

Guadalajara: redes de apoyo comunitarias para las personas mayores

Elisa Cerros Rodríguez

Universidad de Guadalajara

ORCID: 0000-0003-1716-1292

Yolanda de Jesús Hernández Delgado

Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo

ORCID: 0000-0002-9029-7228

EL MUNDO EXPERIMENTA UN PROCESO DE ENVEJECIMIENTO generalizado y acelerado. En el caso de México, de acuerdo con la Comisión Nacional de Población, en el 2024 había en el país 16,421,678 de personas de 60 años y más, cifra que representa el 12% de la población. En el caso de América Latina y el Caribe, de acuerdo con la Organización Panamericana de la Salud, para el 2050 la población mayor de 65 años representará en la región el 30%. Este proceso de envejecimiento poblacional es el reflejo de los cambios en el número de nacimientos, muertes y el aumento de la esperanza de vida, que es el promedio de años que una persona puede vivir a partir de su año de nacimiento. Por ejemplo, en el año 2020 la esperanza de vida promedio era de 74.2 años, mientras que en el año 1960 la esperanza de vida era de 57.8 años. Junto al envejecimiento poblacional, vivimos un cambio en las estructuras y funciones de la familia y la manera en que nos vinculamos.

Ante el panorama expuesto, el presente artículo busca reflexionar sobre la importancia del fortalecimiento de las redes de apoyo social; en particular, las comunitarias para el bienestar de las personas mayores (PM), y para ello, presentamos la intervención social que se ha estado llevando a cabo en la colonia Lomas de Polanco en Guadalajara, Jalisco, la cual aspira a convertirse en un modelo de intervención comunitaria para fortalecer estas redes.

Las redes de apoyo social son las relaciones que integran a una persona con su entorno, son las personas con las que nos vinculamos y establecemos lazos de



apoyo y comunicación,¹ y a través de las cuales se resuelven ciertas necesidades gracias al intercambio de diversos apoyos, como el sentirnos escuchados, acompañados, reconocidos; recibir dinero, donaciones, alojamiento, o bien apoyo en las labores del hogar, el cuidado y por supuesto, el intercambio de información.²

Es importante considerar que las redes sociales de apoyo no solo se conforman por los integrantes de la familia: estas pueden estar integradas por nuestros vecinos, nuestros amigos y amigas, y en algunos casos, son producto de los vínculos que formamos con instituciones donde participamos, como la iglesia o el grupo de personas mayores que acuden a alguna actividad organizada por el DIF o alguna otra institución u organización.

A lo largo de nuestra vida, las redes de apoyo social son importantes, pero se ha observado que, en la vejez, estas contribuyen a mantener el bienestar social y a preservar el sentido de pertenencia entre la población, la reducción del aislamiento y a revolver algunas necesidades económicas y de cuidado. Es por ello, que se ha señalado la gran relevancia que tiene para este grupo poblacional contar con redes de apoyo para enfrentar sus crecientes necesidades, tanto aquellas de orden constante como las de tipo

emergente ya que dichas redes constituyen uno de los principales recursos y/o estrategias para resolver diversas necesidades en la vida cotidiana y fortalecer la cohesión social.

La familia se ha reconocido como la principal red de apoyo de las PM. Sin embargo, debemos reconocer que cada día se vuelve más difícil que estas puedan responder de manera adecuada a sus necesidades, debido a las transformaciones que se están experimentando. Entre estos cambios, se observa una reducción en el número de sus integrantes, una mayor distancia geográfica entre los integrantes, mayor participación en el mercado laboral por parte de las mujeres, así como una demanda constante en el cumplimiento de las demandas asociadas a los roles laborales. Además, la pandemia por COVID-19 agravó esta situación, causando estragos importantes en las redes de apoyo.

Para las PM, la familia es el pilar fundamental de su entorno social. El apoyo incondicional de sus seres queridos es esencial para su bienestar, especialmente cuando su vida social se reduce, como ocurre en casos de movilidad limitada. La familia, al asumir el rol de cuidador, ofrece mayor seguridad emocional, confianza e intimidad, y evita así la sensación de abandono y falta de afecto que a menudo experi-



¹ Carolina Aranda Beltrán y Manuel Pando Moreno, "Conceptualización del apoyo social y las redes de apoyo social", en *Revista IIPSI*, vol. 16, núm 1, 2013, pp. 233-245, doi.org/10.15381/rinvp.v16i1.3929.

² José Miguel Guzmán, Sandra Huenchuan y Verónica Montes de Oca Zavala, "Marco teórico conceptual sobre redes de apoyo social de las personas mayores", en *Redes de apoyo social de las personas mayores en América Latina y el Caribe*. Santiago de Chile, CEPAL, 2003, pp. 23-32. Disponible en: <https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/ef737c9a-227d-4949-b412-6a86b32f8f80/content>.

mentan las PM cuando son institucionalizadas.³

Ante el incremento de PM y los cambios en las estructuras familiares, debemos reconocer que la familia no puede ser la única responsable del bienestar de estas, sino que como sociedad somos corresponsables del mismo. Para ello consideramos que una de las principales estrategias es fortalecer las redes de apoyo a nivel barrio, que es el espacio geográfico donde las PM pasan el mayor tiempo, donde conviven y donde podemos potenciar los recursos existentes.

Desde esa idea es que construimos un proceso de intervención denominado *Construyendo barrios amigables con las personas mayores*, que parte de una perspectiva dialógica, colaborativa y participativa y que dio inicio en la colonia Lomas de Polanco en Guadalajara, Jalisco desde el año 2022. Es importante mencionar que esta colonia se distingue por su densidad poblacional, al ser la quinta colonia con mayor número de habitantes. Según el Instituto de Información Estadística y Geográfica de Jalisco, son 24,058 habitantes, de los cuales 2,080 son personas mayores de 65 y más,⁴ dato estadístico que la ubica como la tercera colonia con mayor número de PM del municipio de Guadalajara.

Sustentamos la propuesta de intervención a partir de los resultados obtenidos a lo largo del proyecto de investigación e incidencia, a través del

cual hemos podido realizar una recuperación histórica de la colonia desde la voz de las PM participantes, un diagnóstico participativo de las principales problemáticas que identifican y que viven en su comunidad, así como la propuesta de acciones a desarrollar para mejorar su entorno físico y social. Todos esos insumos permitieron proyectar un proceso de intervención centrado en las redes de apoyo, a nivel barrio durante el año 2024, considerándose ese nivel como el espacio de intervención idóneo para fortalecer las redes de apoyo.

El proyecto está alineado con la estrategia implementada por la Organización Mundial de la Salud, *Ciudades amigables con las personas mayores* que busca promover a nivel mundial comunidades más amigables con este grupo poblacional; esto es: crear entornos locales amigables con el envejecimiento, lugares donde las personas puedan envejecer dignamente y con calidad de vida; y a partir de la cual se han promovido los barrios amigables. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, una ciudad amigable con los mayores promueve el envejecimiento activo a través de la optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad de las personas mayores.

Acciones en Lomas de Polanco

Primeramente, realizamos la caracterización de la colonia, a tra-

³ Plan municipal de desarrollo y gobernanza Ixtlahuacán de los Membrillos Jalisco. Ixtlahuacán de los Membrillos Gobierno Municipal, 2021.

⁴ Instituto de Información Estadística y Geografía, 2020.



vés de recorridos físicos y el llenado del instrumentos de registro de información, la aplicación de 135 cédulas que nos permitieron identificar las condiciones de las viviendas de las PM así como las características de infraestructura y equipamiento de la colonia, y confirmamos las dificultades de accesibilidad espacial presentes en el ámbito público y en sus hogares, las cuales inciden en su movilidad.

En la segunda etapa, realizamos grupos de discusión con las PM de la colonia, con el objetivo de construir de manera dialógica el diagnóstico participativo. Durante las sesiones, realizamos de manera colaborativa la reconstrucción histórica de la comunidad “recordando la historia de mi comunidad”. Posteriormente, identificamos las principales problemáticas de la colonia “encontrándome con mi barrio”, donde las persona mayores manifestaron de manera recurrente los problemas de accesibilidad, las problemáticas que están presentes en sus entornos familiares, entre ellos, el sentimiento de abandono que tienen las PM respecto a sus hijos e hijas, identificada por ellos como consecuencia de la distancia física que hay entre su casa y la de sus hijos, así como de las diversas ocupaciones que tienen estos y la responsabilidad del cuidado de sus familias.

La tercera etapa se desarrolló a través de talleres en los barrios de la colonia a fin de co-construir barrios amigables con las PM, que permitan fortalecer la red familiar, vecinal y comunitaria, y con ello, contribuir a que las personas sigan viviendo y disfrutando de su barrio, pues se ha visto que permanecer en el entorno familiar y comunitario cerca de las personas que aman y con quienes están acostumbrados, así como mantener su vida social, son probablemente de los principales deseos para la población mayor y que mayor beneficio les genera. Las PM quieren y deben sentirse parte de la comunidad y esto es crucial para que una ciudad sea amigable con los mayores.

Queremos concluir indicando que el fortalecimiento de las redes vecinales y comunitarias resulta fundamental para complementar el apoyo familiar y garantizar el bienestar de las PM en un contexto de envejecimiento poblacional acelerado. Estas redes promueven la cohesión social y el sentido de pertenencia grupal. Así, ante las transformaciones estructurales en la familia y las limitaciones que estas presentan, es imprescindible construir entornos comunitarios más amigables e inclusivos donde podamos conformar una nueva forma de convivencia intergeneracional.

