aquel tiempo pasado, envenenando su presente.

El segundo momento corresponde al suspenso: Aquí se busca recuperar el presente, enfocándose exclusivamente en él, sin considerar el pasado ni el futuro. Esto implica una renuncia al "yo" anterior, lo que puede llevar a una estetización del momento presente. Un ejemplo sería el proceso de actuación en una obra de teatro, donde el actor renuncia a su identidad anterior para sumergirse completamente en el papel hasta que alguien declare el final de la obra.

Por último, el tercer momento es el comienzo: Esta forma del olvido se centra en el futuro, olvidando el pasado, y sostiene que desde el presente se puede construir un futuro nuevo sin antecedentes. Así, todos los futuros son posibles e iguales. Un ejemplo de esto es el nacimiento, donde el futuro está completamente abierto.

En línea con esto, Auge (1998) describe la relación entre las figuras del retorno y del inicio. El inicio es vivido por el iniciador y, con el paso del tiempo, este mismo individuo inevitablemente

se convierte en observador del retorno. Así, al tomar decisiones que cambian nuestras vidas, con el tiempo volvemos a conectar con el momento en que decidimos iniciar ese cambio. Esto se relaciona con lo mencionado en el apartado de identidad, donde el proceso de reflexión nos permite transformarnos constantemente. Sin embargo, para el autor, el tiempo presente es el único que permite la conjugación del olvido, ya que solo desde el presente se puede remitir al pasado o proyectarse hacia el futuro.

Por otro lado, se introduce la idea de que todos pertenecemos a ritualidades, temporalidades y colectividades, incluso como individuos. Esto nos lleva al concepto de memoria colectiva, donde la colectividad y la individualidad se construyen simultáneamente, dando forma a nuestra identidad.

En relación con el olvido, Auge (1998) señala que esto puede ocurrir tanto de manera plural (colectiva) como singular (individual). Sin embargo, Auge (1998) afirma: "Lo que significa que hay que ser como mínimo dos para olvidar, es decir, para gestionar el tiempo" (p. 30). El olvido definitivo solo ocurre cuando todas las personas que conocieron al sujeto lo han olvidado.

En relación con lo anterior, Auge (1998) aborda también el concepto de memoria involuntaria, estrechamente ligado a la identidad. La sociedad y la cultura están profundamente enraizadas en la herencia genética, las creencias, costumbres y tradiciones nos constituyen de manera involuntaria; es decir, nacemos con ellas y no elegimos ser parte de ellas. Como señala Augé (1998) "la experiencia de la memoria involuntaria (un sabor, dos adoquines desiguales) es la prueba de la identidad mantenida por el ser humano, pero esta prueba sólo puede ser administrada una vez olvidada" (p. 35). Un ejemplo de ello es la manera en que, desde el nacimiento, buscamos en retratos pasados indicios de nuestro parecido físico con los miembros de

nuestra familia, reflejando, así como la memoria involuntaria vincula nuestro presente con el pasado.

Finalmente, y para cerrar esta subcategoría, me parece interesante la mención de Auge (1998) sobre la reencarnación. Así pues, para él, la identidad está vinculada a la conciencia, como también lo menciona Ricoeur (2004). Sin embargo, Auge (1998) se basa en Platón para afirmar que la conciencia no puede escapar de la repetición de las vidas a través del olvido. En este sentido, el estado de felicidad, según el autor, se encuentra en el presente pleno, alejándose de la idea de uno mismo bajo el signo de la repetición. Auge (1998) afirma: "Sin embargo, quien admite la idea de inicio debe admitir también la de fin; por el contrario, el olvido del pasado, necesario a todo reinicio verdadero, es exclusivo de toda prefiguración de futuro" (p. 43).

Aquí se hace referencia a la idea de que no podemos ser siempre las mismas personas tomando las mismas decisiones, ya que, somos capaces de repensarnos una y otra vez. Así, si hay un comienzo de la identidad, automáticamente también hay un fin de la identidad anterior.

#### **2.2.2.2. Adultez mayor y demencia senil.**

Para iniciar esta conversación, es importante introducir brevemente la noción de adultez mayor. Ruiz (2010), en el capítulo *La perspectiva del transcurso vital*, nos invita a comprender el desarrollo humano como un proceso continuo, donde la vejez no representa un punto final, sino una etapa que se construye a partir de la historia personal y el contexto social. Así, no envejecemos en el vacío, sino dentro de una sociedad que moldea nuestras experiencias y expectativas sobre esta fase de la vida. Tal como menciona Ruiz (2010): "El desarrollo humano implica dimensiones contextuales, relacionales y temporales" (p. 216).

Ahora bien, es importante aclarar un concepto que suele generar confusión: el término *demencia senil*. Aunque ha sido ampliamente utilizado, su uso ha sido criticado y, en muchos

casos, reemplazado, ya que la demencia no es una consecuencia natural del envejecimiento. En realidad, este término hace referencia a la demencia en personas mayores, pero no implica que todas las personas mayores necesariamente la desarrollen.

En este contexto, me gustaría reflexionar sobre la situación de la salud en Colombia, especialmente la experiencia con mi abuela. En un primer momento, enfrentamos una negligencia médica, pues a pesar de todos los síntomas evidentes, no se lograba un diagnóstico claro. Tras meses recorriendo hospitales sin respuestas, finalmente fue remitida a psicología, donde el proceso tomó aún más tiempo sin una mejoría significativa. No fue sino hasta que la remitieron a psiquiatría que comprendimos la situación. Esto me lleva a cuestionarme: ¿cómo no lo vieron desde el principio si describimos sus síntomas y lo que vivíamos, incluidas sus alucinaciones? Así pues, la demora en el diagnóstico nos llevó a enfrentar momentos muy difíciles, al punto de considerar internarla en un centro geriátrico especializado, aunque son muy costosos y teníamos incertidumbre sobre su bienestar, lo cual nos generaban preocupación. Además, separarnos de ella nos dolía mucho. Finalmente, tomamos la decisión de cuidarla en casa y, hasta el momento, hemos encontrado la manera de brindarle la mejor atención posible. Sin embargo, esta experiencia reafirma que el acceso a un buen servicio de salud en Colombia sigue siendo un privilegio, dejando a muchas familias sin alternativas viables para el cuidado de sus seres queridos.

Retomando la teoría de Pucha-Quito (2019) *El fortalecimiento cognitivo enfocado a la demencia senil con el desarrollo de un panel de colores* publicada en la *Revista Científica Dominio de las Ciencias Vol. 5*, la demencia senil se define como un trastorno cognitivo caracterizado por un deterioro gradual e irreversible de las funciones mentales. Aunque la vejez no implica necesariamente la aparición de esta enfermedad, la demencia senil está asociada comúnmente a la tercera edad. Es así, que este trastorno no solo provoca pérdida de memoria, sino que también

afecta la capacidad para razonar y aprender, lo que, con el tiempo, tiene un impacto significativo en la personalidad del individuo. Por lo tanto, aunque la vejez no es sinónimo de demencia, es una de las condiciones más prevalentes en la población adulta mayor, lo que hace importante comprender su impacto.

Ahora bien, desde la perspectiva de la psicología del envejecimiento, se ha avanzado hacia un enfoque más flexible, alejándose de modelos rígidos y fatalistas para enfocarse en la plasticidad del desarrollo humano. A lo largo de la vida, enfrentamos pérdidas, pero también surgen oportunidades de crecimiento. Aunque procesos como la jubilación o la pérdida de seres queridos pueden ser difíciles, también son momentos de cambio con significado, especialmente cuando se cuenta con el apoyo adecuado y una actitud flexible. Tal como afirma Ruiz (2010) "las transiciones en la vida pueden ser momentos de crisis o de crecimiento, según el apoyo y los recursos disponibles" (p. 220). Además, la cultura define la forma en que entendemos y vivimos la vejez, pues no se envejece de la misma manera en todas partes; cada sociedad construye sus propias ideas y valores sobre esta etapa.

En relación con esto, mi abuela, quien tiene 82 años, ha sido parte de la población adulta mayor durante más de una década. Es por ello que años previos a la enfermedad, se benefició de un bono gubernamental destinado a personas de la tercera edad, lo que además le permitió participar activamente en diversos talleres y actividades en la Casa de la Cultura de Suba, tales como manualidades, viajes, aeróbicos y danza. Estas actividades contribuyeron a su salud física y mental. Sin embargo, cuando la enfermedad comenzó a afectarla, su salud física se deterioró. Ya no podía desplazarse sola, lo que la alejó de la Casa de la Cultura y la limitó en su capacidad para caminar por el barrio, pues temíamos que se desorientara. Con el paso del tiempo, perdió el interés por moverse, por pensar mucho e incluso por seguir su rutina.

Ante esta situación, tuvimos que adaptarnos como familia. Nos organizamos para que no pasara demasiado tiempo sola y tratamos de mantenerla activa desde casa. Realizamos aeróbicos y danza con ella, optamos por taxis en lugar del transporte público para reducir su estrés y compramos cuadernos para colorear y escribir, con el fin de estimular su cognición. Además, nos encargamos de su aseo personal, ayudándola con el baño y asegurándonos de que no se produjeran accidentes en la bañera. También estuvimos pendientes de su salud dental y la acompañamos en cada uno de esos momentos. Nos adaptamos a su nueva realidad porque entendemos que llegar a la vejez en buenas condiciones no le resta valor, sino que, por el contrario, es un derecho que merece ser respetado.

Por otro lado, OMS (2023), registra que más de 55 millones de personas en todo el mundo viven con demencia, y más del 60% de ellas se encuentran en países de ingresos medianos y bajos. Sobre esto es importante mencionar que esta enfermedad afecta significativamente a las mujeres, quienes no solo la padecen mayormente, sino que también asumen el rol de cuidadoras con las personas que padecen demencia. Ahora bien, esta condición tiende a empeorar con el tiempo y ciertos factores incrementan el riesgo de desarrollar este tipo de demencia tales como: la hipertensión arterial, niveles elevados de azúcar en la sangre (diabetes), el exceso de peso u obesidad, el tabaquismo, el consumo excesivo de alcohol, la falta de actividad física, el aislamiento social y la depresión.

En lineal con lo anterior, existen varios signos y síntomas que pueden ser identificados en personas que padecen demencia, ya que, en ocasiones, los problemas de conducta y el cambio de humor ocurren antes que los relacionados con la memoria. Debido a esto, las personas con esta enfermedad requieren asistencia diaria para manejarla. Así pues, la OMS (2023), menciona varios signos y síntomas tempranos, tales como:

Olvidar sucesos recientes, perder objetos, desorientarse al caminar, sentirse perdido en lugares familiares, perder la noción del tiempo, tener dificultades para resolver problemas o tomar decisiones, experimentar problemas para mantener una conversación o encontrar las palabras, dificultades para realizar tareas cotidianas y errores al juzgar distancias visualmente.

En cuanto a los cambios en el comportamiento y el estado de ánimo, destaca: sensación de ansiedad, tristeza o irritabilidad debido a la pérdida de memoria, alteraciones en la personalidad, conductas inapropiadas, abandono de actividades laborales o sociales y pérdida de interés por las emociones de los demás.

Ahora bien, para Pinedo (2016) habla que un envejecimiento sano sería:

Una persona con un estado físico, psíquico y social sanos. Al tiempo que, tienen acceso y cobertura a un buen servicio de salud, acceso y garantía a la alimentación y nutrición y la garantía de un ambiente tranquilo dentro de su familia y comunidad, pues una buena vejez no es únicamente la ausencia de enfermedad o dolencia.

Sin embargo, en un diagnóstico como la demencia se pueden presentar alucinaciones, especialmente en las etapas más avanzadas, y se presenta con mayor frecuencia en tipos específicos de la enfermedad, como la enfermedad de Alzheimer y la demencia con cuerpos de Lewy.

En otro orden de ideas, Ruiz (2010) afirma que “las representaciones culturales del envejecimiento han oscilado entre lo milagroso y lo atemporal” (p. 218). Así pues, este concepto nos invita a reflexionar sobre cómo la psicología social del envejecimiento ofrece una visión más crítica e integradora, que reconoce la diversidad de experiencias de las personas mayores y promueve un envejecimiento digno y activo según el contexto cultural de cada sociedad. Tal como afirma la autora Ruiz (2010), “no hay una única manera de envejecer; cada sociedad construye su

propia visión del envejecimiento” (p. 218). Es así como el envejecimiento no se limita a un proceso biológico, sino que también se construye social y culturalmente a lo largo de la vida. Es por ello que la psicología social del envejecimiento propone, por lo tanto, incluir factores como la historia, el entorno y las relaciones sociales para comprender el desarrollo humano, alejándose de la idea de que la vejez es inevitablemente una etapa de decadencia.

En relación con lo anterior, en nuestra cultura el envejecimiento, especialmente cuando se asocia con enfermedades como la demencia, no siempre se considera un envejecimiento digno. Según la OMS (2023), lamentablemente:

Las personas que padecen demencia suelen ser privadas de sus derechos y libertades fundamentales, los cuales deberían ser garantizados a todas las personas. En numerosos países, es común el uso de medidas de inmovilización físicas y químicas en hogares de cuidado y unidades de cuidados intensivos, a pesar de que existen leyes que protegen el derecho de las personas a mantener su libertad y tomar decisiones propias.

Es por ello por lo que la OMS (2023) destaca la necesidad de un marco legislativo adecuado, basado en normas internacionales de derechos humanos, que asegure una mejor calidad en los servicios brindados a las personas con demencia y a sus cuidadores.

Parte de comprender la dignidad en esta etapa de la vida radica también en entender que el envejecimiento es un proceso dinámico. Pues no se trata solo de una acumulación de años, sino de una combinación de experiencias, pérdidas y logros, ya que, la edad cronológica, por sí sola, no define la realidad de una persona mayor; lo que realmente importa es cómo ha vivido y qué significado le otorga a su propia historia. Tal como menciona Ruiz (2010), “No es el tiempo vivido, sino lo vivido en el tiempo lo que constituye el transcurso vital individual” (p. 221).

Para concluir esta subcategoría, me parece importante como los investigadores proponen y resaltan la necesidad de superar visiones firmes sobre el envejecimiento y reemplazarlas por una mirada más flexible, y que así mismo se reconozca la importancia de la experiencia y la posibilidad de seguir creciendo, aprendiendo y contribuyendo a la sociedad en cualquier etapa de la vida. Pues para Baltes, citado en Ruiz (2010) "El gran desafío del siglo XXI es agregar vida a los años, no solo años a la vida" (p. 221).

### ***2.2.3. Calidad de vida***

En un primer momento, antes de comenzar el diálogo de esta tercera y última categoría, **Calidad de Vida**, quisiera explicar que de esta salen dos subcategorías, *Bienestar emocional* y *Estimulación cognitiva*. A partir de esto me parece importante mencionar a los autores que han fundamentado esta categoría. Es así, que el primer referente corresponde a Pinedo (2016) en su publicación Vol. 33 *Salud y calidad de vida en el Adulto mayor* en la Revista peruana de Medicina Experimental y Salud pública. La cual se enfoca en la relación entre salud y calidad de vida en el adulto mayor, abordando factores médicos, sociales y políticos que influyen en el envejecimiento saludable desde una perspectiva interdisciplinar incluyendo posturas de la geriatría, la epidemiología y la promoción de la salud.

Por otro lado, tomé de referente a Goleman (1995) en su libro: *La inteligencia emocional* quien desde una perspectiva psicológica explica cómo el desarrollo de la inteligencia emocional contribuye con una buena calidad de vida. Finalmente, me interesó la perspectiva de Gardner (1983) en su libro: *Estructuras de la mente. La teoría de las inteligencias múltiples* quien propone a partir de la psicología cognitiva y la neurociencia propone que no existe un único tipo de

inteligencia, abriendo la mirada hacia la comprensión de que el cerebro no es estático, al contrario, tiene la capacidad de fortalecer o modificar sus conexiones neuronales.

Con lo anterior claro, me gustaría comenzar con la idea de que el envejecimiento exitoso para Pinedo (2016) implica la capacidad de adaptarse psicológica y socialmente para compensar las limitaciones físicas, manteniendo el bienestar y una percepción positiva de la calidad de vida, incluso ante enfermedades o discapacidades.

En línea con lo anterior Pinedo (2016) afirma que la calidad de vida depende de factores económicos, sociales y culturales, así como de la escala de valores de cada persona. Así pues, en los años noventa, surgió el concepto de calidad de vida vinculada a la salud, que considera el impacto de enfermedades, tratamientos y políticas sanitarias en la percepción del bienestar. Además, se reconoce que la calidad de vida es multidimensional e incluye aspectos ambientales, económicos, culturales, acceso a la salud, satisfacción personal y actividades recreativas.

Por otro lado, el concepto de salud, envejecimiento saludable y calidad de vida en las personas mayores debe abordarse de manera integral, considerando no solo la salud física, sino también el bienestar personal, la funcionalidad y un entorno socio familiar adecuado para su desarrollo. Esto requiere decisiones políticas efectivas para implementar las normativas existentes y fomentar una cultura que valore el envejecimiento, con la persona mayor como protagonista.

Tal como explica Pinedo (2016):

Es importante que el desarrollo y la preservación de comunidades que apoyen la inclusión de todas las edades y el envejecimiento saludable, pues son esenciales para proporcionar

apoyo en salud bienestar y una convivencia armónica para los adultos mayores dentro de la comunidad.

Es por lo anterior que todos nos esforzamos para que ella esté bien, porque nos interesa cuidar su bienestar, para que tenga una buena calidad de vida mientras esté con nosotros, utilizando también la información recogida en este documento que complementa la que teníamos por nuestra cuenta. Asimismo, nuestro mayor interés es que sea una persona con una vida digna como siempre se lo ha merecido y como todas las personas adultas mayores lo merecen después de haberse esforzado toda una vida. Ahora sí, quiero dar paso a la primera subcategoría.

#### **2.2.3.1 Bienestar emocional.**

En un primer momento, antes de comenzar el diálogo de esta tercera y última categoría, **Calidad de Vida**, quisiera explicar que de esta salen dos subcategorías, *Bienestar emocional* y *Estimulación cognitiva*. A partir de esto me parece importante mencionar a los autores que han fundamentado esta categoría. Es así, que el primer referente corresponde a Pinedo (2016) en su publicación Vol. 33 *Salud y calidad de vida en el Adulto mayor* en la Revista peruana de Medicina Experimental y Salud pública. La cual se enfoca en la relación entre salud y calidad de vida en el adulto mayor, abordando factores médicos, sociales y políticos que influyen en el envejecimiento saludable desde una perspectiva interdisciplinar incluyendo posturas de la geriatría, la epidemiología y la promoción de la salud.

Por otro lado, tomé de referente a Goleman (1995) en su libro: *La inteligencia emocional* quien desde una perspectiva psicológica explica cómo el desarrollo de la inteligencia emocional contribuye con una buena calidad de vida. Finalmente, me interesó la perspectiva de Gardner (1983) en su libro: *Estructuras de la mente. La teoría de las inteligencias múltiples* quien propone a partir de la psicología cognitiva y la neurociencia propone que no existe un único tipo de inteligencia, abriendo la mirada hacia la comprensión de que el cerebro no es estático, al contrario, tiene la capacidad de fortalecer o modificar sus conexiones neuronales.

Con lo anterior claro, me gustaría comenzar con la idea de que el envejecimiento exitoso para Pinedo (2016) implica la capacidad de adaptarse psicológica y socialmente para compensar las limitaciones físicas, manteniendo el bienestar y una percepción positiva de la calidad de vida, incluso ante enfermedades o discapacidades.

En línea con lo anterior Pinedo (2016) afirma que la calidad de vida depende de factores económicos, sociales y culturales, así como de la escala de valores de cada persona. Así pues, en los años noventa, surgió el concepto de calidad de vida vinculada a la salud, que considera el impacto de enfermedades, tratamientos y políticas sanitarias en la percepción del bienestar. Además, se reconoce que la calidad de vida es multidimensional e incluye aspectos ambientales, económicos, culturales, acceso a la salud, satisfacción personal y actividades recreativas.

Por otro lado, el concepto de salud, envejecimiento saludable y calidad de vida en las personas mayores debe abordarse de manera integral, considerando no solo la salud física, sino también el bienestar personal, la funcionalidad y un entorno socio familiar adecuado para su

desarrollo. Esto requiere decisiones políticas efectivas para implementar las normativas existentes y fomentar una cultura que valore el envejecimiento, con la persona mayor como protagonista.

Tal como explica Pinedo (2016):

Es importante que el desarrollo y la preservación de comunidades que apoyen la inclusión de todas las edades y el envejecimiento saludable, pues son esenciales para proporcionar apoyo en salud bienestar y una convivencia armónica para los adultos mayores dentro de la comunidad.

Es por lo anterior que todos nos esforzamos para que ella esté bien, porque nos interesa cuidar su bienestar, para que tenga una buena calidad de vida mientras esté con nosotros, utilizando también la información recogida en este documento que complementa la que teníamos por nuestra cuenta. Asimismo, nuestro mayor interés es que sea una persona con una vida digna como siempre se lo ha merecido y como todas las personas adultas mayores lo merecen después de haberse esforzado toda una vida. Ahora sí, quiero dar paso a la primera subcategoría.

#### **2.2.3.2. Estimulación cognitiva.**

Para situar esta subcategoría me parece importante iniciar con la idea que propone Gardner (1983) sobre la idea de más inteligencias múltiples, así pues, el autor dice que la forma clásica de evaluar la inteligencia como por medio del coeficiente intelectual (C.I), lo cual funciona en el ámbito académico, pero no para todos los ámbitos de la vida. Es por ello que las inteligencias múltiples estudian diferentes habilidades y cómo se aplican en situaciones de la vida cotidiana. Tal como afirma Gardner (1983) "Este conjunto de ideas hace hincapié en la existencia e importancia

de los poderes mentales: las capacidades que se han llamado en forma indistinta la racionalidad, inteligencia, o el despliegue de la mente" (p. 21)

Ahora bien, Gardner (1983) además explica el enfoque al procesamiento de la información, en dónde explica que las sociedades normalmente tienen sistemas simbólicos para su comunicación más personal como lo es el mito, lenguaje, arte y ciencia, que han sido maneras simbólicas de expresar ciertos conocimientos, estos símbolos se adaptan a los avances tecnológicos. Así pues, Gardner (1983) no descarta completamente la idea de Piaget, sino que expresa que es importante comprender más puntos de vista al momento de implementarlo. Así que, más allá de delimitar la experiencia simbólica la propuesta es ampliarla hacia otro tipo de conocimientos, tales como los musicales, corporales, espaciales e incluso personales.

Sin embargo, Gardner (1983) propone que, si bien un individuo puede lograr un avance por sí solo, siempre está enlazado a la sociedad, pues para que una persona avance requiere de conocimientos establecidos previamente en dicha sociedad. Además, los humanos tenemos la capacidad de aprender desde que nacemos, a lo largo de nuestras vidas y en una edad avanzada, es decir siempre estamos aprendiendo. Tal como menciona Gardner (1983) "Desde nuestro punto de vista, mucho de lo que es distintivo acerca de la cognición humana y el procesamiento de información comprende el despliegue de estos diversos sistemas simbólicos" (p. 35)

A partir de lo anterior me interesa empezar a explorar teóricamente algunas de las inteligencias que captaron mi atención del libro. Primeramente, la inteligencia musical pues es una de las primeras que aparece en el desarrollo humano. Puesto que, desde la infancia, los niños

manifiestan una sensibilidad muy natural hacia la melodía y el ritmo, lo que propone que la música es una habilidad profundamente arraigada en el sistema cognitivo.

Así mismo, el lenguaje y la música también parecen haber tenido un origen general, pero con el tiempo han avanzado con intereses diferentes. Mientras que el lenguaje es necesario para la comunicación verbal, la música tiene un impacto cognitivo y emocional que sobrepasa las palabras. Pues como expresa Gardner (1983) "De todos los dones con que pueden estar dotados los individuos, ninguno surge más temprano que el talento musical." (p. 88)

Es por ello, que la relación entre la cognición y la música es importante ya que involucra procesos cerebrales que están enlazados con la creatividad, la memoria y la motricidad. Además, Gardner (1983) explica que la práctica musical beneficia habilidades cognitivas comunes, como la coordinación motora y la resolución de problemas.

En un segundo momento me llamó la atención, desde mi rol de arte educadora la inteligencia de las artes visuales espaciales pues Gardner (1983) agrega que, en el arte, se fortalece la capacidad motriz fina que es necesaria para crear arte, ya que los artistas deben tener un control claro sobre sus movimientos, especialmente al usar herramientas como gubias y pinceles. Así pues, este control motriz está intensamente enlazado con la suficiente capacidad de organizar y manipular las formas en el espacio.

Para complementar esta idea desde una mirada pedagógica, me parece interesante la perspectiva de Dewey (2008) en su libro *El arte como experiencia* en donde explica que el arte no es solo un desahogo de creatividad, sino una forma de organizar energías internas de manera

amplia. A través de las prácticas artísticas, se canalizan las emociones e ideas en formas materiales que transforman el caos de la mente en algo ordenado y significativo. Así pues, la educación artística juega un papel esencial en este proceso, facilitando que los individuos canalicen sus energías creativas hacia la creación, sin imponer formas rígidas, al contrario, con estructuras flexibles que fomentan la expresión individual dentro de un marco disciplinado. Es así, como el docente actúa como mediador, proporcionando herramientas y espacios para que estas energías se manifiesten.

En línea con esto, la creatividad florece cuando se logra un equilibrio entre la libertad de explorar y la disciplina para organizar las ideas. En la educación artística, este balance permite a los estudiantes explorar libremente mientras aprenden a dirigir esa exploración hacia proyectos específicos. Es por ello que las prácticas artísticas también facilitan la integración de emoción, pensamiento y acción, pues promueven una expresión auténtica de la experiencia humana. Por último, en contextos educativos, el arte se convierte en una herramienta poderosa para el aprendizaje integral, que no solo desarrolla habilidades técnicas, sino también la autoexploración y la autorregulación emocional, como se puede observar en actividades como la pintura o la escultura. Una vez aclarado esto, le doy paso a la siguiente inteligencia que llamo mi atención.

Así pues, en tercer lugar, me interesa comprender el papel del cerebro en el movimiento corporal. Es así, que Gardner (1983) sugiere que el cerebro organiza una compleja red de tendones, músculos y articulaciones que permiten realizar acciones con exactitud. Aunque históricamente la función motora ha sido considerada menos importante que el pensamiento abstracto, se ha comprobado que el movimiento es una parte necesaria para el proceso cognitivo. Tal como sugiere Gardner (1983) “Nuestro sentido cinestésico, nos permite juzgar la oportunidad, fuerza y medida

de nuestros movimientos y hacer los ajustes necesarios como consecuencia de esta información.” (p.169).

Es por ello, que Gardner (1983) explica que el cerebro no responde de la misma manera en todas sus áreas. Es decir, algunas zonas nerviosas pueden activarse o inhibirse con facilidad, mientras que otras requieren más esfuerzo para hacerlo. Sin embargo, aunque no se entiende completamente por qué sucede esto, se sugiere que ciertos estímulos pueden influir más fácilmente en unas partes del sistema nervioso que en otras. Tal como él explica Gardner (1983) "Si bien nadie comprende las razones del estado preparado selectivo, puede suceder que determinados centros nerviosos se puedan iniciar, estimular, programar o inhibir con facilidad, en tanto que otros serán mucho más difíciles de activar o inhibir" (p. 44).

De esta manera, la inteligencia corporal no solo se limita al manejo de objetos, sino que también se entrecruzan con las habilidades cognitivas más avanzadas. Desde los primeros meses de vida, los bebés mezclan reflejos como mamar y mirar, pero con movimientos más complejos, evolucionando al uso de herramientas y símbolos mentales. Es así, que esta interconexión entre cuerpo y mente nos autoriza no sólo a ejecutar tareas físicas con destreza, sino también transmitir emociones y pensamientos por medio de los movimientos.

Por lo tanto, se puede decir que tanto el desarrollo de la motricidad fina y gruesa se unen al aumento del conocimiento y a la capacidad de resolución de problemas. Por ejemplo: la danza o el ajedrez; estas necesitan del control corporal preciso y también de la buena organización de una estructura mental. En esencia, el dominio corporal y su coordinación con la mente no solo nos

deja interactuar con el mundo de manera efectiva, sino que también potencia nuestra forma de expresarnos y pensar. Tal como expresa Gardner (1983) "El desarrollo del conocimiento debe concebirse como una formación de habilidades más complejas y flexibles: los propios actos suavizados se convierten en subcomponentes de habilidades más elevadas." (p. 177).

Finalmente, el papel central de los símbolos desde un punto de visto cognitivo, se desempeñan como un puente entre la cultura y la biología cerebral, dejando de manera fácil la conexión entre nuestras habilidades innatas y los conocimientos que adquirimos. Pues como afirma Gardner (1983) "El sistema nervioso está constituido de tal manera que, cuando se le proporcionan determinadas clases de experiencia, el organismo puede comprender y tratar con entidades simbólicas como palabras, oraciones e historias." (p. 230).

Por ello, desde la infancia, la humanidad desarrolla habilidades simbólicas que le dejan tener una interacción con su entorno. Se aprende a generar símbolos e interpretarlos a través del lenguaje, gestos, arte y matemáticas, esto no solo alimenta nuestra comunicación, sino que mejora nuestra capacidad de resolver problemas y de razonar.

### 3. MARCO METODOLOGICO

Antes de comenzar a desarrollar el capítulo, me gustaría contextualizar al lector por medio del siguiente autor, es así que él afirma “La memoria es el diario que todos llevamos con nosotros” (Oscar Wilde, 1895) Es así como él se refiere a cómo guardamos nuestros recuerdos y experiencias que vamos viviendo a través de los años y los escribimos en el libro de la vida que tiene como título *Memoria*. Claramente se refiere de forma metafórica como si la memoria fuera un diario y allí queda escrito en cada hoja de papel lo que vivimos y esto nos enlaza con nuestro pasado, con cada sentir, cada aprendizaje y emoción.

Sin embargo, al contrario de un diario en el cual se escribe, la memoria está viva, es individual y cambia todo el tiempo, no se puede borrar y escribir de otra manera lo que ya se vivió, son recuerdos que quedan en ella y aunque me gustaría decir que, para siempre, no es así, no siempre podemos recordar lo vivido.

Creo que tiene mucho sentido cuando Wilde (1895) dice que se puede ver la memoria como un diario ya que al igual que las páginas de este, que son primordiales para construir nuestra identidad y darles sentido a nuestras vivencias; los recuerdos también son selectivos y pueden olvidados al ser arrancados con el tiempo como en el caso de mi abuela.

Como lo he mencionado anteriormente, mi abuela Ana María de 85 años vivió vario sucesos desde el 2020, y en el año 2021 fue diagnosticada con demencia senil. A partir de ello, surge en mí una necesidad de querer entender cómo puedo recolectar sus vivencias por medio de micro narrativas, pues esta condición está directamente ligada con el olvido, tal como se desarrolló en el marco teórico y a su vez poder fomentar su bienestar emocional por medio de prácticas

artísticas, no solo desde mi rol como arte educadora, sino como su nieta y parte del grupo primario de cuidadores de ella. Con esto claro, me gustaría dar paso al enfoque sobre el cual se cimienta esta investigación.

### **3.1. Enfoque Metodológico**

La presente investigación se enmarca bajo el enfoque de la investigación cualitativa, pues tal como explican Denzin y Lincoln, en su libro *Manual de investigación cualitativa: Ingresando al campo de la investigación cualitativa* (2011) La investigación cualitativa es un enfoque metodológico que busca comprender los fenómenos en sus contextos naturales, a partir de la interpretación de los significados que las personas les dan a sus experiencias. Así mismo, para esta metodología es importante la subjetividad y la construcción social de la realidad. Es por ello, que se caracteriza por ser un proceso multimétodo, pues utiliza técnicas como entrevistas, observación participante y análisis de narrativas, pues es necesario abarcar la complejidad de la vida cotidiana desde la perspectiva de los participantes.

De igual forma, en este tipo de investigación, el investigador selecciona y adapta herramientas metodológicas según el contexto y la pregunta de investigación. Es por ello por lo que no hay un único método, al contrario, pues la interpretación está influenciada por la perspectiva del investigador. Por último, este enfoque se desarrolla bajo diversos paradigmas pues cuestiona la idea de una verdad universal y acepta la naturaleza dinámica y contextual del conocimiento dentro de la realidad social.

Esta investigación se desarrolla bajo un enfoque cualitativo, ya que busca comprender la relación entre las prácticas artísticas, la memoria y el cuidado desde mi experiencia personal como investigadora. Puesto que, para mí, es importante reflexionar mi práctica pedagógica y al mismo tiempo observar el impacto que las prácticas artísticas tienen en el bienestar de mi abuela con demencia senil. Así mismo, es importante para mí darle el lugar a lo subjetivo, pues entiendo que cada experiencia es individual y se ve atravesada por factores, geográficos y socioeconómicos. Por lo cual, no se puede tomar este proyecto como una generalidad de la población adulta mayor con demencia senil.

### **3.2. Tipo de investigación:**

- Práctica pedagógica reflexiva:

La práctica pedagógica reflexiva según Runge y Muñoz, en su artículo *Pedagogía y praxis (práctica) educativa o educación. De nuevo: una diferencia necesaria.* (2012) es un enfoque educativo basado en la idea de que la enseñanza no debe limitarse a la transmisión de conocimientos, sino que debe ser un proceso consciente, crítico y situado en un contexto social y cultural. Se diferencia de una enseñanza mecánica o repetitiva porque implica una reflexión constante sobre el acto educativo y su impacto en la formación de individuos autónomos.

Así pues, sus principales características incluyen la reflexión crítica, la toma de decisiones fundamentadas y la orientación hacia la autonomía del sujeto. Puesto que su propósito es garantizar que la educación no sea solo una práctica tradicional sin cuestionamiento, sino una disciplina que analice sus métodos y objetivos para mejorar la calidad del aprendizaje. Es por ello que la práctica

pedagógica reflexiva enfatiza que la educación debe responder a la naturaleza imperfecta del ser humano, ayudándolo a desarrollarse como un ser libre y consciente de su realidad.

A partir de esta definición, este trabajo se considera una práctica pedagógica reflexiva porque, aunque no se desarrolla en un aula ni en la educación formal, pero sí se requiere un análisis constante sobre las prácticas artísticas como herramienta para la estimulación cognitiva y recopilación de los recuerdos de la memoria. Pues tal como se mencionó anteriormente, la educación, no se limita a la transmisión de conocimientos, sino que también es sobre procesos de transformación y aprendizaje a partir de la experiencia. En este caso, a través de los talleres artísticos, observo y reflexiono sobre cómo las materialidades, las dinámicas y las interacciones impactan en la memoria y el bienestar de mi abuela, incluso en el contexto del avance inevitable de su demencia senil.

Además, este proceso no solo genera un impacto en ella, sino también en mi propio aprendizaje. A medida que analizo qué estrategias funcionan y cómo influyen en su estado emocional y cognitivo, construye conocimiento sobre la relación entre el arte, la memoria y la calidad de vida. Este ejercicio de observación y ajuste continuo es un elemento central en la práctica pedagógica reflexiva, ya que permite comprender el arte no solo como una expresión creativa, sino como un medio para acompañar procesos vitales, resignificar la memoria y generar transformación en el entorno cercano.

- *Practica artística:*

La práctica artística según Escobar, en su artículo *Prácticas artísticas y acciones colectivas en Bogotá: nuevas especialidades en el siglo XXI*. (2023) es una acción colectiva y resolutive que a través del acto en el espacio y el ingenio alienta a cambios en la forma en que se habita en los lugares o en el caso del texto en la ciudad, proporcionando nuevas experiencias, pero también modos de interacción social; además se centra al igual que la práctica pedagógica reflexiva en el desarrollo del proceso más que en el mismo resultado de la experiencia ya que se centra mas en un entorno libre donde es más seguro expresarse.

Es así como sus principales características son: no quedarse limitado exclusivamente en la creación de objetos artísticos, sino que por el contrario se centra en el entorno desde la colaboración y la participación del sujeto dándole importancia a la acción del arte y su importancia hacia la sensibilización, emociones y sentidos; todo esto con la intención de también abrir un dialogo en donde no haya una estructura tradicional de poder, sino que ambas partes estén en igualdad condiciones con respecto al aprendizaje, expresión y libertad; y por ultimo se permite reestablecer otro pensamiento con respecto a la importancia de los espacios en los que se lleva a cabo todo el desarrollo exponiendo otras alternativas que sobre su uso.

A partir de esta definición, el presente trabajo de grado tiene una parte fundamental que se desarrolla desde la práctica pedagógica ya que todo el proceso de cada taller está centrado en la importancia del entorno de mi abuela y así mismo en su comodidad al estar familiarizada con él, pero también en un espacio donde no hay una enseñanza – aprendizaje obligatorio ante ninguna de nosotras dos ya que ella puede expresarse libremente en todo el desarrollo porque no es mi

intención imponerle un conocimiento formal, sino que por el contrario ella este en un entorno seguro y pueda fluir sus capacidades de creatividad así como sus emociones y sentidos.

- *Investigación Acción:*

Así mismo, este proyecto se complementa bajo la mirada de la *investigación acción*. Este enfoque es adecuado porque permite que tanto el investigador como la persona involucrada (en este caso, mi abuela) colaboren activamente. Dado que el objetivo es mejorar la calidad de vida de mi abuela a través de prácticas artísticas educativas que evocan sus memorias, la investigación acción sería una metodología útil para desarrollar y evaluar intervenciones prácticas en tiempo real. Al trabajar directamente con ella y ajustar el proceso basado en sus respuestas y experiencias, puedo adaptar las actividades a sus necesidades y reacciones, generando así un impacto positivo. Es importante aclarar que, si bien mi abuela participa activamente, yo como arte educadora soy la que lidero el proceso y la toma de decisiones clave. Como señalan los autores “la investigación acción es una forma de estudiar, de explorar, una situación social, en nuestro caso educativa, con la finalidad de mejorarla, en la que se implican como ‘indagadores’ los implicados en la realidad investigada” Colmenares y Piñeros (2008), (p. 104).

- *Auto etnografía:*

El enfoque etnográfico en este proyecto se relaciona con la perspectiva de Denzin & Lincoln, (2011), quienes destacan la importancia de reflexionar sobre las experiencias personales del investigador dentro de un contexto social y cultural más amplio. En este caso, al abordar la

participación de mi abuela en las prácticas artísticas, se busca documentar no solo sus respuestas emocionales y cognitivas, sino también el entorno familiar que rodea esas interacciones. De acuerdo con ellos, este proceso me convierte como investigadora en una "testigo" de mi propia experiencia, lo que aporta una dimensión crítica a la investigación, permitiendo una mayor comprensión y una contextualización de cómo las prácticas artísticas influyen en la vida de mi abuela. Así pues, la observación y el análisis de su participación no solo contribuyen a la documentación de sus respuestas, sino también una reflexión de mi papel como investigadora en el proceso.

### **3.3. Recopilación De Información**

Para desarrollar la investigación, se organizaron cuatro talleres de creación, los cuales se llevaron a cabo con mi abuela Ana María en la comodidad de su casa y sus alrededores. Los talleres tuvieron como finalidad recoger las memorias presentes de mi abuela, quien sufre de demencia senil, mediante micro narrativas estimuladas por prácticas artísticas educativas; para ello se trabajaron talleres en donde se emplean las prácticas artísticas desde un punto de vista más instructivo y donde por medio del dialogo previo se llegó a un acuerdo entre ambas partes para hacer un espacio agradable y cómodo, es así como se llevan a cabo un método de conversación en cada uno de los talleres en donde las más importantes son en el primer taller y el ultimo ya que en estas se evidencia que tantos recuerdos pudo evocar en el transcurso de la investigación y que tanto ayudo a llevar su calidad de vida más alta, además también se acordó trabajar desde las artes con materiales que fueran de su agrado y que en algún momento de su vida anteriormente hubiera trabajado con ellos.

Ahora bien, debe precisarse que estos no fueron los únicos encuentros con mi abuela Ana María, sino que hubo muchos más encuentros en total, los cuales no fueron tomados en cuenta, ya que no se alineaban con el enfoque de la investigación presente y no eran pertinentes para los objetivos de esta investigación, a pesar de tener el mismo fin de ofrecerle una buena calidad de vida.

Las prácticas artísticas constituyeron la base de cada taller, empleándose en cada uno para propiciar su desarrollo. Seguidamente, se describe de forma concisa cada uno:

En el primer taller se exploraron los álbumes familiares que ella conserva, ya que son significativos para ella o evocan recuerdos. A partir de ahí, se realizaron preguntas para indagar sobre lo que recuerda de las personas y los lugares reflejados en las imágenes, y así descubrí qué recuerdos le despiertan al ver esas fotografías.

En el segundo taller, a partir de los recuerdos evocados en la sesión anterior, se pintaron siluetas previamente dibujadas. Al finalizar, la participante compartió una referencia relacionada con el objeto representado.

En el tercer taller, se comenzó amasando la arcilla, lo que permitió familiarizarse con el material mediante la creación de figuras simples. Tras un breve calentamiento de los músculos y la arcilla, se procedió a modelar figuras más significativas, como la representación del lugar de origen y las raíces personales de la participante.

En el cuarto taller, se vendaron los ojos de la participante y, mediante olores, texturas y sabores, se estimularon sus sentidos para explorar cuántas experiencias podría evocar a través de estos estímulos.

Esto con el propósito de conocer cuántas memorias se lograron evocar y documentar, al mismo tiempo que se buscó fomentar un momento activo, permitiéndole tomar decisiones sobre los talleres y, de este modo, contribuir a su bienestar y calidad de vida.

Los cuatro talleres giraron en torno al sentir de mi abuela Ana María y su comodidad frente a ellos, a pesar de que fueron actividades diferentes en cada uno; si hubo una conversación entre la investigadora y la participante que todo el tiempo intento ser de una forma natural y amigable para poder hacer la recolección de recuerdos de una manera más confortable ya que el caso de la participante es un poco complejo en el momento de la concentración en los talleres, porque a veces se siente distante del presente y se ensimisma en otros pensamientos muy marcados que llegaron con la enfermedad, como por ejemplo querer ir muy seguido al baño, alucinaciones, disgusto de algunos olores, no querer hablar.

Por consiguiente, las estrategias de recolección de datos consistieron en el acercamiento que hubo en los talleres, que permitieron analizar tanto a la participante como su contexto; los 4 talleres giran en torno a sus memorias en las cuales tenían como objetivo ser recopiladas en micro narrativas que eran activadas por las prácticas artísticas y así mismo se le fomentaba una buena calidad de vida mediante estas. La actitud de la participante frente a los talleres fue muy positiva y favorable, lo que causo que se pudiera mejorar en cada encuentro ante lo que funcionaba y las posibles mejoras identificadas en cada encuentro.

### **3.4. Métodos De Recolección De La Información**

A continuación, se presentan las técnicas utilizadas en este trabajo, seleccionadas por su pertinencia y coherencia con los objetivos de la investigación. Aunque se consideraron diversas

opciones, se optó por el diario de campo, las fotografías, los audios y productos artísticos generados en los talleres de creación. por consiguiente, se detallarán estas técnicas.

- *Diarios de campo:*

Los registros de los talleres y la información recopilada se realizaron mediante diarios de campo, cada taller generó un diario, lo que suma un total de cuatro diarios de campo, en los cuales se documentó el progreso de los talleres, las dificultades observadas, información relevante, así como comentarios y observaciones personales sobre los talleres y la participante. Además, cada diario incluye una breve planificación inicial del espacio, que guiaba el desarrollo de las actividades.

Uno de los aspectos observados según los autores es que "Los diarios de campo proporcionan una ventana al proceso de pensamiento del investigador, ofreciendo una forma única de registrar las observaciones, reflexiones y emociones que surgen en el contexto de la investigación." Denzin & Lincoln, (2011) estos son clave para reflejar algunas de los análisis, aportes o críticas sobre lo que se estaba desarrollando en ese momento.

- *Material audiovisual:*

Las fotografías y los audios fueron otras técnicas de registro empleadas, que capturaron el momento durante los diversos procesos realizados por mi abuela en el transcurso y en los resultados de los talleres. Estas imágenes y grabaciones fueron tomadas con mi teléfono móvil, procurando no interrumpir ni influir en lo que estaba ocurriendo, buscando pasar desapercibidas, especialmente en aquellas que documentan el proceso de las conversaciones y el desarrollo de las actividades.

- *Análisis Narrativo:*

Como la investigación está orientada a explorar las micro narrativas para evocar memorias, el análisis narrativo permite analizar cómo las historias y recuerdos emergen a través de estas prácticas artísticas. Este enfoque ayuda a explorar la construcción de identidad y la evocación de la memoria en personas con demencia senil, estudiando cómo la narración de recuerdos pasados puede influir en su estado emocional y bienestar. Para el desarrollo de la investigación resulta apropiado utilizar buenas herramientas que fomenten la capacidad de escuchar activamente y el intercambio continuo de ideas, además de tener una serie de etapas y fases para alcanzar un resultado determinado. Indudablemente, el sujeto en la investigación se vuelve un elemento esencial, ya que las narrativas que surgen son clave. En ellas se consideran las experiencias, sensaciones y emociones que impulsan a la participante, lo que nos permite comprender e interpretar sus relatos, haciendo valioso todo el proceso que se lleva a cabo. En línea con lo anterior, según explica Bruner (2003), el relato parece casi natural, pues desde temprana edad adaptamos el relato a nuestros objetivos; sin embargo, es difícil argumentarlo o sostenerlo, pues hacer relato es diferente que comprenderlo y explicarlo, ya que sucede de manera intuitiva.

### **3.5. Relatando La Experiencia**

Antes de este espacio en el que se desarrollaron las sesiones con mi abuela, ya había participado en otras experiencias artísticas educativas, como en IDIPRON y en el Instituto Pedagógico Nacional. Estas experiencias previas me proporcionaron una base y algunas ideas sobre cómo liderar un taller. Sin embargo, esta ocasión fue diferente. La cercanía familiar con la participante, sumada a la oportunidad de observar más de cerca su enfermedad, aunque no en el contexto cotidiano, hizo que la experiencia fuera emocionalmente intensa.

Era la primera vez que me enfrentaba a un espacio tan íntimo y personal, pero desde una perspectiva docente, acompañando a una mujer muy importante para mí, que me vio crecer y que, a lo largo de su vida, había sido una persona con unas costumbres muy sanas, hasta que fue consumida poco a poco por la demencia senil. Vi cómo se transformaba en alguien completamente diferente a la persona que conocí y que compartió conmigo tantos años de vida. En ese momento, decidí llevar todo lo aprendido en mis clases y experiencias de la carrera de Licenciatura en Artes Visuales a mi hogar, enfrentándome a mi situación diaria que, al principio, había sido la situación más difícil que habíamos vivido en mi familia.

Claramente tenía dudas, preguntas e inquietudes ¿Como llegar a tener un avance en su proceso? Ya que, mi interés es darle una buena calidad de vida donde ella pueda seguir haciendo las cosas por sí sola y ser cuidada por nosotros en casa sin tener la necesidad de ser internada lo que le queda de vida en un centro psiquiátrico; también ¿cómo hacer de estos espacios de enseñanza un aprendizaje para ambas? ¿Cómo quiero ser dependiendo del contexto de cada entorno?

Aunque las dudas y los nervios me acompañaban, sabía que estos talleres serían de su agrado porque la razón de esta investigación es que cuando ella empezó en la demencia senil yo comencé a hacerle actividades que le fomentaran su motricidad y le ayudaran en su estimulación cognitiva. Sabía lo compleja que era su situación, pues la había observado de cerca desde el principio y cada instante había sido profundamente impactante. Sin embargo, eso no importaba; sentía confianza en mí misma y en ella, y creía que podría crear un buen espacio si lograba actuar de manera neutral, sin dejarme llevar por mis propios sentimientos, aunque quise hablarle de la forma en que lo hago a diario para que sintiera cómoda.

A partir de la explicación previa, quiero que el lector sepa que tomé la decisión de enlazar en este capítulo la planeación y el desarrollo de cada taller. Por ello, encontrará cuatro tablas de contenido organizadas, donde se indicará el eje temático y se explicará el objetivo, los momentos de la actividad, la descripción, los recursos y la duración. Estos cuadros fueron planteados antes de realizar cada taller para contar con una guía y una estructura clara de lo que iba a suceder.

**Tabla 1** *Primer Taller - Un Viaje a Través de las Fotografías*

<i>Primer taller: Un Viaje a través de las Fotografías</i>					
CATEGORIA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	DESCRIPCIÓN	RECURSOS	DURACIÓN

<p>Familia y olvido</p>	<p>El propósito de esta sesión era obtener una primera aproximación sobre la presencia de sus recuerdos actuales o pasados en ese momento y así mismo poder recopilarlos.</p>	<p><u>Momento 1:</u> Escoger los álbumes familiares.</p>	<p>Hay que explicar que se realizará en el taller y escoger los álbumes principales donde se pueda evidenciar la vida de ella y sus allegados para saber qué recuerdos tiene de esos momentos y de sus raíces.</p>	<p>Álbumes, fotografías y celular</p>	<p>30 minutos</p>
		<p><u>Momento 2:</u> Ver los álbumes y conversar.</p>	<p>Ver juntas las fotografías de cada álbum para entablar una conversación por medio de preguntas y así saber que tanto recuerda de las personas y</p>		

			los lugares que están presentes, y que recuerdos le puede generar		
		<u>Momento 3:</u> Conversar con ella	Para finalizar la actividad le preguntó por una historia que se le haya venido a la cabeza con el ejercicio, y cómo se sintió en esta primera sesión.		

Cada taller se enfatiza en varias partes de las categorías, pero este principalmente pertenece a la subcategoría *Familia* y la categoría de *OLVIDO* porque las personas que se ven en los álbumes y son con las que mi abuela conforma un grupo de individuos interconectados, y precisamente en este espacio se tratan fotografías de ellos, ya sea que tuvieran una relación sanguínea, así como también amistades muy importantes para ella y también que tanto hacían parte de sus memorias. Por otro lado, el olvido es parte fundamental de este encuentro, la idea es saber que tanto recuerda, pero a su vez que tanto ha olvidado sobre sus seres queridos, ya que no puede haber olvido si no hay recuerdo que pueda ser olvidado.

Así mismo me parece importante destacar la importancia del material que se trabajó en este taller, ya que era fundamental que hubiera un acercamiento que tuviera que ver con los recuerdos que ella tenía latentes en ese momento, y así saber al final que tanto avanzamos evocando recuerdos diferentes a estos y recopilándolos. Además, estos álbumes fueron escogidos por el vínculo que ella tiene hacia ellos, ya que solo guarda objetos de valor sentimental en su armario y estos álbumes hacen parte de ellos.

Dicho todo lo anterior se dio inicio con el primer taller una mañana muy oscura y fría de un martes, como suele ser costumbre en la capital, al llegar a la casa después de clase, entré al cuarto de mi abuela y la saludé como siempre que llego a la casa, alisté todo lo necesario para el primer taller y lo llevé al cuarto de ella donde fue la realización para su comodidad, debo admitirlo a pesar de que no era la primera vez que le realizaba un taller se sentía diferente, incluso a mí me intimidó más la grabación del taller que a ella y me puse hasta nerviosa, finalmente respire y empecé a hablar, hice una breve introducción explicando lo que iba a pasar en el encuentro, y le

expliqué que no sería el único taller que realizaríamos, sino que era un total de cuatro, a ella le gustó la idea estuvo de acuerdo así que continuamos con el desarrollo.

Después de la explicación, se inició la actividad. Para este encuentro, íbamos a ver los álbumes familiares que ella tenía guardados, lo que demostraba su importancia, ya que solo conserva objetos con un significado sentimental o especial. Tal como estaba planeado, comenzamos a entablar una conversación, haciéndole preguntas sobre las personas que aparecían en las fotos y el vínculo que tenía con ellas. Aunque recordaba a la mayoría, especialmente a sus familiares, y reconocía que algunas fotos fueron tomadas en eventos importantes, como unos 15 años, en realidad, las imágenes que más evocaban recuerdos eran aquellas en las que aparecía con sus amigas de la casa de la cultura. Aunque no recordaba sus nombres, sí sabía qué relación tenía con ellas y el contexto en el que se tomaron las fotos.

Por otro lado, ella menciona varios objetos de las fotos que aún mantiene guardados en su armario junto con todas sus pertenencias, como lo eran unos diplomas por participar en presentaciones de la Casa de la Cultura, una gorra con la que hacía aeróbicos, una falda con la que practicaba danza folclórica y un portarretratos hecho por ella misma con la ayuda de algunos profesores.

En este primer encuentro con la participante, me percaté por primera vez de que la teoría no siempre se aplica de la misma forma en la práctica, aunque la actividad comenzó a desenvolverse de una buena manera, con el tiempo empezaron a surgir diferencias inesperadas; ya que yo tenía muchas dudas en cómo iba a surgir la conversación porque ella a veces hay días en que quiere hablar y sale con muchas ocurrencias, pero desde que empezó con todo el proceso de la enfermedad y tratamientos son más las veces en las que no quiere hablar mucho, por eso me parecía importante fomentarle esa parte del diálogo en los talleres además de poder registrar sus

recuerdos que aún están latentes y hacen parte de su identidad pero que tal vez en un futuro ya no estén.

Con base en todo lo anterior puedo decir que me sorprendió un poco el diálogo de parte de mi abuela Ana María ya que fue continuo y se notaba que quería seguir la conversación, y aunque no tenía iniciativa sobre algún tema y a veces los silencios se hacían sentir (pero vale aclarar que fueron recortados de las grabaciones que se realizaron para registrar las micro narrativas), por el contrario, sólo respondía a las preguntas que yo le realizaba, pero si se notaba que estaba interesada responder y hablar sobre las personas que veía en las fotos.

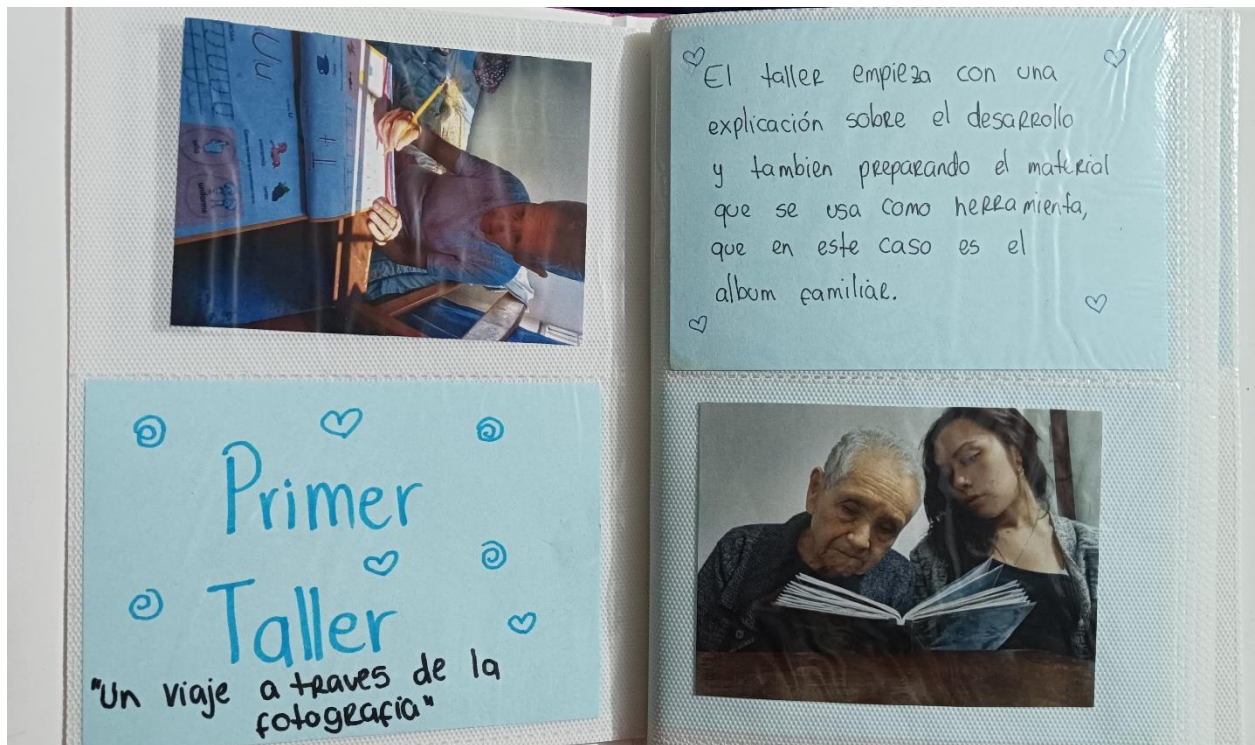
Por otro lado, me sorprendió mucho que estuviera tan lúcida en sus recuerdos sobre los nombres y el parentesco con las personas ya que al inicio de la enfermedad no recordaba a muchas personas o incluso confundía la relación que tenía con los demás y muchas veces confundía las vivencias de las otras personas con las de ella. Incluso en algún momento no sabía los nombres de sus hijos o los confundía con los de sus nietos, también llegó a olvidar mi nombre y los de mis primos y mi mamá que somos las personas que vivimos con ella.

Así que en este primer encuentro demostró que puede reconocer a sus familiares y saber cuáles son sus nombres además de demostrar un avance con todo lo que hacemos en conjunto como lo son los medicamentos médicos que le recetaron, los talleres y actividades que le hacemos para que siga teniendo una vida activa, cuidar su alimentación y salir a caminar para que pueda socializar con los vecinos y personas que conoce, ya que esto le ayuda a no aislarse o ver siempre solo a las mismas personas. Este acercamiento también puede evidenciar que tan latentes tiene sus recuerdos y pasados. A continuación, se muestran las imágenes de un álbum que realice a mano como otra forma de recolectar las micro narrativas y que fuera más sencillo para los lectores de este documento obtener un registro que perdure.

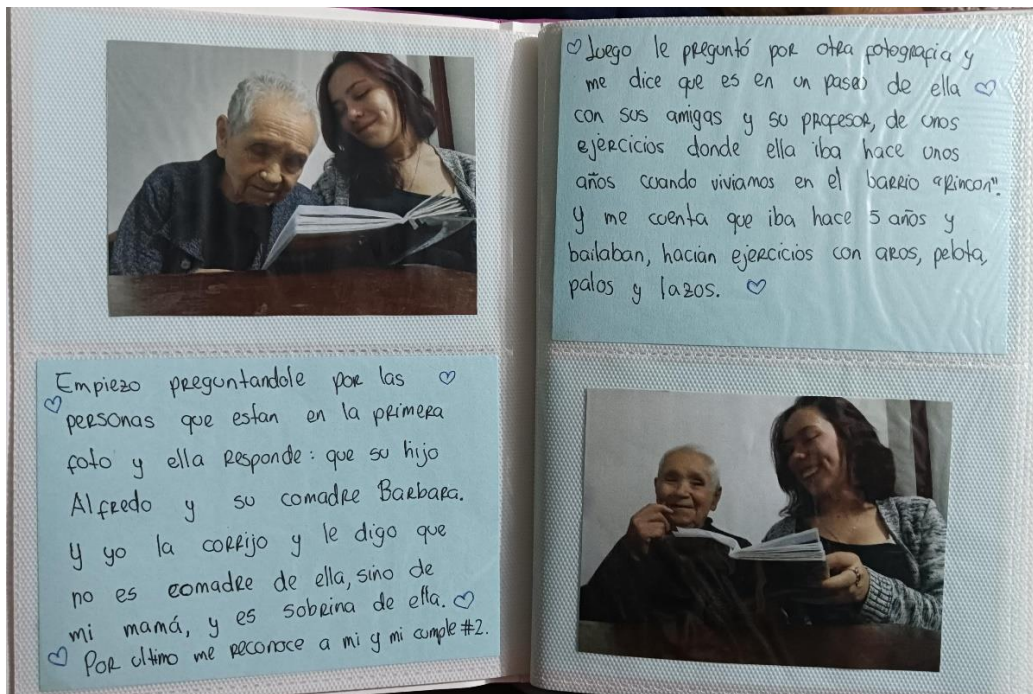
**Ilustración 2 Álbum Primer Taller**



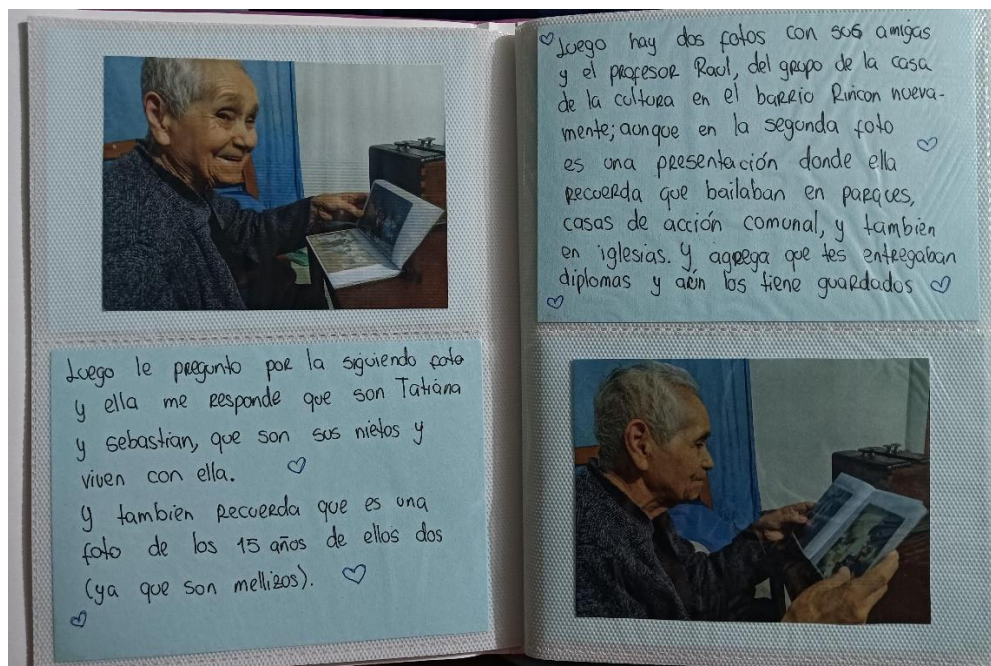
**Ilustración 3 Álbum Primer Taller**



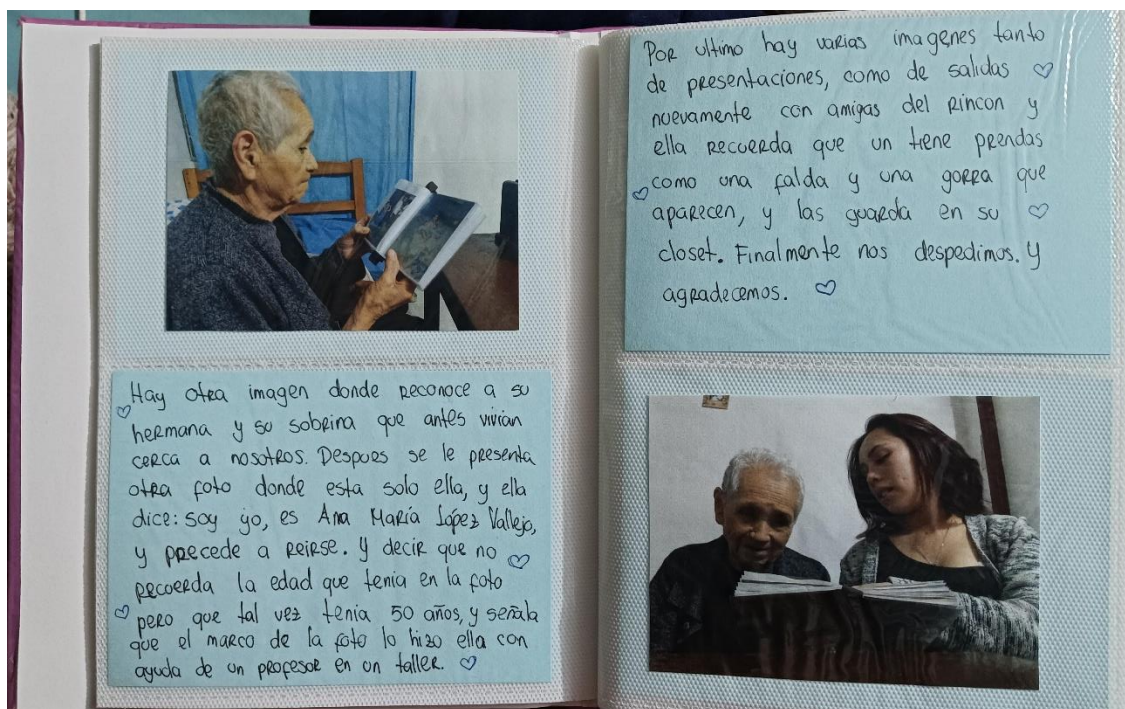
#### Ilustración 4 Álbum Primer Taller



#### Ilustración 5 Álbum Primer Taller



## Ilustración 6 Álbum Primer Taller



**Tabla 2 Segundo Taller - Pintando Siluetas del Corazón**

Segundo taller: Pintando Siluetas del Corazón					
CATEGORIA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	DESCRIPCIÓN	RECURSOS	DURACIÓN
Estimulación cognitiva y Lugar	Utilizar las siluetas como una herramienta que sirve de ayuda para trabajar su motricidad fina, además de que la hace sentir más cómoda, y a su vez desarrollar estimulación cognitiva por medio	<u>Momento 1:</u> Introducción y silueta de corazón y experiencias	Se le hará una introducción a la participante explicando en que consiste el taller y así mismo se le hace entrega de una hoja con la primera silueta en forma de corazón. Ella escogerá el color que crea que va más acorde a la figura y hablara de alguna experiencia que le recuerde.	Hojas de papel, pintura acrílica, pinceles y celular	30 minutos

	<p>de sugerencias como el color de una hoja o de un corazón, y, a su vez recopilar recuerdos de sus experiencias por medio de lo dialogado.</p>				
		<p><u>Momento 2:</u> Silueta en forma de hoja y dialogo.</p>	<p>Se le realiza la entrega de la segunda hoja de papel con su respectiva silueta en forma de una hoja de árbol donde escogerá el color de la pintura para aplicarlo y contará una historia de una vivencia que recordó.</p>		

		<p><u>Momento 3:</u></p> <p>Hoja en blanco y un recuerdo.</p>	<p>Se le entrega la última hoja de papel en blanco con la idea de que ella por medio de lo dialogado en experiencias, plasme una pintura propia de algún recuerdo,</p>		
--	--	---	--	--	--

Este taller se centra en la subcategoría de *Estimulación cognitiva* por dos razones; la primera: existen vehículos simbólicos de comunicación personal, uno de ellos puede ser las prácticas artísticas, ya sea expresada por medio de una pintura o de otra forma como la danza. Entonces podemos ver que tanto el hacer arte al ser ejercida, como el producto de la pintura, es simbolismo de una inteligencia de estimulación cognitiva, como lo son las siluetas previamente realizadas para que mi abuela las pintara. Y la segunda razón se debe a la parte de motricidad fina, ya que hace parte de la estimulación cognitiva y puede ayudar a no dejarla decaer más, si se mantiene activa. Por otro lado, también está relacionado con la subcategoría de *Lugar* ya que a medida que se dialoga se evoca el lugar de origen y toda su infancia, reconociéndolo con nombre y algunos sucesos vividos y que aún están presentes en su memoria.

Por otro lado, las pinturas y pinceles se pensaron para estimular la parte cognitiva motriz. Ya que las siluetas palpadas en las hojas están hechas a partir de lo que se dialogó en el taller anterior, también están hechas para generar la probable estimulación de otros recuerdos. Siendo así el corazón plasmado en la primera hoja, la representación del amor que le tiene a su familia; y la hoja de árbol una referencia a lo que se habló sobre el campo; y por último se le entrego una en blanco para que ella tuviera más libertad de expresarse por medio de todo lo dialogado.

Dicho esto, la noche anterior a realizar la segunda actividad, en la soledad y la calidez de mi cuarto realicé una silueta de corazón y otra de una hoja de árbol que fueron escogidas debido a los temas hablados en la primera sesión, hecha con un lápiz para que fuera visible para los ojos de mi abuela Ana María, dejando el material listo ese día me fui a descansar. La mañana siguiente me desperté, me dispuse a alistarme y alistar a la participante, para continuar poniendo en orden el espacio que nuevamente fue el cuarto de ella, seguido de esto nos sentamos al lado de la ventana donde podíamos sentir el aire del exterior y le expliqué de que constaba esta intervención

(normalmente en los audios no quedaron registrados esos inicios de los talleres donde se explicaba la realización de cada uno).

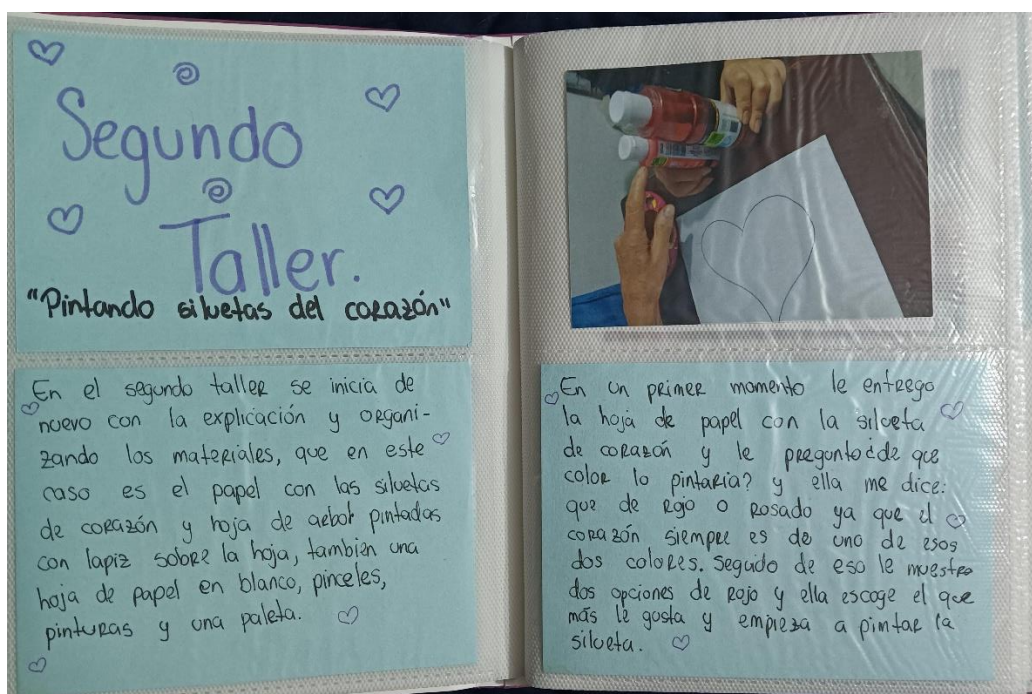
Al iniciar la actividad, le pasé la primera silueta que era la que tenía forma de corazón y varias pinturas acrílicas, seguido a esto le pregunte ¿con qué color le gustaría pintarlo? Así que ella tenía dos opciones que eran rojo y rosado porque esos eran los dos colores representativos de un corazón según su criterio, pero finalmente decidió que lo pintaría con acrílico rojo. Seguido a esto hablamos de que recuerdos le podía causar esa silueta y ella hablo de un amor que no tuvo, lo cual me causo un poco de risa porque me dio ternura escucharlo, pero al mismo tiempo me conmovió y me dio un poco de tristeza escuchar porque en toda la vida no le había oído antes hablar así, tampoco había contado nada de ningún novio ya que no le gustaba hablar del tema, pero ese día también hablo de algunos novios que tuvo en su juventud, y en especial de uno que falleció y fue el que más quiso; y recuerdo que yo pensaba que tal vez con la demencia senil también viene el desapego por las emociones ya que hablar de este tema no le costó tanto como lo hubiera hecho en otro momento de su vida, y también recuerdo que cuando murió el hermano ella no demostró ningún signo de tristeza.

Después pasamos al siguiente momento de la actividad en donde le pase la siguiente hoja de papel con la silueta que correspondía a una hoja de árbol donde también le pregunté qué color quería escoger para pintarla y ella me respondió que el color verde, seguido de eso escogió el verde más oscuro porque para ella ese era el que representaba una hoja de árbol; en esta silueta a medida que se pintaba también se dialogaba sobre algún recuerdo que le causara la hoja, y ella habla de que le recuerda a un árbol de mango que veía en el campo y hace aclaración que se refiere a Boyacá más específicamente Sutatenza donde queda la casa de su hermana.

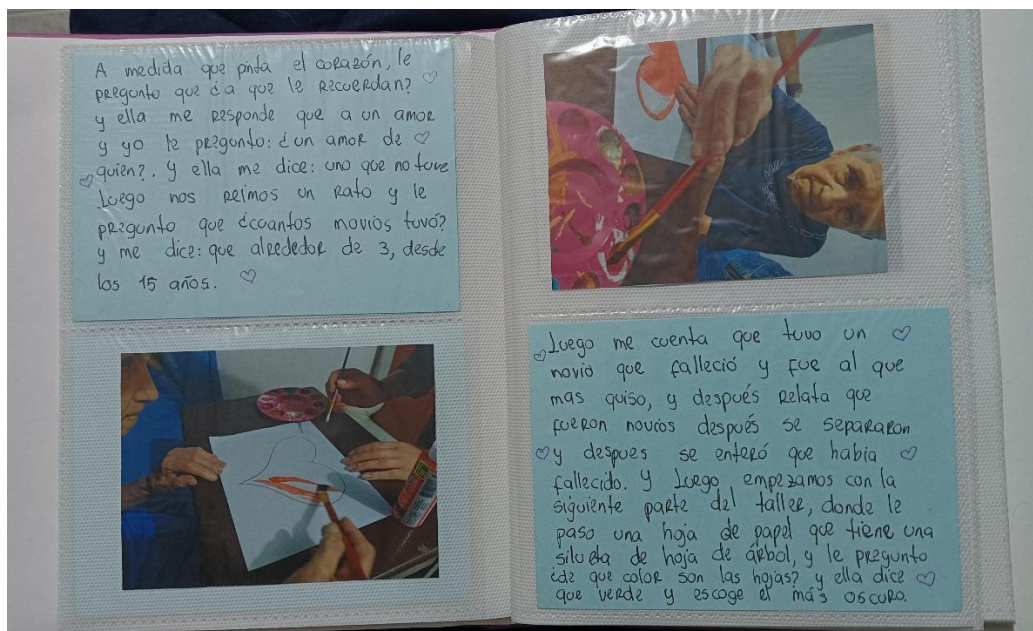
Por último, para concluir este taller se le entregó una hoja en blanco donde se le habló del campo y a ella que le gustaría representar de ese lugar, ella quiso hacer un paisaje porque era la representación con la que más sentía un acercamiento hacia Boyacá.

A lo largo de este taller pude notar que la participante se explayó más en el momento de conversar sobre los temas ya que no solo realizó las respuestas a las preguntas, sino que también tuvo iniciativa de contar las experiencias personales que ha vivido y además recordaba muy bien el lugar donde paso su niñez, por lo que se puede ver un avance en comparación con el taller anterior, con respecto a sus recuerdos, pero también con la fluidez del diálogo.

**Ilustración 7** Álbum Segundo Taller



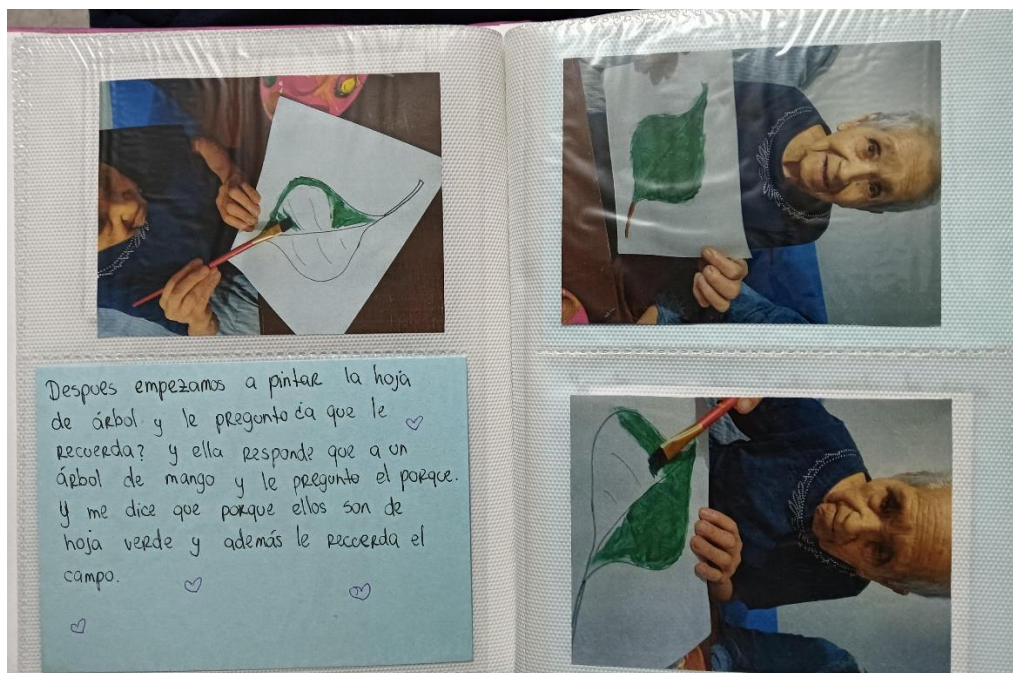
**Ilustración 8 Álbum Segundo Taller**



**Ilustración 9 Álbum Segundo Taller**



### Ilustración 10 Álbum Segundo Taller



### Ilustración 11 Álbum Segundo Taller

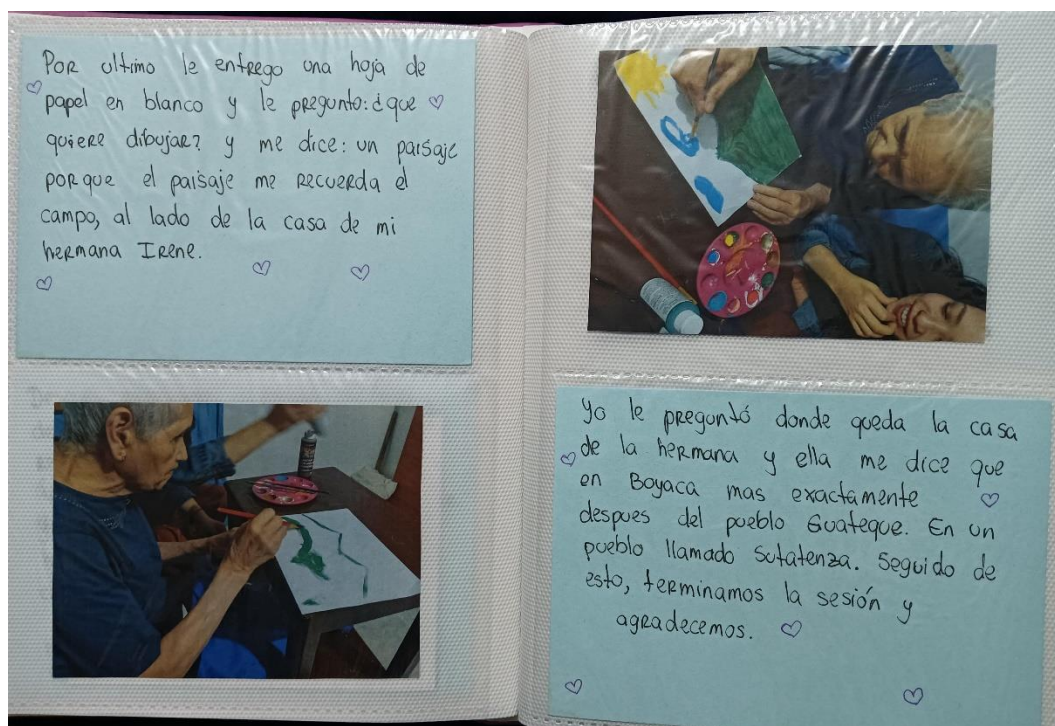


Ilustración 12 Álbum Segundo Taller



**Tabla 3** Tercer Taller - Modelando el Pasado Con Arcilla

Tercer taller: Modelando el Pasado con Arcilla					
CATEGORIA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	DESCRIPCIÓN	RECURSOS	DURACIÓN
Bienestar emocional, Estimulación cognitiva y Lugar	Trabajar la estimulación cognitiva, así como su desarrollo motriz por medio de movimientos con la arcilla que provoca estímulos sensoriales por medio del tacto. Además, al ser un material que conecta el cuerpo con la	<u>Momento 1:</u> Calentar los músculos de las manos	Darle una explicación a la participante sobre el taller y realizar pequeñas figuras para poder estimular el calentamiento de los músculos y así mismo dar paso a la actividad principal.	Arcilla roja, agua, una tabla, un alambre y celular	45 minutos

	mente y así mismo puede ayudar a producir recuerdos y recopilarlos.				
		<u>Momento 2:</u> conversación y arepitas	Después el calentamiento previo, empezar a hacer figuras con mayor significado para empezar a dialogar con ella sobre sus experiencias e información de vida.		
		<u>Momento 3:</u> Material sobrante	Con la ayuda de la arcilla que nos sobre después de realizar las figuras principales, podremos hacer		

			otro objeto que ella sugiera y sea de su agrado.		
--	--	--	---	--	--

Al igual que los anteriores, este taller se integra especialmente en tres subcategorías; la primera es *Bienestar emocional*, ya que a pesar de que siento que el bienestar emocional es lo que se quiere lograr en todos los talleres, en este se puede expresar más por medio de sus emociones como la alegría que es notoria en el transcurso del desarrollo, a media que íbamos dialogando o tenía alguna sugerencia. También se conecta con *Estimulación cognitiva* ya que hay una interconexión entre cuerpo y mente, que hace que se ejecuten los movimientos físicos como los realizados en los ejercicios de calentamiento y en los mismos en donde se hicieron las figuras. Y por último en la subcategoría de *Lugar*, ya que mi abuela principalmente habla sobre el campo que es donde se crio y pasó su infancia así al tener contacto con este material, le evoca recuerdos porque se le parece a la masa de las arepas boyacenses que hacía en este lugar o al barro con el que jugaba cuando era niña.

Por otro lado, la materialidad de este taller es la arcilla que está hecha a partir de componentes naturales que provienen de la tierra, por ende, nos remonta a nuestras raíces con mi abuela. Principalmente es un material que ya trabajé antes con mi abuela y le gustó mucho por su textura, ya que puede moldearse fácilmente. Además de tener diferentes usos se puede adquirir la estimulación cognitiva y evocación de recuerdos debido a que requiere concentración; por otro lado, es un material relajante que puede quitar el estrés y así mismo te permite expresarte de una manera libre.

En el tercer taller como en los anteriores se inició organizando el espacio el cual por tercera vez fue la habitación de mi abuela Ana María, seguido de esto se le hizo una breve explicación sobre lo que se quería lograr en este tiempo y se prosiguió a hacer una actividad previa de calentamiento en los músculos de las manos haciendo pequeñas bolitas y un angelito, ya que el material a trabajar era la arcilla que se trabaja totalmente manual, y como ella no está acostumbrada

a este tipo de movimientos, se requiere una preparación previa de los músculos para que no haya calambres o algún tipo de lesión.

Después de la introducción y una breve conversación se le preguntó a mi abuela si ¿sabía que era la arcilla?, a lo que ella respondió que era barro, y luego dijo que ella en su niñez lanzaba el barro hacia arriba y también hacia figuritas. Mi abuela es de Boyacá así que después de eso quiso hacer arepas boyacenses con la arcilla porque fue un recuerdo que tuvo en el momento. Lo que nos dio paso a poder dialogar sobre su lugar de origen donde contó que había nacido y también la criaron en Boyacá cerca a Guateque y Sutatenza y para mi sorpresa recordaba el nombre de la vereda la cual se llamaba Irzon. Me sorprende porque hay muchos recuerdos de cosas específicas que ella ha olvidado y el nombre de la vereda no es algo de lo que se hable muy seguido. Y por último habló sobre sus hermanos y para mi sorpresa nuevamente recordaba sus nombres.

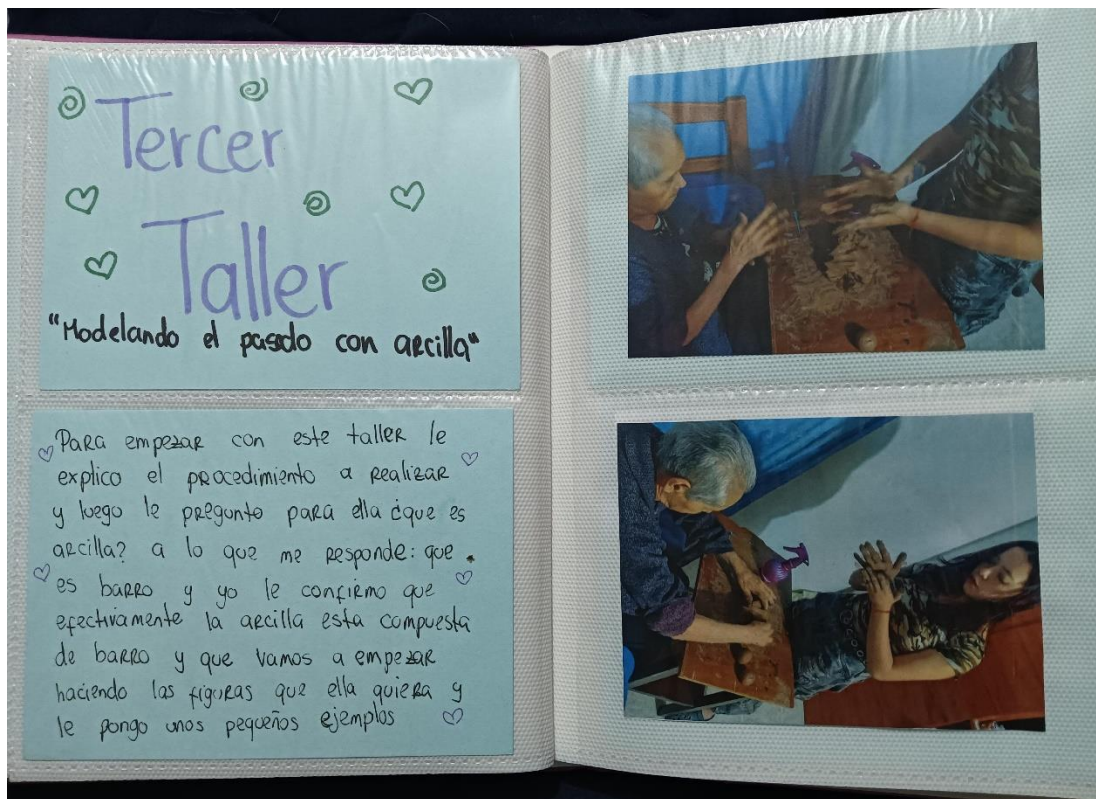
Todo ese diálogo nos dio paso a que mi abuela tuviera la iniciativa de escoger que se plasmará después en la arcilla, así fue como eligió una montaña, y enseguida empezamos a hacerla y acto seguido hablamos de lo que era una montaña y las formas que pueden tener y ella empezó a hacer preguntas sobre cómo retirar el material, después de explicarle cómo hacerlo, recordé mis clases de cerámica todos los aprendizajes que tuve en ella y también en cada una de las otras clases donde tuve múltiples experiencias y todo el tiempo fue un constante aprendizaje y me gusto pensar que todo ese proceso me llevo a vivir la enfermedad de mi abuela desde otro punto de vista que ambas hemos disfrutado a través de talleres y experiencias.

En la última parte de este taller sobró un pedazo de arcilla y decidimos realizar unos ositos ya que habían sobrado unas bolitas y se le podría dar la forma de las orejas y algunas patitas, en esta parte se podía notar que la participante estaba muy feliz dándole forma a esta última figura y le dio paso a decir que le gustaba mucho el trabajar con barro porque ella lo hacía de pequeña en

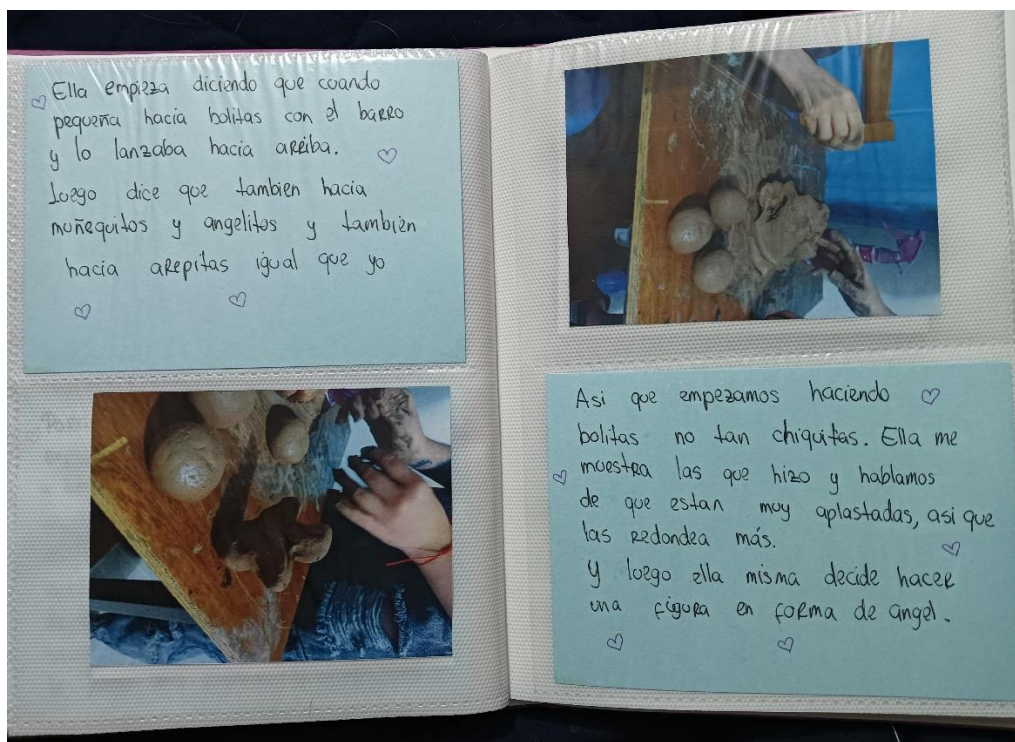
Boyacá, y también contó que le gustaba hacer travesuras con los hermanos en la niñez, como por ejemplo poner a correr el ganado en las montañas.

Así mismo se acordó que se podría llegar a la posibilidad de quemar las figuras que se realizaron y poderlas pintar (aunque finalmente esta parte no fue posible ya que ella se quedó con las figuras y las metió dentro de una caja y no quiso que las llevara para quemarlas en la universidad). Por último, se agradeció por el espacio y se culminó.

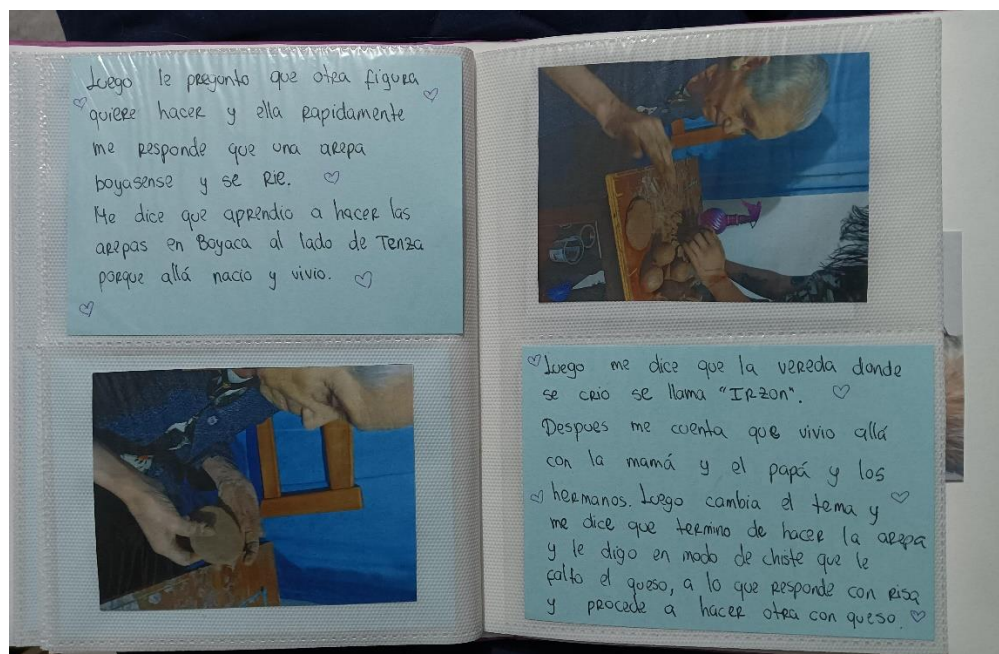
**Ilustración 13** *Álbum Tercer Taller*



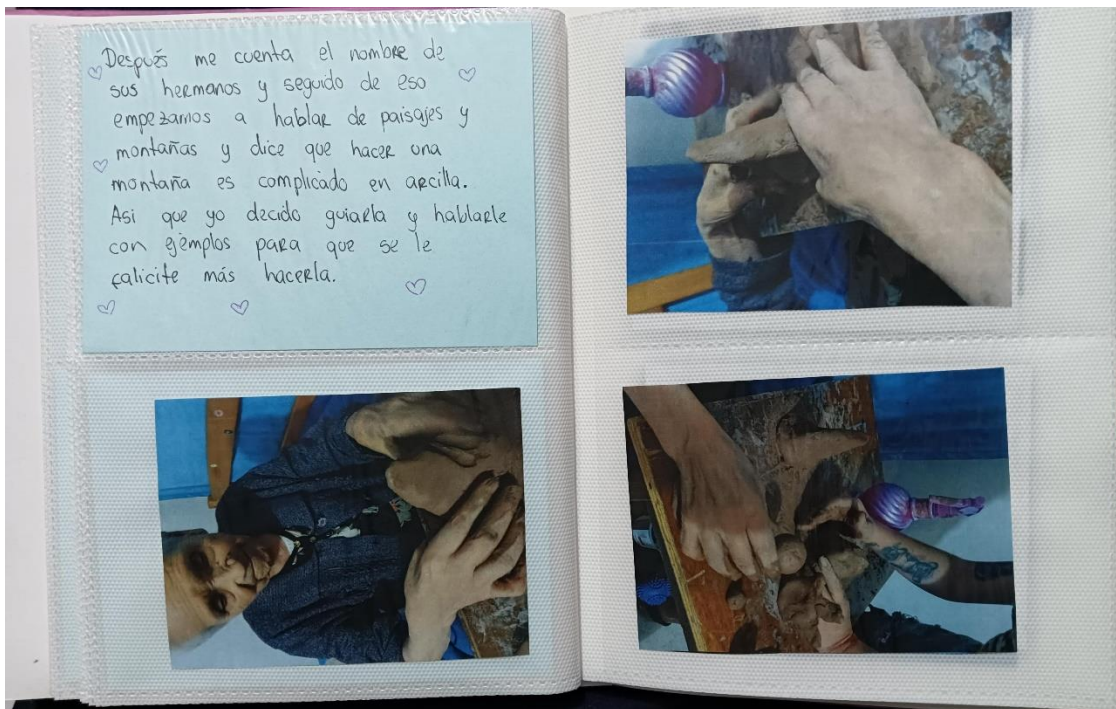
**Ilustración 14 Álbum Tercer Taller**



**Ilustración 15 Álbum Tercer Taller**



**Ilustración 16** *Álbum Tercer Taller*



**Tabla 4** Cuarto Taller - Sentidos a Través del Arte

Cuarto taller: Sentidos a Través del Arte					
CATEGORIA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	DESCRIPCIÓN	RECURSOS	DURACIÓN
Estimulación cognitiva y Lugar	Establecer una conexión emocional y cognitiva a través de la estimulación sensorial, utilizando diversos materiales que buscan activar los sentidos de la participante.	<u>Momento 1:</u> Vendar ojos y palpar	Darle una explicación a la participante sobre el ejercicio y proceder a vendar los ojos, para empezar a pasar los primeros objetos en sus manos ya que se iniciará trabajando con el sentido del tacto.	Venda de ojos, una mesa, ramas, pasto, anís, canela, clavos, mora, banano, guayaba, naranja, tomate de árbol, planta de canela, romero, ruda, menta, hierbabuena, limonaria, toronjil, celular	1 hora y 30 minutos

		<p><u>Momento 2:</u></p> <p>Saboreando la vida</p>	<p>El segundo sentido que se va a trabajar es el gusto por medio de frutas que normalmente se encuentran en Boyacá para que sea más familiar y el poder recordar algo de sus raíces.</p>		
		<p><u>Momento 3:</u></p> <p>Olores familiares</p>	<p>Se continuará el ejercicio con la ayuda de plantas en su mayoría aromáticas con olores fuertes para poder trabajar el sentido del olfato y así revivir momentos que recuerde de lo largo de su vida.</p>		

		<u>Momento 4:</u> Sonidos del alma	Por último, reproducir canciones en el celular que sean de su conocimiento para saber que tanto las puede recordar y así finalizar el total de los talleres para poder hacer las conclusiones de lo sucedido		
--	--	---------------------------------------	--	--	--

El último taller se centra primordialmente en las subcategorías de *Estimulación cognitiva* y *lugar*, siendo así las artes y otros recursos como la música fundamental para enlazarlo. Además, logran conectar con el cerebro y así mismo con los sentidos y el cuerpo. Además, una persona se desarrolla mejor cuando lleva a cabo varias inteligencias, lo que quiere decir que, estando combinadas, también se combinan distintos estímulos sensoriales para reforzar su memoria y estimulación cognitiva. Los estímulos de los sentidos principalmente se enfocan en los recuerdos que tiene en el campo, siendo este el lugar donde nació y creció y por eso me parece pertinente mencionar que esta categoría es de vital importancia para este taller.

Por otro lado, es importante destacar que los materiales fueron especialmente escogidos para a cada sentido, pero también desde sus experiencias personales para fomentar la activación de recuerdos, ya que están pensadas como música que siempre ha escuchado, o plantas que conoce porque trabajaba con ellas y las compraba continuamente, texturas que provienen de la naturaleza y se pueden parecer a las del campo, darle a probar frutas con sabores que sean familiares para ella.

El encuentro final principalmente se iba a realizar en Boyacá, pero debido a la dificultad para transportar a mi abuela se pensó también en un espacio al aire libre pero mi abuela tampoco quiere salir por mucho tiempo, así que decidí que por su comodidad lo mejor sería hacerlo en su habitación al igual que los demás talleres, ya que había demostrado que era un lugar seguro y de su agrado para desarrollarse tranquilamente. Así que se organizó el espacio con los materiales necesarios para el desarrollo de la actividad incluidas texturas que se recogieron de afuera para que sintiera una cercanía con el exterior durante la trayectoria de la sesión.

Para dar inicio se hizo una pequeña introducción sobre lo que se iba a realizar a lo largo del espacio ya que este taller fue un poco diferente porque todo el tiempo se tendrían vendados los

ojos para poder tener más activos los sentidos diferentes a la vista; acto seguido se le vendaron para empezar con el sentido del tacto, en este se entregaban diferentes objetos que se iban a palpar con las manos para adivinar de cual se trataba cada uno, entre ellos estaban las ramas, el pasto, el anís, la canela y los clavos, ya que eran objetos que creía que eran más sencillos para reconocer por parte de ella porque los usaba muy seguido cuando cocinaba, pero para mi sorpresa sólo reconoció las ramas y el pasto; los otros objetos fueron muy difíciles de reconocer.

En la segunda parte de esta sesión se escogieron cinco frutas las cuales fueron: mora, guayaba, naranja, banano y tomate de árbol, y se le dieron a probar a la participante para que por medio del sentido del gusto detectara que era cada una. Fue así como ella saboreo cada fruta y reconoció tres de ellas que fueron, el banano, la guayaba y la naranja; y en realidad me lo esperaba un poco porque son frutas que consumió toda su vida casi que, a diario, en cambio por otro lado, aunque escogí la mora y el tomate de árbol como frutas que le podían evocar recuerdos ya que se consumen mucho en la parte de Boyacá donde ella se crio, no son frutas que hayan estado muy presentes en su dieta porque eran más costosas y digamos que era un “lujo” para nosotros consumirlas.

En el tercer momento de este taller se realizó un acercamiento hacia el sentido del olfato donde se puede evidenciar que no reconoció casi ninguna planta, a excepción de la ruda, esta me sorprendió porque no demoró en reconocerla y aunque ella no recordaba por qué la tenía presente, le pregunté a mi mamá después de terminar el encuentro y me dijo: “ah claro, es ella hacia aromáticas y casi siempre le ponía ruda, además le gustaba hacerle baños a la casa con ruda para las malas energías”. Esto explicaba por qué había tenido tan presente esta planta, pero a las otras a pesar del olor fuerte y que eran plantas que normalmente teníamos en la casa no se las reconoció.

Para finalizar se continuó con el último momento del cuarto taller, donde se puso en práctica la activación del oído, y este sentido principalmente no lo iba a trabajar, pero un día mientras la bañaba (la ayudo a enjabonarse en partes donde no puede, como la espalda y estoy pendiente de quitarle bien el champú y que no se resbale para evitar cualquier accidente) le empecé a poner música y a pesar de que solo tarareaba, me di cuenta de que tenía una que otra canción que recordaba mucho y cantaba. Es así como decidí implementarlo, efectivamente cuando escogí 3 canciones: “*La venia bendita*” de Marco Antonio Solís; “*Me bebi tu recuerdo*” de Galy Galiano; “*La cucharita*” de Jorge Velosa; que normalmente ella recordaría ya que son las canciones que más ha escuchado desde que yo estaba pequeña y las puse en el escenario, mi abuela automáticamente reaccionó y empezó a cantarlas y aunque claramente no se las sabias completas, si tenía conocimiento de gran parte, en especial del coro de cada una.

En este encuentro se notó un cambio en la actitud de mi abuela Ana María frente al espacio ya que como docente en proceso sentí un escenario parecido a cuando te encuentras con un adolescente que no tiene interés por una clase, y aunque no es el caso de mi abuela ya que yo le pregunte que como se había sentido y su respuesta fue positiva; si creo que se hizo un poco más complicado e incómodo el entorno a la hora de entablar una conversación, pero esto también es debido a que debido a diferentes dificultades de salud de mi abuela, este taller se desarrolló en un tiempo mucho más lejano que los demás y se puede notar un poco más el deterioro cognitivo ya que sus respuestas eran muy cortas y concisas y así mismo a veces decía una que otra incoherencia.

Ilustración 17 Álbum Cuarto Taller

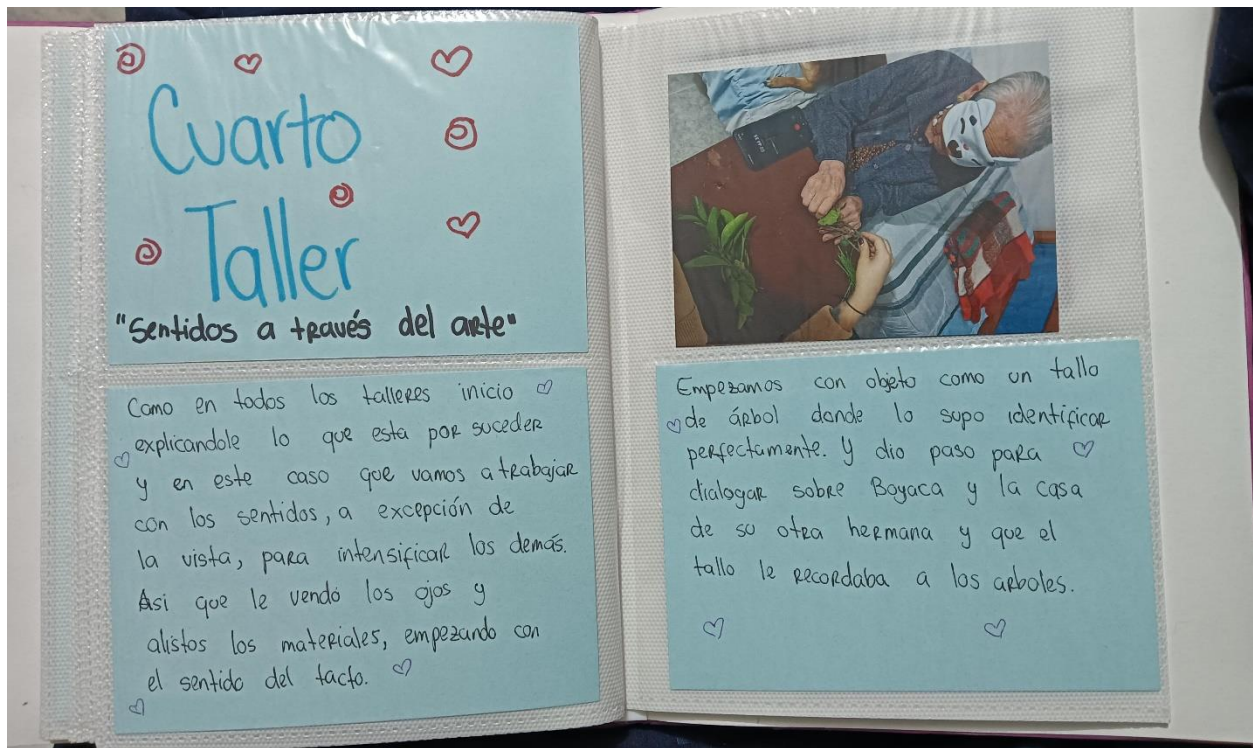


Ilustración 18 Álbum Cuarto Taller

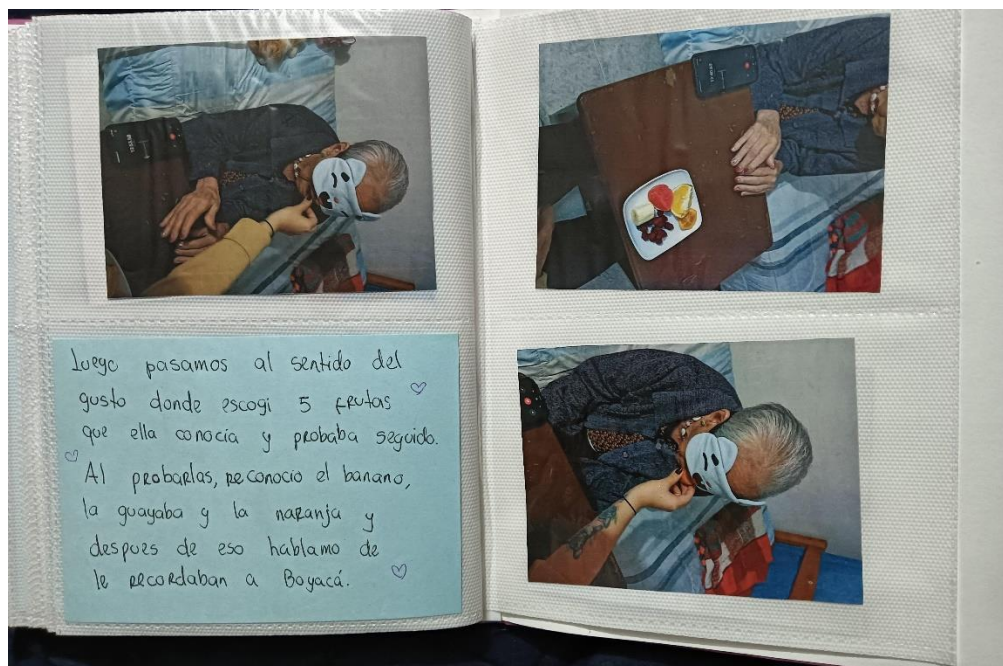
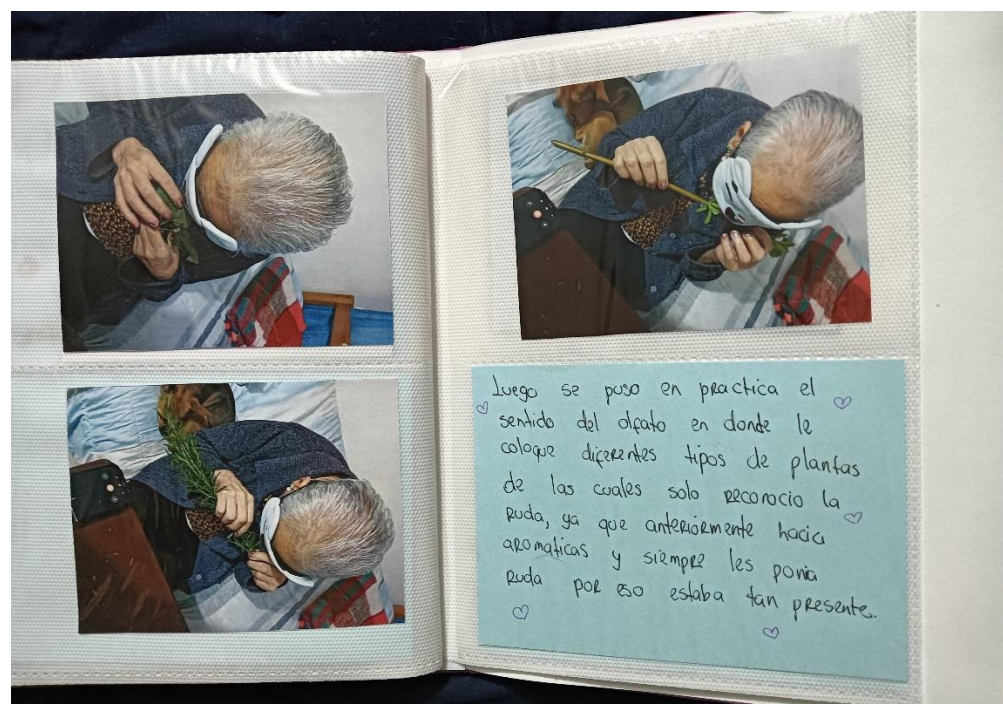
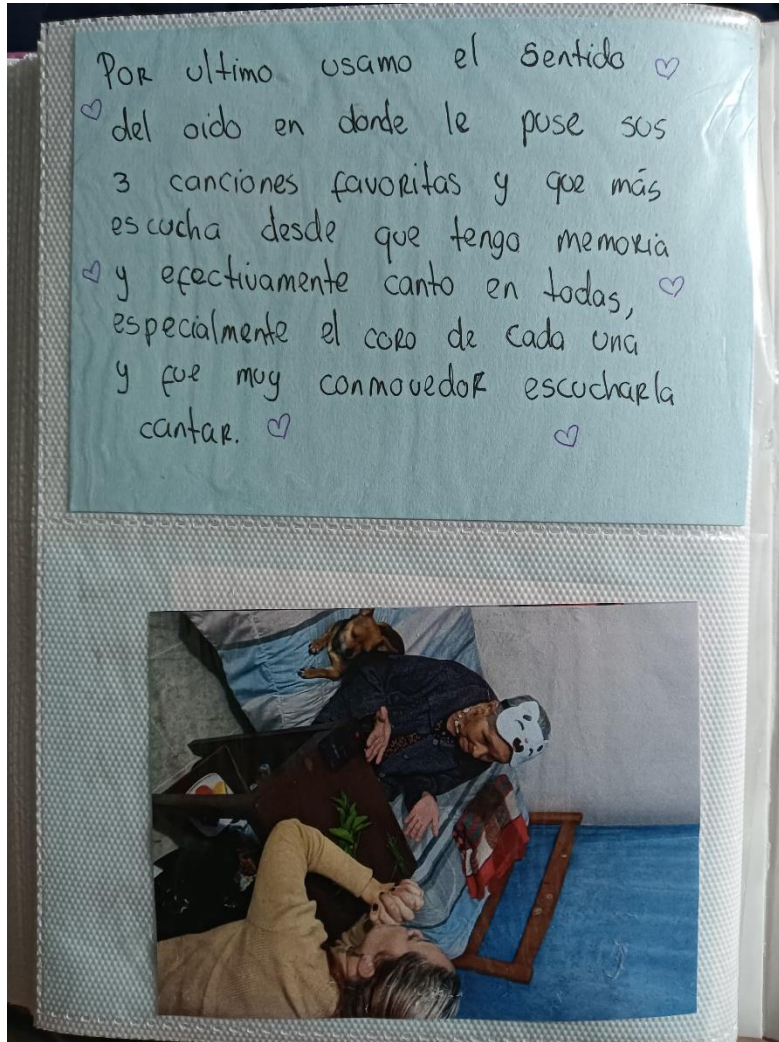


Ilustración 19 Álbum Cuarto Taller



**Ilustración 20** Álbum Cuarto Taller



## 4. ANÁLISIS

### 4.1. Primer taller: Un Viaje a Través de las Fotografías

El objetivo de los talleres era crear un espacio relajante y ameno para ambas partes de la investigación. Por ello, utilicé un vocabulario cercano al que normalmente empleamos con ella, con el fin de generar confianza a lo largo de cada sesión. Esto permitió que la conversación fluyera de manera natural, quedando reflejada en las micro narrativas que retratan su vida cotidiana. Así, en un futuro, poder mostrarle estos talleres y sus vivencias contadas desde su propia voz, para mantenerlas presentes en su mente, aunque sea por un momento. Incluso, cuando esas memorias se vayan desvaneciendo, se podrá compartir las anécdotas conversadas, pero esta vez narradas desde la voz de su familia.

Este primer taller brinda la oportunidad de explorar tanto las problemáticas como los beneficios de este trabajo de grado, el cual puede ser analizado desde una perspectiva investigativa. No obstante, el objetivo principal de este encuentro fue realizar un primer acercamiento para comprender el contexto y la situación de la participante a grandes rasgos. Esto me permitió identificar su situación específica, con el fin de mejorar el desarrollo de las siguientes sesiones. La intención era que, a medida que avanzan los encuentros, estos se volvieran más completos, permitiendo que la participante no solo se sintiera parte del proceso de investigación, sino que, por el contrario, pudiera vivir una experiencia en un entorno seguro y de confianza, donde pudiera desenvolverse de manera más abierta.

Durante el primer taller, después de explicarle en qué consistiría, se pudo notar una actitud muy receptiva por su parte, algo poco común, ya que normalmente no muestra interés por entablar

diálogos. Sin embargo, en esta ocasión se vio cómoda en el espacio, lo que permitió recopilar varias micro narrativas. A pesar de ello, también hubo momentos en los que permaneció en silencio, sin saber qué decir, aunque estos fueron pocos. En general, no hubo iniciativa por su parte para iniciar la conversación; siempre respondía a mis preguntas o seguía los inicios de diálogo que proponía yo.

Al mostrarle las fotografías de los álbumes familiares que ella guarda como tesoros, demostró una gran claridad al reconocer a las personas en las imágenes, la mayoría de las cuales eran familiares. En ningún momento confundió el nombre con el parentesco, lo que me generó tranquilidad y cierta emoción, tanto por los espacios que hemos compartido durante esta investigación como por aquellos previos, que no fueron registrados en este documento pero que fueron esenciales para el avance que observé en este primer encuentro. Este progreso también ha sido respaldado por los tratamientos médicos y otras estrategias implementadas en su vida cotidiana, tales como: mantener una vida activa, salir a caminar o al parque a diario, asistir a clases de danza con otras personas de la tercera edad, colaborar en la cocina cuando lo desea, o realizar actividades en cuadernos con ejercicios didácticos o para colorear, como se muestra a continuación:

**Ilustración 21** *Danza*



**Ilustración 22** *Colorear (Parte 1)*



**Ilustración 23** *Juego de "Uno"*



**Ilustración 24** *Pintura*



**Ilustración 25** *Colorear (Parte 2)*



**Ilustración 26** *Haciendo Jugo*



**Ilustración 27** Colorear (Parte 3)



**Ilustración 28** *Colorear (Parte 4)*



**Ilustración 29** *Ejercicios (Parte 1)*



### Ilustración 30 Ejercicios (Parte 2)



#### 4.2. Segundo taller: Pintando Siluetas del Corazón

En este encuentro, el tema central fue la pintura sobre siluetas y la posibilidad de generar una conversación a través del desarrollo del taller. Así, tras una breve introducción, se distribuyeron hojas de papel con siluetas impresas para que la participante las pintaran con los colores que, según su percepción, mejor representaran cada figura. A partir de esta actividad, surgieron una serie de preguntas y diálogos en los que se abordaron diversos temas personales. Se pudo observar que, en este taller, la participante se mostró más relajada y tuvo una mayor iniciativa en la conversación.

A medida que avanzaba el taller, fue posible observar una evolución en la forma en que la participante compartía sus micro-narrativas. Se evidenció que sus recuerdos de amores juveniles y de su lugar de origen, donde vivió gran parte de su juventud, seguían muy presentes. Este aspecto es relevante porque, a lo largo de su vida y antes de desarrollar demencia senil, no solía hablar mucho sobre sus sentimientos o experiencias personales, especialmente las relacionadas con el amor. Esto me permitió reflexionar sobre cómo, aparentemente, ella recuerda con mayor claridad sus vivencias pasadas que las más recientes. Además, la enfermedad parece haber alterado su percepción de la importancia de ciertos temas, lo que podría explicar por qué ahora comparte historias que antes, probablemente, nunca habría contado.

Durante el desarrollo del taller, se evidenció que las prácticas artísticas fueron la herramienta adecuada para llevar a cabo las actividades. Ella mostró un gran interés en pintar y en participar en todo tipo de actividad relacionada con las artes. A pesar de contar con conocimientos previos en pintura, se mostró receptiva a la guía, lo que evidenció su deseo de seguir aprendiendo y profundizando en su práctica.

#### **4.3. Tercer taller: Modelando el Pasado Con Arcilla**

En el tercer taller, se trabajó con arcilla roja, un material altamente moldeable en su estado húmedo, lo que la convierte en una excelente opción para la creación de figuras y piezas. Además de su versatilidad en el arte, la arcilla se emplea en terapias artísticas debido a sus beneficios para la relajación, la expresión emocional y el desarrollo de habilidades motoras finas. La manipulación de este material también es conocida por su capacidad para reducir el estrés y estimular la creatividad.

El propósito principal de este taller fue la creación de obras en arcilla, lo que permitió a la participante conectar con sus recuerdos emocionales y expresarlos visualmente. Además, sirvió como una herramienta para canalizar y liberar emociones, lo que contribuyó a un estado de mayor bienestar y felicidad a medida que avanzaba en la creación de las figuras. Es importante destacar este aspecto, ya que cualquier alteración negativa en su vida, ya sea emocional o física, puede influir en su proceso, intensificando los síntomas de la demencia senil hasta que la causa subyacente se aborde. Por eso, resulta esencial que se mantenga relajada y pueda liberarse de cargas emocionales a través de la arcilla y los talleres, en general.

Este material, estrechamente vinculado a la tierra, facilita una conexión profunda con las raíces, lo que permitió que, durante la actividad, surgieran conversaciones sobre las vivencias de su pueblo natal e incluso de la vereda donde creció. Todo esto se vio favorecido por el entorno propiciado por las prácticas artísticas.

#### **4.4. Cuarto taller: Sentidos a Través Del Arte**

En este taller, se llevó a cabo una recolección de diversos materiales seleccionados cuidadosamente para generar recuerdos a través de los sentidos: tacto, gusto, olfato y oído. Estos materiales fueron elegidos con la intención de evocar experiencias sensoriales que resultaran familiares para la participante, teniendo en cuenta sus gustos y conocimientos previos. La idea era que las texturas, sabores, aromas y sonidos seleccionados crearan momentos significativos y evocadores, contribuyendo así a la formación de nuevas memorias.

El objetivo de este taller era evidenciar los avances logrados en los talleres anteriores, por lo que se abordó de manera más integral, involucrando todos los sentidos. A pesar de ser el taller

más completo en cuanto a estímulos sensoriales, con mayor potencial para evocar recuerdos en la participante, se observó un cambio notable en la actitud de mi abuela Ana María. Si bien mostró interés en la actividad, no mostró una inclinación positiva hacia el diálogo. Sus respuestas fueron breves y concisas, y la iniciativa de la conversación estuvo siempre en manos de la investigadora. Aunque acertó en algunas de las preguntas, lo más relevante fue su actitud al responder y su falta de interés en continuar la conversación.

Por último, es evidente el cambio experimentado desde el primer taller hasta el último, no solo en la forma de responder, sino también en la falta de iniciativa hacia el proceso y en la casi ausencia de evocación de recuerdos.

Por otro lado, me gustaría resaltar que después de terminar todos los talleres, se le realizó una pequeña socialización a mi abuela donde se le volvió a resumir cada taller y el fin con el que estaba hecho, también se le conto un poco del análisis y lo que se quería lograr, también a lo que no se logró, pero queda como una opción para hacer en presentes ocasiones cuando ella quiera y este dispuesta a continuar. Ella por su lado solo agradeció por cada espacio y recalco nuevamente que le habían agrado los espacios y había sido bonito todo.

Para finalizar me gustaría destacar que al iniciar la propuesta pedagógica *Memorias de una Guerrera* donde quería reunir las memorias actuales de mi abuela, que padece demencia senil, a través de micro narrativas activadas por prácticas artísticas, con el objetivo de mejorar su calidad de vida; mi mayor miedo era que lo planteado en la investigación no se reflejara en los talleres, y que el proceso no permitiera llevar a cabo un análisis adecuado de la experiencia que atraviesa mi abuela Ana María. Con el tiempo y a lo largo de los talleres, este desafío se fue superando, a medida que se experimentaba con distintas prácticas artísticas y enfoques para abordar los talleres.

Algunas experiencias tuvieron un impacto mayor que otras. Este proceso, además, contribuyó de manera significativa a mi desarrollo como docente y transformó mi perspectiva sobre el sentido de la vivencia en el caso a nivel personal. Aunque la investigación no provocó un cambio significativo en su capacidad para evocar recuerdos, sí se evidenció una mayor conexión con las prácticas artísticas a lo largo de cada taller. Estas prácticas demostraron cómo, a pesar de los desafíos que la enfermedad puede generar, es posible mejorar la calidad de vida, llevando una existencia más digna y tranquila. Además, permitió que mi abuela Ana María siga teniendo algo de autonomía, tomando sus propias decisiones y percibiendo las cosas por sí misma, lo que constituye una parte esencial de lo que significa tener una buena calidad de vida.

Por otro lado, se puede observar claramente la evolución de la participante desde el primer taller hasta el último, no solo en la manera de responder, sino también en su falta de iniciativa hacia el proceso y en la evidente dificultad para recordar en la última sesión. Esto no implica que todos sus procesos seguirán este mismo curso, ya que la demencia senil es una enfermedad impredecible. Sin embargo, esta experiencia me brinda una idea de cómo podría abordar situaciones similares en mi entorno profesional, con mayor preparación y atención.

Así mismo, considero que los resultados de esta investigación son muy relevantes, ya que se evidenció que la participante posee una memoria remota más desarrollada, es decir, tiene más presente los recuerdos antiguos mientras que los más recientes se desvanecen. Esto ofrece una valiosa comprensión sobre cómo se puede seguir trabajando con ella en futuras ocasiones a medida que avanza en su proceso. Además, estos aprendizajes pueden ser implementados en otros contextos educativos en experiencias futuras como docente.

## 5. CONCLUSIONES

Este trabajo de grado contribuye a la línea "(Di)Sentir: Convergencias entre Educación, Arte y Política" al utilizar el arte como herramienta terapéutica y educativa para personas mayores con demencia senil. Al involucrar a los participantes en un proceso creativo, no solo se fortalece su memoria individual y colectiva, sino que también se les posiciona como co-creadores de su bienestar y conocimiento. Además, el proyecto cuestiona las visiones convencionales de la vejez y la demencia senil, promoviendo un enfoque inclusivo y activo de los adultos mayores. De este modo, se genera un diálogo entre arte y educación, transformando el proceso educativo en una experiencia de aprendizaje mutuo. Así mismo, el presente trabajo de grado demuestra cómo las prácticas artísticas pueden actuar como herramientas eficaces para evocar memorias y mejorar la calidad de vida de personas mayores con demencia, como mi abuela Ana María. Este enfoque no solo fortalece su bienestar emocional, sino que también dignifica su experiencia vital, ofreciendo soluciones directas a los objetivos planteados.

Tal como en el objetivo principal, ya que a través de la implementación de micro narrativas estimuladas por talleres artísticos, se logró recopilar y documentar los recuerdos vigentes de mi abuela. Este proceso permitió no solo registrar aspectos significativos de su vida, sino también revitalizar su capacidad de expresión, promoviendo una conexión más profunda con su entorno y mejorando su percepción de sí misma.

Por otro lado, los talleres diseñados incluyendo pintura, modelado de arcilla y exploración de fotografías; demostraron ser efectivos en la estimulación cognitiva de mi abuela. Estas

actividades no solo fomentaron su creatividad, sino que también le ofrecieron un espacio para recordar y compartir momentos significativos de su vida. Y también en las prácticas artísticas se personalizaron considerando los intereses y las experiencias previas de mi abuela. Esto no solo facilitó su participación activa, sino que también generó un ambiente de confort y motivación, permitiéndole disfrutar plenamente de las actividades propuestas.

Así mismo, a través de las conversaciones y los productos artísticos generados en los talleres, se capturaron relatos que reflejan la esencia de los recuerdos de mi abuela. Estas narrativas no solo representan un valioso archivo familiar, sino que también actúan como un testimonio de su vida, fortaleciendo su legado y preservando su identidad que así mismo logra.

En conclusión, arte, en su capacidad de evocar emociones y conectar con la memoria, se presenta como una herramienta poderosa para abordar los retos asociados a la demencia senil. Este trabajo no solo destaca el impacto positivo de las prácticas artísticas en la vida de mi abuela, sino que también ofrece una metodología replicable que puede aplicarse en otros contextos para beneficiar a personas con condiciones similares. La integración de las artes visuales en la educación y el cuidado de personas mayores representa una oportunidad para humanizar los procesos de intervención, promoviendo la dignidad y el bienestar en cada etapa de la vida.

Por último, si este documento puede ser de utilidad para algún lector, considero importante resaltar que a lo largo de cualquier proceso, es natural enfrentar miedos e incertidumbres. Sin embargo, como lo aprendí en el transcurso, es fundamental confiar en las habilidades que cada uno ha desarrollado, aceptar que somos seres en constante aprendizaje y comprender que la perfección no es el objetivo, sino el compromiso de dar lo mejor de nosotros en cada paso del camino.

No importa quién alcance la meta primero; lo verdaderamente valioso es el esfuerzo invertido durante el recorrido. Por ello, creo firmemente en la importancia de priorizar un proceso

enriquecedor, más allá de si los resultados son exactamente los esperados. Lo esencial radica en generar espacios donde las personas se sientan cómodas, motivadas y abiertas a aprender mutuamente, cultivando un intercambio de conocimiento y experiencias que enriquezca a todos los involucrados.

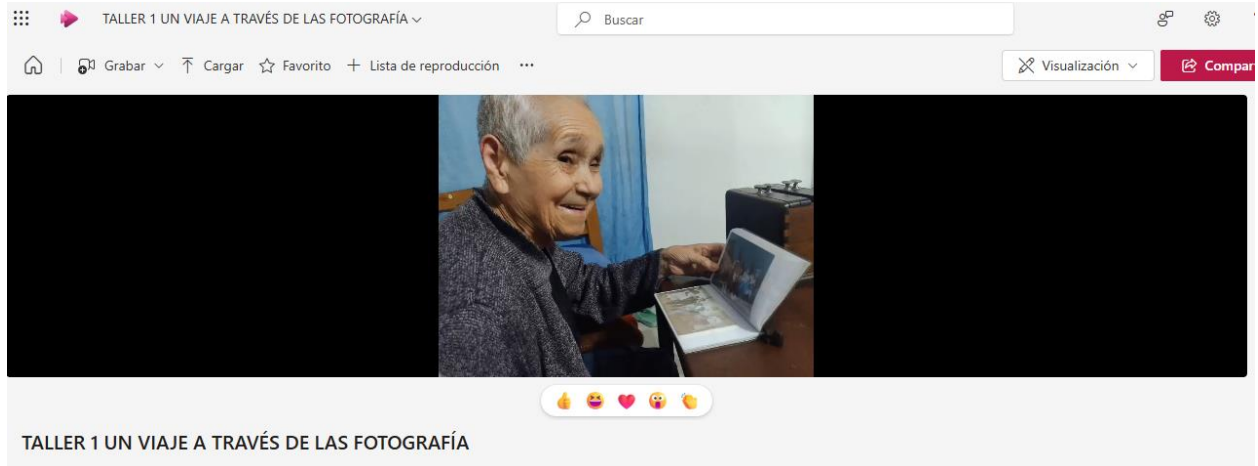
## 6. REFERENCIAS

- Augé, M. (1998). *Las formas del olvido*. Editorial Gedisa. Barcelona, España. Recuperado de: [Augé, Marc. Las Formas Del Olvido \[ocr\] \[1998\] : Marc Augé : Free Download, Borrow, and Streaming : Internet Archive](#)
- Bruner, J. (2003). *La fábrica de historias*. Edición Fondo de Cultura Económica de España. Recuperado de: [https://www.academia.edu/31862782/La\\_fabrica\\_de\\_historias\\_Bruner](https://www.academia.edu/31862782/La_fabrica_de_historias_Bruner)
- Cancian, F. (1991). *La familia: un sistema relacional*. Editorial McGraw-Hill. México. Recuperado de: [La Familia Como Un Sistema Relacional | PDF](#)
- Colmenares, M., & Piñeros, P. (2008). *La investigación acción en el contexto educativo: Un enfoque práctico*. Editorial Magisterio. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/761/76111892006.pdf>
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (Coords.). (2012). *Manual de investigación cualitativa*. Barcelona: Gedisa. Recuperado de: [https://pics.unison.mx/maestria/wp-content/uploads/2020/05/manual\\_investigacion\\_cualitativa.pdf](https://pics.unison.mx/maestria/wp-content/uploads/2020/05/manual_investigacion_cualitativa.pdf)
- Gardner, H. (1983). *Estructuras de la mente: La teoría de las inteligencias múltiples*. Fondo de Cultura Económica LTDA. Recuperado de: [Gardner\\_Howard\\_Teoria\\_De\\_Las\\_Inteligenci.pdf](#)
- Gómez, L. (2020). *La escuela en la calidad de vida del adulto mayor* Recuperado de: <http://hdl.handle.net/10654/36478>
- Perec, G. (1999). *Especies de espacios*. Editorial Novagrafik, S. A. Barcelona. España. Recuperado de: [Georges Perec - Especies de espacios.pdf - Google Drive](#)

- *Pinedo, L. (2016). Salud y calidad de vida en el adulto mayor. Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública. Perú. Recuperado de: Salud y calidad de vida adulto maypr lectura pdf tesis valentina 1.pdf*
- *Pucha-Quito, R., Valarezo, P., & Hurtado, G. (2019). El fortalecimiento cognitivo enfocado a la demencia senil con el desarrollo de un panel de colores. Dominio de las Ciencias. Recuperado de: <https://doi.org/10.23857/dc.v5i2.1098>*
- *Ricoeur, P. (2004). La memoria, la historia, el olvido. Editorial Fondo de Cultura Económica de Argentina, S. A. Recuperado de: [RICOEUR P. La Memoria La Historia El Olvido LAV : Paul Ricoeur : Free Download, Borrow, and Streaming : Internet Archive](#)*
- *Ruiz, E., (2010). Psicología social del envejecimiento y perspectiva del transcurso de la vida: consideraciones críticas. Revista Colombiana de Psicología. Recuperado de: ADULTEZ MAYOR.pdf*
- *Ruiz de Sánchez, C., Nariño, D., & Muñoz, J. (2010). Epidemiología y carga de la Enfermedad de Alzheimer. Acta Neurológica Colombiana, Recuperado de: <https://actaneurologica.com/index.php/anc/article/view/1802>*
- *Runge, A., & Muñoz, D. (2012). Pedagogía y praxis (práctica) educativa o educación de nuevo: una diferencia necesaria. Revista Latinoamericana de Estudios Educativos. Colombia. Recuperado de: <file:///C:/Users/ascun/Downloads/practica%20artística%20reflexiva.pdf>*

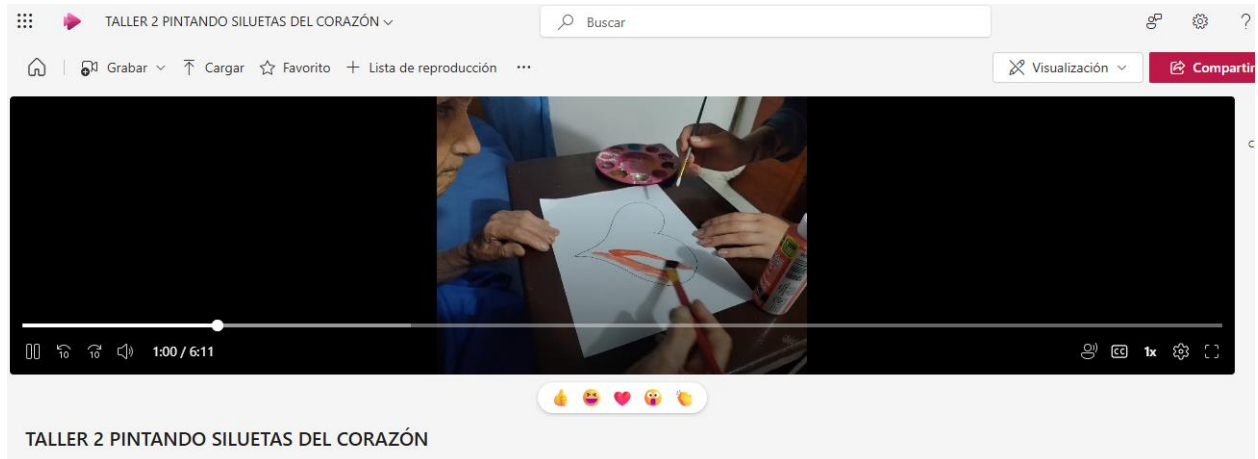
## 7. ANEXOS

### 7.1. Anexo 1. Video Primer Taller – Un Viaje a Través de la Fotografía



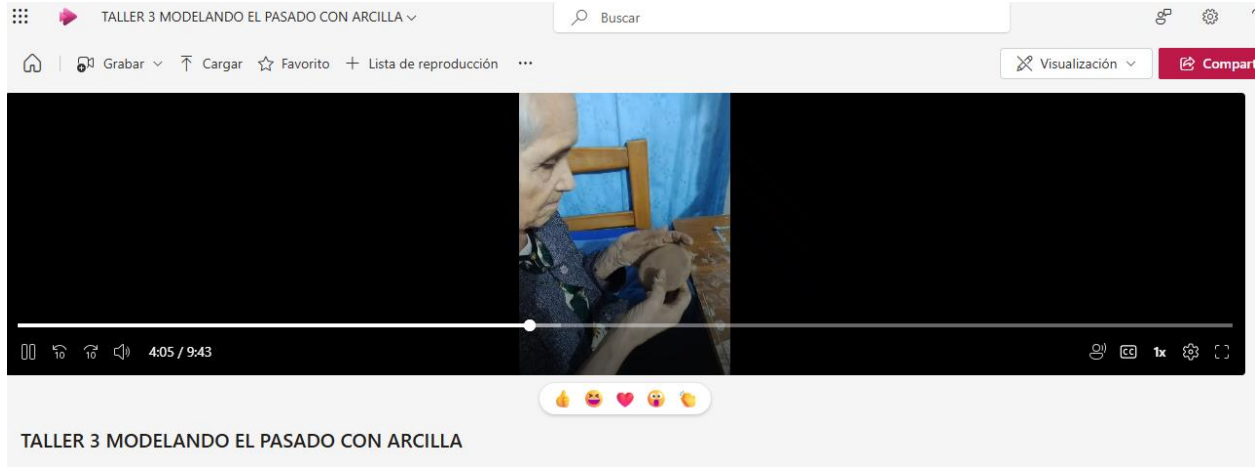
<https://youtu.be/HE7ixuoKPgM>

### 7.2. Anexo 2. Video Segundo Taller – Pintando Siluetas Del Corazón



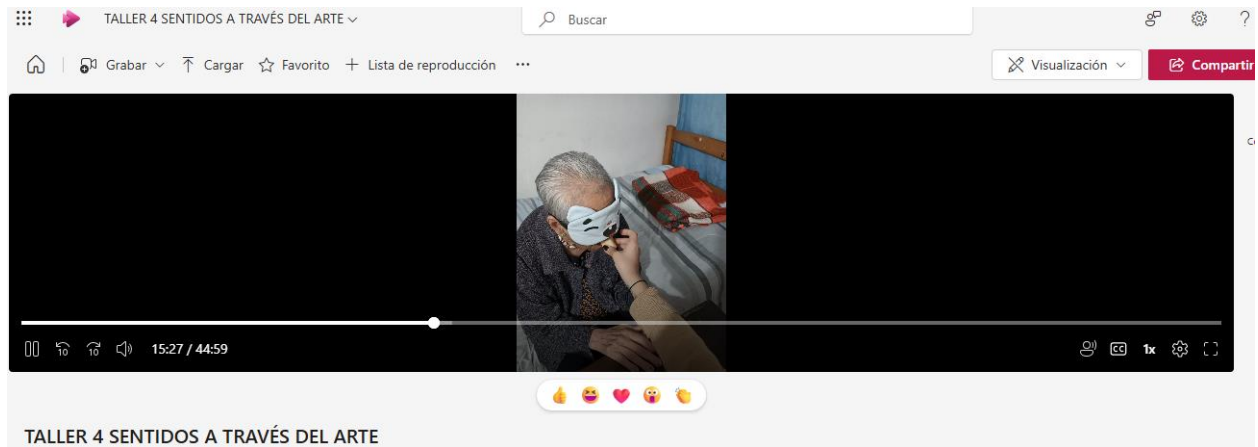
<https://youtu.be/RfSoMIeTIQY>

### 7.3. Anexo 3. Video Tercer Taller – Modelando el Pasado Con Arcilla



[https://youtu.be/Y3FOzsx\\_MmI](https://youtu.be/Y3FOzsx_MmI)

### 7.4. Anexo 4. Video Cuarto Taller – Sentidos a Través Del Arte



<https://youtu.be/aceIKxyXXvE>