

ps̥cœspacios

ISSN-e: 2145-2776

Vol. 18, Nº 33, julio-diciembre, 2024



Futuros psicólogos envejeciendo al revés: evaluación de un taller de sensibilización sobre gerontología social crítica y envejecimiento

Future Psychologists Aging in Reverse:
Evaluation of a Sensitization Workshop
on Critical Social Gerontology and Aging

MIGUEL ÁNGEL GALLARDO ESTRADA

Universidad Autónoma del Estado de Morelos, México

<https://orcid.org/0000-0003-0521-0069>

miguel.gallardo@uaem.mx

ANNIKA MAYA RIVERO

Universidad Autónoma del Estado de México, México

<https://orcid.org/0000-0002-2648-4977>

annikamr@gmail.com

Recibido: 11 junio 2024 • Aceptado: 17 septiembre 2024 • Publicado: 1 octubre 2024

Cómo citar este artículo: Gallardo Estrada, M. A. & Maya Rivero, A. (2024). Futuros psicólogos envejeciendo al revés: evaluación de un taller de sensibilización sobre gerontología social crítica y envejecimiento. *Psicoespacios*, 18(33). <https://doi.org/10.25057/21452776.1658>

Resumen

El envejecimiento poblacional plantea retos en la formación de los profesionales de la psicología, particularmente desde la perspectiva de la gerontología social crítica y los estudios del envejecimiento. Esta investigación evalúa los efectos de la aplicación del taller “*Envejecer al revés: Dimensiones psicosociales del envejecimiento*”, basado en la gerontología social crítica, además de los retos psicosociales y emocionales que enfrentan las personas mayores. Implementado en la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Morelos, México, este taller se desarrolló en cinco sesiones abordando dimensiones clave como los cambios cognitivos y emocionales, el apoyo psicosocial y los dilemas éticos en atención a las personas mayores. Como metodología, se utilizó el traje generador de empatía, una herramienta fundamental que les permitió a los estudiantes experimentar limitaciones físicas relativas al envejecimiento, además de fomentar una comprensión emocional de los desafíos cotidianos de las personas mayores. Se hizo un cuestionario pretest y postest de 16 ítems para medir los cambios en las percepciones y los conocimientos de los estudiantes. Los resultados cuantitativos, mediante la prueba de Wilcoxon, indicaron una mejora significativa en la percepción sobre las personas mayores. Asimismo, el análisis de fiabilidad del instrumento mediante el Omega de McDonald dado n evidenció buena consistencia interna. En las reflexiones cualitativas, se destaca la falta de empatía, la invisibilización, discriminación y los problemas de salud como los principales retos para las personas mayores. En particular, los estudiantes señalaron la importancia del cuidado emocional para mejorar el bienestar de las personas mayores. Se concluyó que es muy relevante la integración de la gerontología social crítica y el cuidado emocional en la formación de los psicólogos, y se sugieren estudios longitudinales para evaluar el impacto a largo plazo de este tipo de intervenciones educativas.

Palabras clave: gerontología social crítica, envejecimiento, psicología del envejecimiento, taller de sensibilización, formación profesional.

Abstract

Population aging poses challenges in the training of psychology professionals, particularly from the perspective of critical social gerontology and aging studies. This research evaluates the effects of the application of the workshop “*Aging backwards: Psychosocial dimensions of aging*”, based on critical social gerontology, in addition to the psychosocial and emotional challenges faced by the elderly. Implemented at the Faculty of Psychology of the Autonomous University of Morelos, Mexico, this workshop was developed in five sessions addressing key dimensions such as cognitive and emotional changes, psychosocial support and ethical dilemmas in caring for the elderly. As a methodology, the empathy-generating suit was used, a fundamental tool that allowed students to experience physical limitations related to aging, in addition to fostering an emotional understanding of the daily challenges of the elderly. A 16-item pretest and posttest questionnaire was administered to measure changes in students' perceptions and knowledge. Quantitative results, using the Wilcoxon test, indicated a significant improvement in the perception of older people. Likewise, the reliability analysis of the instrument by means of McDonald's Omega given n evidenced good internal consistency. In the qualitative reflections, lack of empathy, invisibilization, discrimination and health problems were highlighted as the main challenges for the elderly. In particular, students pointed out the importance of emotional care to improve the well-being of the elderly. It was concluded that the integration of critical social gerontology and emotional care in the training of psychologists is very relevant, and longitudinal studies are suggested to evaluate the long-term impact of this type of educational interventions.

Keywords: Critical Social Gerontology, aging, psychology of aging, sensitization workshop, professional training

Introducción

La gerontología social crítica (GSC) se puede entender como un esfuerzo disciplinar que estudia la complejidad del fenómeno de la vejez más allá de los aspectos reduccionistas clásicos que lo han visto estrictamente desde la perspectiva biologicista. La GSC busca la comprensión profunda de las condiciones estructurales de desigualdad que padece el sector de las personas mayores (PM). En este sentido, la GSC demanda la transformación de la realidad imperante a partir de la intervención, de las condiciones de vida de los mayores desde enfoques como la emancipación, la crítica de las estructuras de poder y dominio, los estereotipos, la participación, agencia y desde la multidisciplina (Mara Danel & Sala, 2019). Desde esta perspectiva multidisciplinar surge la presente investigación, que expone la implementación de un taller basado en la GSC, integrando herramientas provenientes tanto de la psicología como de la disciplina del diseño. Y es que siguiendo las propuestas de Ibañez (2004), la relación entre el campo de la psicología con la GSC puede complementarse en cuatro dimensiones: 1. La búsqueda por la consolidación de una práctica teórica que no solo pertenezca al campo académico, sino que rebase los muros de las universidades para poner en confrontación a las instituciones hegemónicas; 2. La superación de la narrativa hegemónica para cuestionar las concepciones dominantes sobre la serie de relaciones sociales que han logrado condicionar y organizar los estilos de vida contemporánea, incluso concepciones relacionadas con el pensamiento progresista que en ocasiones son más conservadoras de lo que aparentan; 3. La comprensión, con respecto a lo falso de la verdad dominante, de que el campo de la significación del hecho no es más que un espacio de lucha política, y esta perspectiva desmorona la falsa ilusión de objetividad; y,

4. La transformación social desde una perspectiva crítica, la cual busca comprender cómo son los procesos de construcción de subjetividades emancipadas, lo más lejos posible de determinantes hegemónicos que son reconocidas estructuras de violencia.

Se ha analizado con anterioridad cuál es la percepción que los estudiantes universitarios tienen respecto a las PM, el envejecimiento y las vejeces (Gutiérrez & Mayordomo Rodríguez, 2019; Rodríguez Mora, 2020) these stereotypes must disappear in order to work with aged people without a negative view of them. The aim of this paper was to identify the existence of negative stereotypes towards old age in students who are pursuing health-related and not related university degree courses. A total of 262 students were assessed with the CENVE questionnaire. In order to find out whether there were differences between students with respect to negative stereotypes, an ANOVA and a post-hoc comparison test were carried out. Results were significant at the 5% level. These show evidence of the existence of negative stereotypes about old age in students pursuing university degrees related and not related to the field of health. ANOVAs showed differences in total CENVE ($F_{3,259} = 3.574$; $p = 0.015$; $\eta^2 = 0.040$). De manera específica, desde el área de la salud, se ha evidenciado que los estudiantes de enfermería de países en vías de desarrollo tienen actitudes positivas hacia las PM, pero existen brechas en lo que refiere a la educación gerontológica (Abudu-Birresborn et al., 2019) guided by the Arksey and O'Malley (2005). Asimismo, según Soria Andrés (2023), los estudiantes universitarios que han formado parte de estudios sobre percepción de las personas mayores y proceso de envejecimiento sienten que les faltan conocimientos. Además se ha demostrado que “la participación de estudiantes universitarios en talleres educativos interprofesionales sobre la vejez y los

cuidados geriátricos generan actitudes más positivas hacia las personas mayores y un mayor interés por trabajar en equipos interdisciplinarios en la atención del mayor” (Soria Andrés, 2023, p. 15). Por su parte, Tomkow y Thomson (2023), tras la aplicación exitosa de su programa de Gerontología Social en la Maestría en Geriatría de la Universidad de Northwest, aseguran que es necesario incrementar la gerontología social en la enseñanza de Medicina.

Por otro lado, el efecto positivo que el uso de “simuladores de edad”, como el traje generador de empatía que se utilizó en este estudio, tienen sobre la percepción de la vejez y el proceso de envejecimiento ha sido estudiado en diferentes momentos y con distintas perspectivas desde el diseño (Maya-Rivero, 2012; Maya-Rivero & Rubio-Toledo, 2020) y desde el área de la salud (Bouwmeester Stjernetun et al., 2023; Jeong & Kwon, 2021). Desde la perspectiva neurocientífica, Ramos-Zúñiga y González-Ríos (2023) reportaron que de 256 personas que utilizaron un “simulador de senescencia”,¹ el 98,9 % dijo que este cambió su percepción al aumentar su empatía, el 76,2 % mostró mayor sensibilidad hacia los mayores y el 79,3 % dijo que el aprendizaje experiencial consolidó su perspectiva profesionalizante; además resalta que entre las personas participantes de 18 a 20 años, “la sensibilidad y la reorientación hacia la obtención de un título de postgrado asociado fueron mayores tras la intervención” ($p = 0,01$) (Ramos-Zúñiga y González-Ríos, 2023, p. 1).

Justificación y planteamiento del problema

Las personas mayores son sujetos de su entorno, sus circunstancias e incluso de las interacciones con este. La identidad y percepción de los mayores es el resultado de movimientos dialécticos, es decir, de la interacción entre la subjetividad y la realidad. De igual modo, existe un planteamiento crítico al respecto, y esto indica que la mayor parte del medio ambiente o entorno social no tiene mucha influencia determinante en las intenciones o intereses de la gente mayor. Gran parte del entorno está construido para cumplir otras lógicas, regularmente la agenda del poder y los sectores hegemónicos (Berger & Luckmann, 2001; Foucault, 1975; Giddens, 1996). Aunado a ello, existe un aumento gradual y sostenido de la población mayor, situación que conlleva la urgencia de pensar en los desafíos que se presentarán en las áreas de las ciencias sociales, económicas y de salud (CONAPO, 2004, 2012; González, 2015; INEGI, 2021a, 2021b; Organización Mundial de la Salud, 2015). Así, se vuelve importante comprender la influencia del entorno en las personas mayores para construir una serie de perspectivas críticas que reconozcan las limitaciones impuestas por las estructuras e infraestructuras de los espacios donde esta población originalmente se encuentra relegada. La postura crítica del cuestionamiento y el desafío a dichas estructuras marca la pauta para la consideración teórica y la metodológica desde sus intervenciones transdisciplinarias, que señalen y promuevan entornos con mayor inclusión para responder a las necesidades de esta población.

Por lo anterior, es fundamental construir competencias en la formación académica, así como divulgar y socializar el conocimiento con respecto a lo complejo del fenómeno relacionado con la realidad de la población de mayores de 60 años. Para esto, se vuelve

¹ Ramos-Zúñiga y González-Ríos lo nombran *simulador de senescencia*, pero, haciendo una crítica desde el edadismo y viejismo, se sugiere que este tipo de simuladores sean nombrados de otra manera, como el caso del traje generador de empatía.

necesario diseñar estrategias de intervención que acerquen y sensibilicen sobre el envejecimiento entre los estudiantes de diferentes disciplinas, y en este caso, entre los alumnos de las carreras de Psicología. La calidad de la formación de los psicólogos y psicólogas es esencial para garantizar que su desempeño profesional futuro sea eficaz, pues su intervención tendrá un impacto directo en las próximas generaciones, por lo que es importante que cuenten con habilidades y conocimientos necesarios que brinden una atención, además de oportuna, con evidente calidad.

Una de las ventajas de implementar un taller para introducir y sensibilizar a los estudiantes de Psicología radica en que, en la etapa de formación, existen oportunidades de adquirir habilidades y conocimientos, pues se encuentran en un momento de mayor receptividad a nuevas ideas y enfoques. Esto permite la incorporación de perspectivas innovadoras relacionadas con las PM y, de igual modo, dado el crecimiento de la problemática, la alta demanda de especialistas en la atención de esta población.

Los estudiantes de Psicología pueden ser agentes de cambio. Con los conocimientos relacionados con el campo de la salud, el bienestar mental y conociendo los desafíos y las necesidades de la población mayor, se pueden trazar líneas de estudio, investigación e intervención y, quizá en un trabajo posterior, de diseño de políticas públicas.

Por lo anterior, el desarrollo de este taller tiene la intención de sensibilizar y proporcionar una introducción respecto a la GSC, y se encuentra especialmente diseñado para estudiantes de Psicología. Su principal enfoque es el entendimiento de las dinámicas sociales, psicológicas y emocionales que se viven regularmente en la cotidianidad las PM de 60 años. Además, pretende desarrollar las perspectivas críticas y empáticas necesarias para el estudio y la intervención eficaz en esta población desde la disciplina de la Psicología.

El problema y objetivo central de esta investigación es conocer los efectos de la aplicación de un taller fundamentado en la GSC en la formación de estudiantes de Psicología con respecto a su percepción de las personas mayores, tomando en cuenta los aspectos de cuidado emocional. Por lo tanto, la pregunta que guía esta investigación es la siguiente: ¿Qué efectos tiene la aplicación de un taller fundamentado en la GSC en la formación de estudiantes de Psicología con respecto su percepción de las personas mayores, tomando en cuenta los aspectos de cuidado emocional?

Marco teórico

La gerontología social crítica

La gerontología social crítica destaca otros elementos relacionados con la vejez y el envejecimiento, como la discriminación, los factores de poder, los determinantes sociales, culturales, políticos y económicos e incluso la subjetividad. La GSC, de igual modo, construye su objeto de estudio lejos de la pasividad, y lo lleva a constituirse como un objeto de intervención y transformación. Con esto reconsidera su posición y perspectiva en el reconocimiento de las PM como sujetos inmersos en una compleja estructura de condiciones que los coloca en un lugar, físico y/o imaginario, en el que es muy probable que ni siquiera hayan decidido estar (Fergusson-Cárdenas et al., 2020; Piña-Morán et al., 2018; Robledo Marín & Orejuela Gómez, 2021).

Se puede pensar entonces que la GSC tiene un respaldo teórico con respecto a lo que postula la posgerontología, ya que permite analizar discursos que fomentan la perspectiva dominante sobre el envejecimiento y la vejez. Además, aborda no solo los aspectos inherentes a estos fenómenos, sino también las demandas actuales del campo

(Iacub, 2013). Como resultado, se sugiere entonces que la GSC sea un instrumento enfocado en la visibilización. Y esto conlleva doble propósito: por un lado, eliminar los estereotipos creados por una cultura predominante, que conducen a una dinámica entrecruzada de acciones hacia la discriminación en este sector, y por otro, empoderar a las PM para liberarse de estos estereotipos encajonados. Por lo tanto, la GSC ofrece una alternativa de pensamiento que pone en discusión las normas sociales para replantearlas (Hidalgo, 1993).

Fundamentos y percepciones de la GSC y el cuidado emocional

Se parte del supuesto de que hasta ahora el envejecimiento es considerado como un proceso complejo en el que existen, de manera inevitable, cambios biológicos, psicológicos y sociales. De ser cierto esto, las percepciones que se tienen de la vejez, además de su procuración, cuidado y acompañamiento, están influenciadas por factores socioculturales y todo lo que ello implica. Los factores socioculturales —valores, creencias, costumbres, educación, género, tecnología, organización, política, instituciones, entre otros— determinan los roles y las conductas por las cuales los sujetos se conducen y regulan. Los factores socioculturales son fundamentales para comprender el comportamiento social, pero también la percepción de la realidad (Berger & Luckmann, 2001; Zhang et al., 2023).

La percepción de la vejez está regularmente considerada a partir de categorías negativas que van desde la pérdida de habilidades físicas hasta la disminución de capacidades cognitivas. Aunque, por otro lado, es posible que estas percepciones se reviertan en el momento en que los jóvenes, y particularmente aquellos que se están formando, tengan una relación profesional y empática con esta población. El contacto frecuente

y significativo de los jóvenes universitarios con los mayores puede romper estereotipos e incluso replantear el paradigma de que la vejez es la etapa de la decadencia (Hernández López et al., 2017; Merino Martín, 2019).

Por otro lado, la GSC como una propuesta transdisciplinar, desde una perspectiva epistemológica dialéctica, ejerce un escrutinio crítico de las estructuras y prácticas sociales que de algún modo marginan a las PM. Esta corriente disciplinar explora los aspectos biológicos de la vejez y, además, las dimensiones sociales y políticas que influyen en la experiencia de envejecer. La GSC se encarga de promover, con investigaciones e intervenciones, la consideración a los mayores con cargas de agentividad, es decir, como actores sociales que participan plenamente en la vida comunitaria en la toma de decisiones.

La GSC pone en estrados el cuestionamiento de los prejuicios constituidos que facilitan la discriminación por edad (edadismo), para que en cambio existan políticas públicas que favorezcan la inclusión (Piña-Morán et al., 2018). Estas construcciones culturales y sus narrativas tienen implicaciones en los imaginarios sociales, es decir, en la construcción subjetiva del colectivo hegemónico con respecto a lo que supone ser el envejecimiento. Al respecto, la GSC busca poner en movimiento esas percepciones y narrativas, de tal modo que cumpla con los enfoques más justos.

Es importante mencionar que la GSC no se limita a la hiperteorización del fenómeno, porque de hacerlo cometería el mismo error que critica. Al contrario, la GSC enfoca sus esfuerzos en la práctica e implementación de modelos de intervención desde distintas disciplinas, para contribuir a la creación de políticas efectivas. Dichas políticas pueden delinear una serie de estrategias que vayan desde lo jurídico hasta la información que lleve al empoderamiento de las PM; dicho de

otro modo, se busca que los mayores puedan ser protagonistas del diseño, la implementación y la evaluación de dichas políticas con el fin de que deriven en programas que impacten sus vidas de manera positiva.

Con respecto al cuidado emocional, este es considerado como parte importante para el bienestar de la gente mayor. Este tipo de cuidado se centra en la empatía, el respeto y la dignidad de dichas personas y aborda, además de las necesidades físicas, las necesidades emocionales y psicológicas. El cuidado emocional es una práctica en la cual la promoción de la autonomía y el bienestar general de esta población considera sus contextos socioculturales y expectativas individuales. El cuidado emocional desde la perspectiva de la GSC proporciona un marco en el cual se enfatiza la importancia del pensamiento inclusivo. Desde esta mirada, se promueven espacios ambientados con cargas emocionales que brinden mayor seguridad y apoyo (González Moreno & Rangel Flores, 2023).

Algunos estudios, como los de An et al. (2024), Hidalgo-Fuentes et al. (2024) y Li et al. (2021), family system theory and the Mental Health Continuum Short Form (MHC-SF) demuestran que el apoyo emocional es un factor elemental para la incidencia positiva del bienestar psicológico y social. Por otro lado, las intervenciones en las cuales se ve involucrada la comunidad mitigan el aislamiento como factor primordial para el aumento del riesgo de la depresión en PM. La incorporación de estrategias de apoyo emocional en programas de intervención es importante para el sostenimiento y la mejora de la salud mental. Un metaanálisis reciente reveló que las intervenciones que incluyen componentes de apoyo emocional garantizan el bienestar emocional y reducen con ello los niveles de estrés en diversos contextos (Giebel et al., 2022) with mental health stigmatised. Older adults are some of the most vulnerable members of society and

may require specific types of mental health support. The aim of this mixed-methods systematic review and meta-analysis was to explore the types, components, and efficacy of psychosocial community-based mental health interventions for older adults (aged 60 + years). En definitiva, estas dinámicas se empatan con el enfoque de la GSC, el cual propone un abordaje acompañado de varias dinámicas que van desde las físicas, las psicosociales y, por supuesto, las emocionales. Desde el enfoque crítico, el apoyo emocional no debe verse como un factor secundario; por el contrario, este se considera una dimensión esencial que favorece un envejecimiento apegado a la dignidad humana, además saludable. La GSC busca incidir en que los enfoques puramente biomédicos eviten los factores de atención emocional y con ello poner en discusión estas narrativas tradicionales que reducen a las PM a problemas meramente físicos (Behrendt et al., 2022; Devkota et al., 2023).

Preparación y compromiso profesional desde la interdisciplina

Otra dimensión que se contempla en este estudio tiene que ver con el autoconcepto y/o reconocimiento por parte de los estudiantes participantes con respecto a los conocimientos adquiridos durante su estancia en la carrera. La preparación de los profesionales en psicología en el tema de gerontología es importante para atender las futuras problemáticas que se presentarán con esta población. En este sentido, se requiere tener mayor presencia educativa, estrategias pedagógicas, teóricas y metodológicas, así como aproximaciones al fenómeno desarrollando habilidades de empatía.

Además de la formación pertinente que atienda a los cambios radicales del futuro, debe haber un compromiso profesional para que sea idónea la calidad de la atención, el

acompañamiento y el cuidado de los mayores. En cuanto a las instituciones educativas, es oportuno pensar en la creación de entornos de aprendizaje colaborativo y multidisciplinario enfocados a problemáticas como la que se plantea en este trabajo. Los enfoques educativos con características multidisciplinarias e interdisciplinarias, que preparan a los futuros profesionales para el trabajo con equipos dotados de diversas perspectivas, favorecen la atención integral de los mayores. La interdisciplina y, por ende, las combinaciones disciplinares suponen la pérdida de los límites entre disciplinas (Equihua Zamora, 2019, p. 247); además, cuando se realiza un proyecto interdisciplinario, se abren puentes de comunicación entre las disciplinas incorporadas y se trasladan herramientas metodológicas (Equihua Zamora, 2019, p. 223).

La competencia profesional que requiere la GSC lleva consigo una serie de conocimientos particulares, habilidades de herramientas de intervención, además de actitudes para la atención de las PM. Esto, aunado al nivel de compromiso con esta población, influye de manera determinante en la práctica centrada en la persona facilitando con ello la creación de entornos para el cuidado a largo plazo. Lo anterior sugiere pensar que la calidad de vida y el bienestar de los mayores se basa en la relación que puede existir entre la competencia profesional y las prácticas centradas en la persona (Choi & Kim, 2023).

Algunos ejemplos de estas competencias se relacionan con la comprensión de los aspectos biológicos, psicológicos y sociales del envejecimiento, desde la perspectiva de la GSC. Otra competencia que viene desde la institución educativa se vincula con la implementación de los programas de formación continua, la cual debe contar con el acceso a los últimos avances de conocimiento relacionados con el envejecimiento. Otra capacidad aplicable tendría que ver con la

comunicación, es decir, poder comunicarse eficazmente con los mayores y sus familias. Esto incluye el desarrollo de habilidades para escuchar de manera activa, empatizar y transmitir información con mayores claridades. Asimismo, es fundamental el desarrollo de competencias del cuidado y planificación, además de evaluación y monitoreo (Wyman et al., 2019).

Sobre la valoración de la atención social de las PM

El envejecimiento poblacional en México presenta retos importantes, particularmente en los sistemas de salud y servicios sociales. Cada vez las PM requerirán de acompañamientos especializados en el campo de la psicología, así como del asistencialismo, sin dejar de lado la atención médica.

La intervención social aunada a la atención médica es una estrategia considerablemente positiva para la atención integral de esta población, que además de lograr los objetivos del bienestar y salud, se espera que aminore costos, porque se comprende la compleja red de necesidades en el campo de lo social que inciden de manera significativa en el área de la salud (The National Academies of Sciences, 2019).²

Por ejemplo, la reciente crisis de salud mundial provocada por la pandemia del COVID-19, puso de relieve no solo las condiciones paupérrimas de los sistemas de salud en países como México, también hizo manifiestas las desigualdades en la atención de salud, particularmente en la población adulta mayor. Si el sistema de salud y el asistencialismo en México ya eran deficientes, la pandemia, además de evidenciarlas, aumentó los grados de vulnerabilidad y profundizó las injusticias sociales (Cox, 2020).

² The National Academies of Sciences (2019): <https://nap.nationalacademies.org/read/25467/chapter/1>

Por otro lado, para lograr una atención integral existen aspectos éticos y de valores a través de los cuales se pueden alcanzar condiciones de calidad en el trabajo con mayores. La práctica ética en el trabajo social junto con la atención institucional y profesional requiere revisiones profundas con respecto a los principios éticos profesionales y los valores sociales. La valoración que se le dé a los mayores depende de los niveles de bienestar de la sociedad a la que pertenezca, y esta dinámica los eleva al respeto, la dignidad y la justicia social (Spitzer & Neuman, 2009).

Metodología

Diseño del taller

El taller se desarrolló en el marco de la “Semana de Talleres Intersemestrales” de la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de Morelos (UAEM). Estas jornadas tienen como objetivo complementar la currícula formal de la carrera con temas que puedan ser relevantes para la Psicología. Así que el taller titulado “*Envejecer al revés... dimensiones psicosociales del envejecimiento: aproximaciones desde la Gerontología Social Crítica*” fue diseñado para intervenir desde una perspectiva de modelo educativo y destinado exclusivamente a estudiantes de cualquier grado de la facultad de Psicología. La organización del taller se dividió en cinco sesiones de cuatro horas cada una, lo que resultó en un total de 20 horas. Cada sesión abordó cinco dimensiones consideradas relevantes para la comprensión de los desafíos psicosociales que se enfrentan en el envejecimiento y la vejez.

Las dimensiones incluyeron desde conceptos básicos de la GSC, los cambios cognitivos y emocionales en la vejez, pasando por la intervención y el apoyo psicosocial, las vivencias corporales de la vejez y, por último, los dilemas éticos en el trabajo directo con

esta población. Al mismo tiempo, se adaptaron actividades interactivas tales como dinámicas grupales, discusiones, ejercicios de reflexión crítica, y lo que afianzó todo ello fue la actividad que involucró el traje generador de empatía (TGE), conocido también como traje simulador de edad.³

El traje generador de empatía (TGE)

Esta herramienta tiene su origen en la disciplina del diseño, específicamente en el diseño de productos (Sloan, 2008). Su historia inicia a principios del siglo XXI, pero existen antecedentes como el ejercicio etnográfico realizado por la diseñadora industrial Patricia Moore durante mayo de 1979 a octubre de 1982 (Maya Rivero, 2023), en el que la autora se caracterizó de persona mayor, restringiendo la movilidad de su cuerpo, la visión e incluso maquillando su rostro y cuerpo para aparentar una persona mayor y así recorrer los Estados Unidos de Norte América y Canadá (Moore & Conn, 1985).

Desde la investigación en diseño surgió el traje llamado AGNES (*Age Gain Now Emphaty System*)⁴ desarrollado por el Instituto Tecnológico de Massachusetts, específicamente por el MIT AgeLab⁵ (s. f.). Por otro lado, en Europa se creó el traje GERT (*Simulador de Edad*, 2024). Además de estos, existen varios más diseñados en diferentes partes del mundo, provenientes tanto de la industria como de la academia (Maya Rivero, 2018). En el año 2011, desde la academia, se inició el diseño de esta herramienta con el objetivo de bajar los costos de su desarrollo e implementación. La creación del traje

³ Esta concepción, en cierto punto edadista, es preferible erradicarla; pero, dada la historia relativamente reciente del traje, es necesario nombrarla.

⁴ Sistema para generar empatía sobre la edad o envejecimiento.

⁵ Laboratorio de Envejecimiento

generador de empatía mexicano formó parte de los resultados de una investigación de maestría de la Universidad Autónoma del Estado de México (Maya-Rivero, 2012).

El TGE se fundamenta en algo llamado diseño centrado en la persona, que forma parte del diseño inclusivo (Maya-Rivero, 2012). Su finalidad es lograr que cualquier persona experimente las limitaciones que pueden ocurrir durante el proceso de envejecimiento y la vejez. Así que otro fundamento del TGE se sitúa en la geriatría, pues su diseño se basa en la replicación de limitaciones y cambios que, si bien no son específicos de las PM, suelen ser frecuentes en este sector poblacional, aunque no siempre de manera simultánea. Algunos de los cambios simulados son: 1) visuales, por ejemplo visión borrosa o con manchas simulando cataratas, realizando esto con gafas oscuras con grasa; 2) auditivos, restringiendo la entrada de sonidos con el apoyo de tapones; 3) motores, disminuyendo la movilidad del tronco, cuello y extremidades con el uso de diferentes aditamentos como collarín, fajas, rodilleras, coderas y ligas; 4) pérdida de masa muscular, agregándole peso extra al cuerpo para fatigarlo con mayor prontitud; 5) temblor en manos, simulando problemas neurológicos como los generados en el Parkinson, esto con impulsos eléctricos controlados.

El TGE no solo busca provocar ciertas experiencias físicas en los estudiantes de psicología cercanas a la vida diaria de la mayoría de las PM, sino que también tiene la finalidad

de causar implicaciones en la autopercepción de los aspectos emocionales. En el momento en que el estudiante se pone en la situación de la actividad, reconoce las complejidades y los retos que representa la vivencia cotidiana de las PM. Durante las dinámicas grupales y los ejercicios de reflexión crítica, los estudiantes discutieron acerca de las limitaciones físicas y de la forma en que pueden afectar el bienestar emocional de las PM.

El proceso de aplicación del TGE en los estudiantes de psicología se llevó a cabo iniciando con una breve plática sobre los cambios del cuerpo envejecido; posterior a ello se conformaron 3 equipos de entre 6 y 7 personas, en los cuales un participante del mismo se colocó el traje y realizó una serie de actividades como utilizar su teléfono móvil, caminar por las instalaciones de la facultad de Psicología, ir al sanitario y fingir utilizar el baño, comprar algo y subirse al transporte de la universidad. Los miembros del equipo que no contaban con el traje pudieron restringir su movilidad o sus sentidos al colocarse aditamentos simples como gafas oscuras y tapones en los oídos. El TGE fue colocado en al menos 2 miembros de cada equipo. Se permitió que los y las estudiantes pudieran agregar actividades con el uso del traje.

Como se puede ver en la Tabla 1, tanto las actividades interactivas —las dinámicas grupales, las discusiones y los ejercicios de reflexión crítica— como la aplicación del TGE tuvieron el propósito de profundizar en la comprensión y empatía del envejecimiento.

Tabla 1.
Contenido del taller “Envejecer al revés... Dimensiones Psicosociales del Envejecimiento: aproximaciones desde la Gerontología Social Crítica”

Sesión	Temas y conceptos	Habilidades que desarrollar	Dinámica	Preguntas generadoras	Materiales previos
1	Envejecimiento y sociedad: conceptos clave de la GSC. Estereotipos y prejuicios sobre el envejecimiento. Introducción a la gerontología social crítica.	Empatía y entendimiento de diversas perspectivas.	Círculo de historias: compartir experiencias personales con PM.	¿Cómo esta historia te ha afectado o cambiado tu percepción sobre el envejecimiento? ¿Qué emociones o pensamientos te suscitó la experiencia compartida? ¿Cómo se relaciona esta historia con lo que hemos aprendido sobre gerontología social crítica?	Lectura de cuento. Audiovisuales.
2	Psicología del envejecimiento: cambios cognitivos y emocionales en la vejez. Redes de apoyo social y su impacto.	Visualización del proceso de envejecimiento y sus impactos.	Cronograma de cambios: crear un cronograma colectivo de cambios en la vejez.	¿Qué cambios crees que son los más significativos en las diferentes etapas de la vejez? ¿Cómo se diferencian las experiencias de envejecimiento en distintos contextos sociales o culturales? ¿Qué estrategias podrían implementarse para abordar los desafíos en cada etapa del envejecimiento?	Artículos y material audiovisual.
3	Intervención y apoyo psicosocial: estrategias y herramientas para el trabajo con PM. El papel del psicólogo en la mejora de la calidad de vida.	Conciencia social y búsqueda de soluciones creativas.	Teatro del oprimido: representa situaciones cotidianas que enfrentan las PM.	¿Qué emociones o desafíos destacaron en la representación? ¿Cómo podrían los psicólogos intervenir en situaciones similares a las representadas? ¿De qué manera podemos aplicar la GSC para mejorar estas situaciones?	Literatura y audiovisuales.
4	Vivencia corporal y cotidiana de la vejez: simulación y actividades para experimentar las limitaciones físicas y sensoriales. Reflexiones sobre adaptación y empatía.	Comprensión de desafíos cotidianos y fomento de la empatía.	¿Y si ya no pudiera...?: Actividades que reproduzcan limitaciones de los PM.	¿Cómo te sentiste al experimentar las limitaciones físicas y sensoriales? ¿Qué aprendiste sobre los desafíos diarios que enfrentan los PM? ¿Cómo podrías aplicar este entendimiento en tu práctica profesional futura?	Guantes, gafas distorsionantes, etc.

Sesión	Temas y conceptos	Habilidades que desarrollar	Dinámica	Preguntas generadoras	Materiales previos
5	Ética y empatía: reflexión crítica sobre el trato y la comprensión de la vejez. Discusión sobre dilemas éticos en la atención. Innovaciones y futuras direcciones en gerontología social crítica.	Reflexión.	Dinámica Árbol de la vida: crean un “árbol” añadiendo hojas que representan aspectos positivos del envejecimiento y raíces que simbolizan los fundamentos de una buena calidad de vida para los PM.	¿Cómo podríamos abordar los dilemas morales que surgen al trabajar con poblaciones de PM, especialmente cuando se enfrentan a decisiones relacionadas con su autonomía y bienestar? ¿de qué manera las diferentes etapas de la vejez afectan nuestras expectativas y nuestra comprensión de la empatía hacia los PM? ¿cómo podrían los principios de la GSC influir en nuestras intervenciones para promover un envejecimiento digno y respetuoso?	Audiovisuales, artículos, cuentos.

Fuente: elaboración propia

Instrumento de evaluación

Se desarrolló y evaluó un instrumento de evaluación en específico, el cual se compone de una encuesta de entrada y de salida que evalúa los conocimientos previos, así como los adquiridos después del taller.

Este instrumento cuenta con tres dimensiones:

1. Fundamentos y percepciones de la GSC y el cuidado emocional.
 - a. Verificar el conocimiento previo de los estudiantes con respecto a la GSC y su percepción sobre la atención psicológica que reciben las PM.
2. Preparación y compromiso profesional.
 - a. Evaluar la comprensión de los estudiantes de los conceptos clave y las estrategias de intervención en GSC.
3. Valoración de la atención social de las PM.

- a. Evaluar a los estudiantes sobre cómo la sociedad maneja las necesidades de las PM.

La encuesta consistió originalmente en 19 preguntas cerradas y 3 preguntas cualitativas de salida. Después de la validación, el instrumento quedó en 16 preguntas pretest y posttest cerradas. Las preguntas cerradas se crearon para medir los cambios en las percepciones y los conocimientos específicos sobre la GSC y el envejecimiento. Para la validación del instrumento en confiabilidad y validez se manejó Alpha de Cronbach. Es importante mencionar que, para la validación de este instrumento, se realizó como parte del procedimiento, su aplicación como prueba piloto a sujetos con características muy similares a los sujetos del taller, es decir, población estudiantil universitaria y que parte de la facultad de Psicología; esto con la intención de contribuir a la validación de constructo. Como se ilustra en la Tabla 2, para esta validación se aplicó a 55 sujetos, de los cuales

53 completaron todos los ítems pertinentes al estudio (96 % de los casos son válidos). Se excluyeron 2 casos (3,6 %) debido a la falta de respuestas de todas las variables.

Tabla 2
Resumen de procedimiento de casos.

		N	%
Casos	Válido	53	96.4
	Excluido ^a	2	3.6
	Total	55	100.0

a La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento

Fuente: elaboración propia

La confiabilidad fue evaluada mediante el coeficiente de Alpha de Cronbach, obteniendo un valor de ,707 para los 19 ítems. Esto indica una confiabilidad aceptable, lo que sugiere que el instrumento es coherente. Como se muestra en la Tabla 3, tiene un valor de 70,869 % en la varianza total explicada.

Tabla 3
Alfa de Cronbach de la prueba piloto.

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
.707	19

Fuente: elaboración propia.

Selección de participantes

La selección de los participantes se limitó a los estudiantes regulares que se encuentran cursando cualquier nivel semestral de la carrera de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de Morelos (UAEM). La convocatoria se realizó de manera abierta con la única condición de que mostraran interés de conocer y profundizar sus conocimientos sobre la GSC. El taller se ofreció como una actividad optativa y la participación en él fue estrictamente voluntaria. Fueron un total de 23 estudiantes,

de los cuales fueron 22 participantes femeninas y 1 participante masculino.

Recolección de datos cuantitativos y fiabilidad del instrumento aplicado

Para evaluar la consistencia interna de los ítems se calculó con el Omega de McDonald dado *n*. A diferencia del Alfa de Cronbach, el Omega proporciona una medida más robusta de la fiabilidad al tener en cuenta la estructura factorial del instrumento, lo que es especialmente relevante cuando los ítems miden múltiples dimensiones o factores. Este análisis se realizó en *Rstudio* utilizando el paquete *psych* (Revelle, 2024). Para calcular el coeficiente de Omega de McDonald, se utilizó la función *omega()*, la cual permite descomponer la varianza de los ítems en un factor general y factores de primer orden. Este análisis se llevó a cabo con la finalidad de determinar si el instrumento presentaba una estructura multidimensional, y de evaluar la fiabilidad general del cuestionario.

Los resultados fueron que el coeficiente de Omega total para este instrumento fue de 0,89, lo que indica una buena consistencia interna general (Kline, 1999). El Omega de *Hierarchical* fue de 0,66, y esto sugiere que aproximadamente el 66 % de la varianza común entre los ítems puede atribuirse al factor general, mientras que el 34 % restante corresponde a sus subdimensiones específicas. Estos resultados indican que el instrumento presenta tanto un factor general como subdimensiones específicos, lo que justifica la aplicación del Omega de McDonald. También se calculó el Coeficiente de Cronbach y este fue de 0,79, lo cual sugiere una consistencia interna aceptable. Sin embargo, según se puede observar en la Tabla 4, debido a que la estructura del cuestionario es multifactorial, el Omega de McDonald se consideró como medida más apropiada.

Tabla 4
Omega de McDonald y Alfa de Cronbach del instrumento en Rstudio.

Alpha:	0.79
G. 6:	0.97
Omega Hierarchical:	0.66
Omega Hasymptotic:	0.74
Omega Total	0.89

Fuente: elaboración propia

Es importante mencionar que el instrumento diseñado para la evaluación del taller está basado en una escala Likert y finalmente se compuso por 16 ítems. El instrumento fue diseñado para medir tanto las percepciones como los conocimientos de los estudiantes participantes antes y después del taller, conocido como pretest y postest (Matas, 2018).

Análisis cualitativo

Los y las estudiantes participantes contestaron tres preguntas abiertas catalogadas como reflexiones post-taller. Dichas preguntas versaron sobre los desafíos, las problemáticas y dificultades que las PM experimentan y que influyen en su calidad de vida en la sociedad actual. El análisis se realizó de manera manual, vaciando la información en un documento de hoja de cálculo, realizando una categorización de la información con base en su frecuencia y similitud.

Resultados

De la prueba de Wilcoxon

- A continuación, se describen los resultados arrojados por el software estadístico SPSS:
- Hipótesis nula: la mediana de las diferencias entre PRE y POS es igual a 0.
 - Prueba utilizada: prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas.

- Significancia: 0,014.
 - Decisión: se rechaza la hipótesis nula.
- Existe suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula ya que el valor p de 0,014 está por debajo del umbral aceptado de 0,05. Esto refleja que las diferencias en las medias entre los resultados antes y después del taller no son igual a cero y son estadísticamente significativas, como se muestra en la Tabla 5. Así, la aplicación del taller tuvo un efecto positivo y significativo.

Tabla 5
Resumen de prueba de hipótesis.

	Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
1	La mediana de las diferencias entre PRE y POST es igual a 0	Prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas	.014	Rechazar la hipótesis nula

Fuente: elaboración propia.

De los datos cualitativos

- Los y las participantes dijeron que los desafíos más importantes que enfrentan las PM, con base en su frecuencia son: falta de empatía [6], invisibilización [5], exclusión/discriminación [5], salud mental, [3] salud física [3], edadismo [2], estereotipos y prejuicios [2], salud en general [1], vulnerabilidad [1], entorno [1], prevención de enfermedades [1] y adaptación de las PM a la sociedad [1].
- Los y las participantes expresaron que la segunda problemática más relevante para las PM, con base en su frecuencia es: estereotipos y prejuicios [5], salud mental [5], edadismo [4], exclusión [4], entorno [3], salud física [3], invisibilización o desconocimiento [2], salud en general [1], recursos [1] y alimentación [1].
- Una tercera dificultad importante percibida por las personas participantes en la vida

de las PM, con base en su frecuencia es: falta de empatía [4], exclusión/discriminación [4], entorno [3], salud mental [3], abandono [2], estereotipos/prejuicios [2], salud física [1], falta de respeto [1], falta de tolerancia [1], recursos [1], falta de acceso a servicios de apoyo [1], falta de redes de apoyo [1], dependencia [1], vulnerabilidad [1], infantilización [1] y edadismo [1].

De manera general, tomando las tres preguntas abiertas con base en su frecuencia se obtuvieron tres categorías principales: 1) salud [27], 2) discriminación o exclusión [23], 3) falta de empatía [10]. A las categorías más frecuentes les siguen: estereotipos y prejuicios [9], invisibilización [7], entorno [7], vulnerabilidad [2], falta de recursos [2], falta de apoyos [2], abandono [2], diferencias generacionales [1], ser una carga [1] y adaptación de las PM a la sociedad y no viceversa [1]. En la Figura 5 se visualizan estos resultados. Algunas de las declaraciones respecto a las categorías más frecuentes fueron las siguientes:

- “El estado de salud mental en el que se encuentran a raíz de sus dificultades físicas” [Salud].
- “La pérdida de funciones motrices y cognitivas, todos los cambios físicos y psicológicos” [Salud].
- “Ya estando grandes no se les da la misma oportunidad que a los demás, es cierto que llega un punto en el que tu cuerpo no puede hacer lo mismo y tus habilidades decaen, pero no por eso se les debe de juzgar y hacer menos” [Discriminación/Exclusión].
- “Debe de ser difícil para ellos el cómo los trata la sociedad, el cómo no les dan la importancia que se merecen y que deberían de tener” [Discriminación/Exclusión].
- “La falta de empatía de la sociedad, que, siendo una población muy vulnerable, pasa muy desapercibida hasta por sus propios familiares” [Falta de empatía].

- “La falta de empatía que existe hacia ellos, muchos consideran a los adultos mayores como una carga y estos también lo sienten haciendo que se excluyan constantemente” [Falta de empatía].

Con respecto a la Figura 1 de visualización cualitativa, esta representa las principales dificultades que enfrentan las PM según la perspectiva de los mismos estudiantes. Estas dificultades fueron identificadas a través de las respuestas a las tres preguntas abiertas que se aplicaron a los estudiantes. Cada dificultad está conectada con otras, lo que indica niveles de complejidad y de interrelación de los problemas que afectan a esta población. La Figura 5 muestra cómo los estudiantes perciben a esta población, pero, sobre todo, es importante observar los niveles de complejidad del envejecimiento en la sociedad actual. Los temas que resaltan son la falta de empatía, los estereotipos y prejuicios, la discriminación y la invisibilización, y ver cómo se entrelazan, sugiriendo con ello el diseño de una estrategia para intervenir en los próximos talleres, como propuesta de avance y modificación.

En el centro de la figura se encuentra el concepto de “desafíos que enfrentan las personas mayores”, lo cual indica que todos los aspectos mencionados están interrelacionados y contribuyen a una experiencia de dificultad para las PM. Como se puede apreciar, estos retos van más allá de lo individual y tocan aspectos sociales, emocionales y de salud, evidenciando la multiplicidad de factores que influyen en el bienestar de esta población.

Se puede destacar también que la falta de empatía es un desafío muy marcado, y que este se encuentra directamente conectado con otros temas como la invisibilización, los estereotipos y los prejuicios, así como la discriminación y la exclusión. Lo anterior sugiere que la empatía es un factor clave para mejorar la calidad de vida de las PM, y su ausencia

puede tener un impacto negativo en otras dimensiones relacionadas con su bienestar.

El tema de salud se encuentra presente en esta figura, conectado con los temas de discriminación/exclusión y la invisibilización. Esta conexión sugiere que es importante

pensar en políticas de salud en PM para la erradicación de barreras sociales. De igual modo, los estereotipos y prejuicios son percepciones erróneas sobre la capacidad de las PM para contribuir a la sociedad, aunque esto puede ser contrarrestado con las dinámicas del envejecimiento activo.

Figura 1

Visualización del análisis cualitativo.



Fuente: elaboración propia.

Análisis de resultados

La prueba de Wilcoxon es adecuada para este estudio porque compara dos conjuntos de puntuaciones pareadas. Esto es, que cada participante en el estudio tiene un par de resultados antes y después del taller. La prueba, que analiza las diferencias entre estas puntuaciones, no requiere la suposición de normalidad en la distribución de los datos, lo cual es común en muestras pequeñas o de menos de 30 datos, con medidas de comportamiento en el caso de estudios psi-

cológicos y educativos. Los resultados del taller mostraron una mejora significativa en la comprensión de los estudiantes sobre el cuidado emocional. A medida que los estudiantes se fueron familiarizando con la problemática cotidiana que enfrentan las PM, emergió la importancia del cuidado emocional como un aspecto fundamental que no siempre se aborda de manera suficiente en la formación profesional. Estudios como el de Lo et al. (2022) we remain in the midst of the Covid-19 pandemic. During this time, the enactment of social distancing policies needed to curb the spread of disease has

also heightened attention to the emotional costs of isolation on psychosocial development and mental health. In this chapter, we examine the construct of social connectedness (the ability to relate to others muestran cómo el bienestar emocional es un factor fundamental para un envejecimiento saludable, lo que pone en punto de discusión crítica los programas educativos en la formación de Psicólogos que no incluyen el cuidado emocional como parte importante en el cuidado y acompañamiento de las PM. Lo que se ha evidenciado a partir de los análisis de intervención es que el taller propuesto descubrió el vacío de la falta del abordaje del acompañamiento emocional, lo cual surgió con las actividades detonadoras como el TGE y las reflexiones críticas grupales. Estas actividades permitieron que los estudiantes, además de experimentar y comprender, pudieran discutir sobre las problemáticas emocionales que viven las PM.

De manera general se puede decir que los estudiantes participantes consideran que las PM se enfrentan a distintos retos que impactan en su calidad de vida; retos que están relacionados con la salud de la persona, tanto mental como física. Es de resaltar la perspectiva que los y las estudiantes de Psicología establecen sobre la depresión, la soledad y el acompañamiento psicológico, pues al hablar de ello exponen que tienen interés o conocimiento en el tema. Por otro lado, existió una respuesta que en sí misma denota estereotipos o prejuicios vinculados con las PM: “Más apoyos o espacios donde puedan crear una sociedad entre ellos, ayudarían a sobrellevar y entretenerse en su día a día”. Dicha respuesta refleja una carencia en la visión intergeneracional “crear una sociedad entre ellos”, en sí misma es discriminatoria, además de ser en cierto punto infantilizante: “entretenerse en su día a día”; de igual manera invisibiliza a la persona, centrándose en estereotipos interiorizados por el estudiante, posiblemente

relacionados con una visión pasiva de las PM. Lo anterior refuerza la importancia y pertinencia del desarrollo de estos talleres de sensibilización.

En lo que respecta a la aplicación del TGE, fue interesante observar la renuencia y disposición de diferentes participantes, ver que algunas personas decidieron no colocarse ninguna restricción y solo observar, mientras que otras llegaron a cierto grado de vulnerabilidad, debido al uso consciente del traje.

Es importante resaltar que algunas de las respuestas de los alumnos(as) coinciden con lo que desde diferentes ámbitos se aborda en cuanto a las problemáticas de las PM, como por ejemplo con lo establecido por el Informe mundial sobre edadismo en el cual se dice que “el edadismo comienza en la infancia y se intensifica con el transcurso del tiempo” (Organización Panamericana de la Salud, 2021, p. 10).

Discusión

La aplicación de un taller sobre GSC en la formación de estudiantes de Psicología con respecto a su percepción sobre la atención psicosocial de las personas mayores tomando en cuenta los aspectos de cuidado emocional demostró tener un efecto positivo y significativo.

Los y las estudiantes de Psicología establecieron, a partir de su percepción, que los desafíos que las personas mayores enfrentan actualmente son los vinculados al entorno, la falta de empatía, la salud, la discriminación y exclusión, la invisibilización así como los estereotipos y prejuicios.

Este estudio refuerza lo que Soria Andrés (2023) estableció sobre la participación de los estudiantes universitarios en talleres educativos interprofesionales sobre la vejez, y comprueba también el efecto positivo del uso de trajes simuladores, como el TGE, coincidiendo con diversos autores (Bouwmeester

Stjernetun et al., 2023; Jeong & Kwon, 2021; Ramos-Zúñiga y González-Rios, 2023).

Los hallazgos, además de reforzar lo que otros autores y autoras han encontrado, son confiables y válidos. Por un lado, la validez del instrumento que tiene como base al valor obtenido total de 0,89 para los 16 ítems mediante el coeficiente de Omega de McDonald, además de coeficiente Alfa de Cronbach de 0,79. Así mismo, con respecto a la evaluación del taller, existe suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula, ya que el valor $p = 0,014$ está por debajo del umbral aceptado de 0,05, lo que da soporte al efecto positivo del taller aplicado. La categorización y el análisis gráfico de los desafíos que enfrentan las PM, obtenidas como efecto de la aplicación del taller, muestran un entrelazamiento entre todos los desafíos, ligando por ejemplo la salud con la discriminación y la falta de empatía.

El análisis gráfico da pie a futuras investigaciones que profundicen en las relaciones aquí planteadas, y que pueden orientarse a la aplicación de este tipo de talleres en diferentes disciplinas, así como niveles académicos. Se recomienda realizar un estudio longitudinal para evaluar el impacto del taller. Y, quizá, volver aplicar este mismo taller utilizando una muestra más grande y diversa, lo cual podría ayudar a validar y reconfigurar los hallazgos iniciales.

Vale la pena recordar que el objetivo del taller fue proporcionar una visión crítica e integral sobre el envejecimiento, desmontando estereotipos y prejuicios y promoviendo una mayor empatía hacia las PM. El taller se desarrolló a lo largo de cinco sesiones, cada una de 4 horas, alcanzando un total de 20 horas de trabajo. Cada sesión estuvo diseñada para abordar una dimensión clave relacionada con el envejecimiento, permitiéndoles a los estudiantes explorar diferentes aspectos del tema: GSC, cambios cognitivos y emocionales, intervención y apoyo psicosocial, vivencias

corporales (TGE), y dilemas éticos. El taller se estructuró con una dinámica participativa e interactiva, en la cual las acciones grupales fueron claves para profundizar en las experiencias vividas por las PM.

Es importante resaltar que el grupo de estudio estaba compuesto en su mayoría por mujeres, razón por la cual los resultados podrían tener limitaciones en términos de generalización a poblaciones mayormente distribuidas en género. Un área de oportunidad posterior es incluir estudios que contemplen una variedad con respecto al género.

Las implicaciones prácticas de esta investigación recaen en la propuesta de la integración de módulos curriculares pertinentes que fomenten la reflexión crítica, además de análisis profundos con respecto al envejecimiento y las implicaciones que enfrentará esta población en los próximos 25 años. Estas unidades curriculares deben incluir casos reales, la creación de escenarios de prácticas, y la construcción de talleres de sensibilización y aproximación a la experiencia del envejecimiento desde la formación. Como área de oportunidad con respecto a los resultados, estos pueden ser utilizados para argumentar a favor de continuar y expandir talleres similares. Es posible, de acuerdo con la evidencia de la mejora de puntuaciones del post taller, sugerir que algunas técnicas y algunos contenidos similares podrían ser efectivos en otros contextos y poblaciones.

Conclusiones

El taller demostró un impacto positivo en la sensibilización de los estudiantes de Psicología hacia las PM. Por medio de un enfoque crítico y basado en la GSC, se observó una mejora significativa en la comprensión de los estudiantes con respecto a los desafíos físicos, sociales y emocionales que enfrentan las PM. La utilización de herramientas interactivas, como el TGE, permitió que los

estudiantes pudieran no solo adquirir conocimientos teóricos, sino también experimentar las limitaciones físicas y las implicaciones emocionales que atraviesan las PM. Los resultados cuantitativos mostraron, a través de la aplicación de un cuestionario pretest y postest, que el taller tuvo un impacto positivo ($p = 0,014$), lo que comprueba que, cuando los estudiantes son expuestos a enfoques críticos más integrales y vivenciales, como la GSC y el TGE, su comprensión y empatía hacia el envejecimiento y las PM se profundiza. Este tipo de experiencias ofrece una oportunidad para repensar los roles profesionales que los futuros psicólogos pueden desempeñar en la sociedad.

Uno de los hallazgos más significativos del taller fue la visibilización del cuidado emocional como un aspecto central en la atención de las PM. Más allá de los problemas físicos o cognitivos, los estudiantes empezaron a reconocer la dimensión emocional como un área que requiere mayor atención. Las reflexiones grupales revelaron que los retos emocionales de las PM, como la falta de empatía o la invisibilización, son igualmente devastadores como lo son los problemas de la salud física. Este reconocimiento por parte de los estudiantes es un avance importante, ya que pone de relieve que cualquier intervención eficaz debe atender tanto lo físico como lo emocional. El taller permitió que los participantes comprendieran que el envejecimiento digno y saludable no puede alcanzarse sin una consideración profunda del bienestar emocional de las PM.

Por otra parte, el cuestionario utilizado en este estudio, evaluado a través del Omega de McDonald dado n , demostró una consistencia interna elevada (Omega Total = 0,89), lo que asegura una fiabilidad del instrumento para medir cambios en la percepción y comprensión de los estudiantes sobre las PM. Estos resultados sugieren que el instrumento es adecuado no solo para

este estudio, sino también para futuras investigaciones que quieran medir el impacto de talleres educativos en la percepción y el conocimiento sobre las PM.

Los resultados de este ejercicio señalan que es importante integrar la perspectiva teórica de la GSC en círculos educativos relacionados con temas del envejecimiento. Asimismo, se sugiere la integración a la vida curricular de módulos que aborden el cuidado emocional, la empatía y la intervención psicosocial. En este sentido, las instituciones educativas deben asumir el reto de formar profesionales capaces de enfrentar los complejos desafíos que acompañan el envejecimiento en el siglo XXI, desde perspectivas críticas e interdisciplinarias. Existe la evidencia, a través de este taller, de que este enfoque genera profundas reflexiones en la percepción de los estudiantes, y su inclusión en los programas académicos podría ser clave para mejorar la atención a las PM.

Además, es importante pensar en la realización de estudios longitudinales que midan el impacto a largo plazo de este tipo de intervenciones. De este modo, se podrá evaluar si las mejoras observadas en la percepción de los estudiantes son duraderas y si, en su práctica profesional futura, mantienen la empatía y el cuidado emocional en la atención de PM. De igual modo, tendría una relevancia en la generación del conocimiento ampliar la investigación a otros contextos académicos y profesionales, adaptando las intervenciones con respecto a las necesidades específicas de cada población.

Si se piensa más allá, el logro de este taller no debe quedarse solo en las delimitadas paredes académicas, sino que puede proyectarse hacia espacios institucionales y gubernamentales. La implementación de este tipo de sensibilización podría ser una herramienta para la creación de programas formativos y capacitación de profesionales de distintas disciplinas que trabajen con PM.

Las instituciones educativas, en colaboración con el gobierno y las organizaciones civiles, pueden desarrollar políticas que promuevan un enfoque integral en la atención a las PM, centrándose tanto en los aspectos físicos como en los emocionales.

Conflictos de interés

Los autores declaramos que no tenemos ningún conflicto de interés financiero, profesional o personal que pueda influir de forma inapropiada en los resultados obtenidos y en los análisis realizados.

Contribuciones de los autores

Miguel Ángel Gallardo Estrada: primer autor.

Annika Maya Rivero: autor secundario.

Referencias

- Abudu-Birresborn, D., McCleary, L., Puts, M., Yakong, V., & Cranley, L. (2019). Preparing nurses and nursing students to care for older adults in lower and middle-income countries: A scoping review. *International Journal of Nursing Studies*, 92, 121-134. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2019.01.018>
- An, J., Zhu, X., Shi, Z., & An, J. (2024). A serial mediating effect of perceived family support on psychological well-being. *BMC Public Health*, 24(940). <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18476-z>
- Behrendt, D., Schirmer, M., Wendschuh, V., & Sumngern, C. (2022). Integrating social support into interventions among the elderly in nursing homes: A scoping review protocol. *BMJ Open*, 12(2), 1-6. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-055692>
- Berger, P. L., & Luckmann, T. (2001). *La construcción social de la realidad* (17ª. ed.). Amorortu-Murguía.
- Bouwmeester Stjernetun, B., Hallgren, J., & Gillsjö, C. (2023). Effects of an age suit simulation on nursing students' perspectives on providing care to older persons - an education intervention study. *Educational Gerontology*, 50(3), 240-253. <https://doi.org/10.1080/03601277.2023.2258051>
- Choi, Y. S., & Kim, S. H. (2023). The influence of professional competency, professional commitment, and nursing organizational culture on the person-centered practice of nurses in long-term care hospitals: A cross-sectional study. *Journal of Korean Gerontological Nursing*, 25(2), 116-127. <https://doi.org/10.17079/jkgn.2302.07001>
- CONAPO. (2004). *Envejecimiento de la Población de México. Reto del Siglo XXI*. En Proyecciones de Población 2000-2030. <http://www.conapo.gob.mx>
- CONAPO. (2012). *Proyecciones de la población de México 2010-2050*. http://www.conapo.gob.mx/work/models/CONAPO/Resource/1529/2/images/DocumentoMetodologicoProyecciones2010_2050.pdf
- Cox, C. (2020). Older Adults and Covid 19: Social Justice, Disparities, and Social Work Practice. *Journal of Gerontological Social Work*, 63(6-7), 611-624. <https://doi.org/10.1080/01634372.2020.1808141>
- Devkota, R., Cummings, G., Hunter, K. F., Maxwell, C., Shrestha, S., Dennett, L., & Hoben, M. (2023). Factors influencing emotional support of older adults living in the community: A scoping review protocol. *Systematic Reviews*, 12(186). <https://doi.org/10.1186/s13643-023-02346-7>
- Equihua Zamora, L. (2019). *Educación por Proyectos y Productos. Un aprendizaje eficaz y significativo para maestros y alumnos*. Universidad Nacional Autónoma de México. <https://librosoa.unam.mx/handle/123456789/2990>
- Fergusson-Cárdenas, I., Rojas-Jara, C., Piña-Morán, M., Polanco-Carrasco, R., & Olivo-Viana, M. G. (2020). Gerontología: Una mirada bibliométrica de las citaciones clásicas en Web Of Science (1975-2018). *Terapia psicológica*, 38(1), 29-46. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082020000100029>
- Foucault, M. (1975). *Discipline and Punish*. Random House.
- Giddens, A. (1996). Modernidad y autoidentidad. En A. Giddens, Z. Bauman, N. Luhman, & U. Beck

- (aut.), J. Beriain (comp.), *Las consecuencias perversas de la modernidad* (1ª. ed.), pp. 33-71. Anthropos.
- Giebel, C., Shrestha, N., Reilly, S., White, R. G., Zuluaga, M. I., Saldarriaga, G., Liu, G., Allen, D., & Gabbay, M. (2022). Community-based mental health and well-being interventions for older adults in low- and middle-income countries: A systematic review and meta-analysis. *BMC Geriatrics*, 22(773). <https://doi.org/10.1186/s12877-022-03453-1>
- González, K. D. (2015). *Envejecimiento demográfico en México: análisis comparativo entre las entidades federativas*. Conapo. http://www.conapo.gob.mx/work/models/CONAPO/Resource/2702/06_envejecimiento.pdf
- González Moreno, R. J., & Rangel Flores, Y. Y. (2023). Vivencias sobre el cuidado en la vejez, análisis desde la gerontología crítica feminista. *Revista Estudos Feministas*, 31(2), e85984. <https://doi.org/10.1590/1806-9584-2023v31n285984>
- Gutiérrez, M., & Mayordomo Rodríguez, T. (2019). La discriminación por edad: Un estudio comparativo entre estudiantes universitarios. *Acta Colombiana de Psicología*, 22(2), 53-69. <https://doi.org/10.14718/ACP.2019.22.2.4>
- Hernández López, D., Aldana González, G., García González, L., & Contreras Troya, I. T. (2017). Evaluaciones sobre la percepción de jóvenes universitarios hacia la vejez y el proceso de envejecimiento. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(4). <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/62819>
- Hidalgo, J. G. (1993). Hacia una gerontología social crítica. *Reflexiones*, 8(1), 1-10. <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/reflexiones/article/view/10583>
- Hidalgo-Fuentes, S., Martínez-Álvarez, I., Sospedra-Baeza, M. J., Martí-Vilar, M., Merino-Soto, C., & Toledano-Toledano, F. (2024). Emotional Intelligence and Perceived Social Support: Its Relationship with Subjective Well-Being. *Healthcare*, 12(6), 634. <https://doi.org/10.3390/healthcare12060634>
- Iacub, R. (2013). Nuevas reflexiones sobre la Posgerontología. *Revista Kairós Gerontología*, 16(4), 295-311. <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/19729>
- Ibañez, T. (2004). *Municiones para disidentes*. Gedisa.
- INEGI. (2021a). *Censo de población y vivienda 2020*. <https://censo2020.mx/>
- INEGI. (2021b). *Estadísticas a propósito del día internacional de las personas adultas mayores (1º de octubre)*. Comunicado de Prensa Num 547/21. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2021/EAP_ADULMAYOR_21.pdf
- Jeong, H., & Kwon, H. (2021). Long-term effects of an aging suit experience on nursing college students. *Nurse Education in Practice*, 50, 102923. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2020.102923>
- Kline, R. B. (1999). Book Review: Psychometric theory (3rd ed.). *Journal of Psychoeducational Assessment*, 17(3), 275-280. <https://doi.org/10.1177/073428299901700307>
- Li, F., Luo, S., Mu, W., Li, Y., Ye, L., Zheng, X., Xu, B., Ding, Y., Ling, P., Zhou, M., & Chen, X. (2021). Effects of sources of social support and resilience on the mental health of different age groups during the COVID-19 pandemic. *BMC Psychiatry*, 21(16), 1-14. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-03012-1>
- Lo, C., Nussey, A. E., & Helwig, C. C. (2022). The Importance of Social Connectedness for Self-regulation and Emotional Wellbeing: Expanding the Definition of the Construct. En M. Zangene, M. Nouroozifar, & P. Chou (eds.), *Post-Secondary Education Student Mental Health: A Global Perspective* (pp. 190-218). Concurrent Disorders Society (CDS) Press.
- Mara Danel, P., & Sala, D. (2019). Tramas teórico-metodológicas del trabajo social en el campo gerontológico. *Revista Pensamiento y Acción Interdisciplinaria*, 5(1), 77-94. <https://doi.org/10.29035/pai.5.1.77>
- Matas, A. (2018). Diseño del formato de escalas tipo Likert: Un estado de la cuestión. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 20(1), 38-47. <https://doi.org/10.24320/redie.2018.20.1.1347>
- Maya-Rivero, A. (2012). *Gerontodiseño: Conceptualización y formulación de sus estrategias para una mejor calidad de vida del adulto mayor. Caso de estudio: Problemáticas*

- del adulto mayor mexicano en la preparación de alimentos [tesis de maestría no publicada, Universidad Autónoma del Estado de México]. <https://www.researchgate.net/publication/327067810>
- Maya Rivero, A. (2018). Aging Suit: An Accessible and Low-Cost Design Tool for the Gerontodesign. En J. L. Hernández Arellano, A. A. Maldonado Macías, J. A. Castillo Martínez, P. Peinado Coronado (eds.), *Handbook of Research on Ergonomics and Product Design*. (pp. 56-69). IGI Global. <https://doi.org/10.4018/978-1-5225-5234-5>
- Maya Rivero, A. (2023). *So much to learn. And to design. It is beyond empathy, it is beyond the silver economy*. LinkedIn. [https://www.linkedin.com/posts/annikamayarivero_designer-dressed-as-older-woman-to-understand-activity-7054533881303072768-frM/?utm_source=shareutm_medium=member_desktop](https://www.linkedin.com/posts/annikamayarivero_designer-dressed-as-older-woman-to-understand-activity-7054533881303072768-frM/?utm_source=share&utm_medium=member_desktop)
- Maya-Rivero, A., & Rubio Toledo, M. A. (2020). Gerontodiseño, una propuesta de diseño con perspectiva gerontológica en América Latina. En M. Martínez Salgado, & T. Ramírez García (coords.), *Vejez y envejecimiento: migración, condiciones de vida e interdependencia* (pp.139). Universidad Nacional Autónoma de México.
- Merino Martín, B. (2019). *Percepciones de jóvenes universitarios sobre la vejez* [tesis de maestría, Universitat Jaume I]. Repositorio UJI.
- MIT AgeLab. (s.f.). *AGNES (Age Gain Now Empathy System)*. <https://agelab.mit.edu/methods/agnes-age-gain-now-empathy-system>
- Moore, P., & Conn, C. P. (1985). *Disguised: A True Story*. Word Books.
- Organización Mundial de la Salud. (2015, 29 de septiembre). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789241565042>
- Organización Panamericana de la Salud. (2021). *Informe mundial sobre el edadismo*. <https://doi.org/10.37774/9789275324455>
- Piña-Morán, M., Olivo-Viana, M. G., Martínez Maldonado, M. d. L., & Mendoza Núñez, V. M. (2018). Intervención situacional gerontológica: Estrategia para potenciar los roles sociales de los mayores. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 56(1), 102-109. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=80635>
- Ramos-Zúñiga, R., & González-Rios, J. A. (2023). The Role of an Exoskeleton Simulation of Senescence in Health Sciences Education. *Journal of Environmental and Public Health*, 1, 1-10. <https://doi.org/10.1155/2023/3148896>
- Revelle, W. (2024). *Psych: Procedures for Psychological, Psychometric, and Personality Research (Versión 2.4.6.26)* [software]. Cran Project Org. <https://cran.r-project.org/web/packages/psych/index.html>
- Robledo Marín, C. A., & Orejuela Gómez, J. J. (2021). Teorías de la sociología del envejecimiento y la vejez. *Revista Guillermo de Ockham*, 18(1), 95-102. <https://revistas.usb.edu.co/index.php/GuillermoOckham/article/view/4660/4396>
- Rodríguez Mora, Á. (2020). Estereotipos negativos hacia la vejez y su relación con variables sociodemográficas en una muestra de estudiantes universitarios. *Revista INFAD de Psicología*, 1(1), 63-70. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2020.n1.v1.1762>
- Simulador de edad. (2024). *Simulador de edad GERT*. Produkt+Projekt Wolfgang Moll. <https://www.simulador-de-edad.com/>
- Sloan, D. (2008, 16 de abril). 'Aging suit' puts car makers in senior circuit. NBC News. <https://www.nbcnews.com/id/wbna24158609>
- Soria Andrés, A. (2023). *La formación en vejez, elemento de prevención de conductas edadistas, en estudiantes universitarios, una revisión sistemática* [trabajo de grado, Universidad de Valladolid]. Uvadoc. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/67958>
- Spitzer, W. J., & Neuman, K. (eds.). (2009). *Senior Services Delivery: Ethical Issues and Responses*. The Dietz Press.
- The National Academies of Sciences. (2019). *Integrating social care into the delivery of health care: Moving upstream to improve the nation's health*. National Academies Press. <https://doi.org/10.17226/25467>

- Tomkow, L., & Thomson, A. (2023). Beyond the biomedical: An evaluation of the introduction of social gerontology into a postgraduate geriatric medicine education program. *European Geriatric Medicine*, 14(6), 1369-1372. <https://doi.org/10.1007/s41999-023-00864-0>
- Wyman, J. F., Abdallah, L., Baker, N., Bell, C., Cartwright, J., Greenberg, S. A., Kim, J., Krichbaum, K., Mueller, C. A., Overcash, J., Skemp, L., & Van Son, C. R. (2019). Development of core competencies and a recognition program for gerontological nursing educators. *Journal of Professional Nursing*, 35(6), 452-460. <https://doi.org/10.1016/j.profnurs.2019.04.003>
- Zhang, Z., Zhu, F., & Zhang, Y. (2023). Prevalence and patterns of mental and cognitive impairments among missing older adults in China. *Humanities and Social Sciences Communications*, 10(793). <https://doi.org/10.1057/s41599-023-02311-8>