

**LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES ORGANIZADAS EN UN CONSEJO DE
ACCIÓN EN LA ALCALDÍA TLALPAN DE LA CIUDAD DE MÉXICO**

**SENIOR CITIZENS ORGANIZED IN AN ACTION COUNCIL IN THE
TLALPAN MAYOR'S OFFICE OF MEXICO CITY**

Noé GUARNEROS SOTO
Consejo de Sabias y Sabios de Tlalpan
ngitano@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-0915-5487>

José Antonio ROLDÁN AMARO
Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán
antonio.roldana@incmnsz.mx
<https://orcid.org/0000-0001-8014-161X>

Marsela Alejandra ÁLVAREZ IZAZAGA
Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán
marsela.alvarezi@incmnsz.mx
<https://orcid.org/0000-0003-3170-4337>

Juan Alejandro TORRES DOMÍNGUEZ
Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán
juan.torresd@incmnsz.mx
<https://orcid.org/0000-0002-0286-043X>¹

Fecha de recepción: 3 de marzo de 2026.

Fecha de aceptación: 29 de mayo de 2026.

Resumen:

Los adultos mayores, como parte de sus derechos, deben organizarse en grupos o asociaciones activas, es una responsabilidad por parte de ellos aportar ideas y acciones enfocadas en la transformación de su habitat cotidiano, tanto de sus contemporáneos como de otros grupos etarios, en áreas como la salud, educación, cultura y diversas áreas más de la sociedad.

¹ Agradecemos la participación activa del Consejo y en especial de las Consejeras: Pilar Hernández, Ma. de los Ángeles Camacho, Lucia Penagos, Rosa del Carmen Gutiérrez

Investigación transversal descriptiva con el uso de un cuestionario autoaplicado vía remota para recabar datos sociodemográficos y de salud, se incluyeron 134 participantes de la Alcaldía Tlalpan, 40% tenían de 60 a 65 años, 80% eran mujeres, el principal padecimiento fue la hipertensión arterial en la mitad de los participantes, respecto a salud mental 20% se detectó con ansiedad.

El grupo de sabias y sabios propuso un sistema de atención integral con base en la comunidad, proceso similar que en Japón se trabaja para la atención de personas mayores.

Se entiende que, para que una persona mayor ejerza sus derechos plenamente, es indispensable garantizar las condiciones para un envejecimiento saludable. Este es un proceso dialéctico: la salud es necesaria para el ejercicio de la ciudadanía, pero el ejercicio de los derechos es, a su vez, un requisito para mantener una vida saludable.

Summary:

Older adults, as part of their rights, should organize themselves into active groups or associations. It is their responsibility to contribute ideas and actions focused on transforming their daily lives, both for their peers and for other age groups, in areas such as health, education, culture, and various other areas of society.

This descriptive cross-sectional study used a self-administered questionnaire to collect sociodemographic and health data. It included 134 participants from the Tlalpan borough; 40% were between 60 and 65 years old, 80% were women, and the main health condition was hypertension, affecting half of the participants. Regarding mental health, 20% were found to be anxious.

The group of elders proposed a comprehensive, community-based care system, a process like that used in Japan for the care of older adults.

It is understood that, for older adults to fully exercise their rights, it is essential to guarantee the conditions for healthy aging. This is a dialectical process: health is necessary for the exercise of citizenship, but the exercise of rights is, in turn, a requirement for maintaining a healthy life.

Palabras Clave: Transversal, diagnóstico de salud, envejecimiento saludable, participación ciudadana.

Key words: Cross-cutting, health diagnosis, healthy aging, citizen participation

I. Introducción

Las Personas Adultas Mayores (PAM) tienen derecho a organizarse, luchar y gestionar por un conjunto de garantías para su desenvolvimiento como personas mayores en el proceso de su

vejez. Existen cuestiones en la vida (en este caso derechos) que, de no ser demandadas por los propios interesados, no tienen lugar y simplemente no se materializan.

Es de vital importancia impulsar la participación ciudadana entre las PAM, con la finalidad de propiciar y ejercer los derechos de las personas mayores en diferentes rubros de la vida humana.

Con base en la Ley de Participación Ciudadana² el individuo tiene el derecho de intervenir en las decisiones públicas y así contribuir en la ejecución y evaluación de políticas públicas del gobierno. La organización social es vital para asegurar los derechos básicos indispensables de todo ser humano, incluyendo a las PAM. Se requiere de una participación activa a través de la comunidad y de acciones colectivas para poder impactar en el desarrollo territorial y por ende en el desarrollo comunitario.

Los adultos mayores, como parte de sus derechos, deben organizarse en grupos o asociaciones activas, es una responsabilidad por parte de ellos aportar ideas y acciones enfocadas en la transformación de su habitar cotidiano, tanto de sus contemporáneos como de otros grupos etarios, en áreas como la salud, educación, cultura y diversas áreas más de la sociedad.

La Norma Oficial Mexicana³ acerca de la asistencia social para personas mayores, plantea que se debe brindar asistencia social para las PAM, promoviendo la calidad de la atención y la prestación de servicios de manera digna y efectiva para evitar el riesgo o situación de vulnerabilidad en la que puede caer una persona mayor.

Es así, que el gobierno local realiza la convocatoria para formar un grupo de personas de 60 años y más para participar con propuestas y acciones para la mejoría de la alcaldía del sur de la Ciudad de México, denominado Consejo de Sabias y Sabios de la Alcaldía Tlalpan. Formalmente se conforma el día 23 de mayo del 2025, con una duración inicial de un año. Dicho Consejo está integrado por 20 consejeros que representan a PAM de la alcaldía, a partir de ese momento los actores se dieron a la tarea de impulsar en cuatro mesas de trabajo, propuestas por la Alcaldía, con las siguientes temáticas: Salud Integral para Personas Mayores, Derechos Humanos para Personas Mayores, Acceso a la Educación, Cultura, Deporte y Recreación de las Personas Mayores y Sistema Integral de Cuidados para las Personas Mayores.

² Ley de Participación Ciudadana, Artículo 3, 2025.

³ NOM 031-SSA3-2012.

II. Antecedentes y marco teórico

El tema sobre envejecimiento y derechos humanos es hoy día un punto para debatir de actualidad, sin embargo, esa idea en particular ya se viene discutiendo desde principios del milenio al menos.

A inicios de la década de 2010, se llevó a cabo en el Distrito Federal hoy Ciudad de México, el segundo Foro Internacional sobre los Derechos Humanos de las Personas Mayores con el título *Autonomía y dignidad en la vejez: Teoría y práctica en políticas de derechos de las personas mayores*, organizado por el Gobierno del Distrito Federal a través de la Secretaría de Desarrollo Social y el Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía (CELADE)-División y de la Institución Población de la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). El Foro dio continuidad a una primera reunión, organizada también por ambas instituciones en marzo de 2012, y se desarrolló en el marco del proceso de implementación y seguimiento de la Carta de San José sobre los derechos de las personas mayores de América Latina y el Caribe, adoptada en la tercera Conferencia regional intergubernamental sobre el envejecimiento de 2012. Durante el Foro se abordaron los temas que han formado parte del debate internacional sobre los derechos humanos de las personas mayores en el último periodo, entre ellos, las garantías para hacer efectivos los derechos que se han formalizado por medio del reconocimiento constitucional o la promulgación de leyes específicas de protección; la toma de conciencia e inclusión de las personas mayores en la sociedad; los cuidados y sus desafíos para la protección social en contexto de envejecimiento; la autonomía en la toma de decisiones y las limitaciones que se derivan de la restricción que afecta la capacidad legal de las personas mayores.⁴

Todos estos temas fueron abordados desde un enfoque multidisciplinario por especialistas provenientes de países de América Latina y el Caribe, Asia, África, América del Norte y Europa, quienes pusieron en común sus puntos de vista y reflexiones sobre los conceptos y las formas de implementarlos en una sociedad envejecida. De manera complementaria, se convocó a instituciones nacionales de Argentina, Brasil, Chile, Costa Rica, Cuba, México, Perú y Uruguay para compartir su praxis en este campo. Tal como ocurrió en

4 BÁRCENA, Alicia y MANCERA, Miguel Ángel, “Foro Internacional sobre los Derechos Humanos de las Personas Mayores. Autonomía y dignidad en la vejez: Teoría y práctica en políticas de derechos de las personas mayores” en HUENCHUAN, Sandra y RODRÍGUEZ, Rosa Icela Rodríguez, eds., México, Secretaría Ejecutiva de la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), Antonio Prado, Secretario Ejecutivo Adjunto de la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) Dirk Jaspers-Faijer Director del Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía (CELADE). Organización de las Naciones Unidas, diciembre de 2014.

2012, el Foro facilitó el intercambio de experiencias y la reflexión acerca de las estrategias más adecuadas para atender las necesidades de las personas mayores desde la perspectiva de los derechos humanos. Por parte de México participó el Dr. Manuel Granados Covarrubias con el tema: *Garantías legales y programáticas para hacer efectivos los derechos de las personas mayores en el Distrito Federal de la Ciudad de México*

El Foro Internacional sobre los Derechos Humanos de las Personas Mayores fue una oportunidad para conocer nuevas experiencias y presentar las propias, así como para debatir sobre las mejores maneras de promover y proteger los derechos de este grupo social. La realización de este Foro y la amplia participación de países de la región y de fuera de ella que ha suscitado, demuestran la preocupación que tienen los gobiernos por el envejecimiento de la población, sus repercusiones y las formas de atender las necesidades de las personas mayores. Esto requiere la atención de todos los sectores de la sociedad, que se consolide también en el ámbito legislativo.

Así mismo, en el Estado de México se llevó a cabo la creación del Consejo de Participación Ciudadana (COPACI) diseñado dentro de la tutela municipal para mejorar la organización, gestión y desarrollo local de los adultos mayores, donde se discutían sus competencias y operación para poner en marcha en los territorios y contextos locales. La organización comunitaria cuenta con sus propias prácticas de participación impulsada por el Consejo como vínculo sustantivo entre la ciudadanía y la acción pública municipal. El trabajo concluye que los COPACI del Estado de México, articulan sociedad y gobierno municipal, pero sus capacidades institucionales son limitadas para encauzar y promover la participación ciudadana en las comunidades, por lo cual, es fundamental robustecer sus funciones, de lo contrario, la participación ciudadana estará en la letra, pero no en la práctica y seguirá al margen de la acción pública municipal.⁵

En el contexto latinoamericano, en Argentina la Dra. Adriana Fassio de la Universidad de Buenos Aires, publicó un artículo⁶ en el que se propuso realizar una revisión del proceso de conformación, trayectoria, logros y pendientes del Consejo Federal de los Adultos Mayores de

5 FLORES VEGA, Leonel, “La acción pública municipal y participación ciudadana; entre lo institucional y lo comunitario. El caso de los Consejos de Participación Ciudadana mexiquenses” Editorial *Revista Espacios Políticos*, México, año 23, núm. 59, septiembre-diciembre 2022, p. 115-129.

6 FASSIO, Adriana, “Participación de las Organizaciones de Adultos Mayores en las Políticas Públicas: El Consejo Federal de los Mayores” Editorial *Revista Gestión de las Personas y Tecnología*, Argentina, Buenos Aires, núm. 15, noviembre de 2012, p. 40-51.

Argentina como un caso de interés en el marco de la participación en las políticas que les atañen, del movimiento de personas mayores y de sus organizaciones asociados con referentes gubernamentales a nivel nacional. La participación de la ciudadanía en las políticas que les incumben a través de consejos consultivos es una tendencia de relevancia creciente a partir de la maduración de los procesos democráticos en la región y de los debates promovidos por los organismos nacionales e internacionales.

En otro país latinoamericano Ecuador, la académica Vanessa Bósquez, establece que en cuestión de los derechos del adulto mayor, existen avances por medio de un funcionamiento del Consejo consultivo que cumple con las normas, aunque en lo operativo y desde la experiencia de las personas adultas mayores, no está garantizado el derecho a la participación de forma plena, activa y efectiva, sobre todo en la formulación de políticas públicas, ante un desconocimiento de lo que implica un envejecimiento saludable y activo.⁷ En Ecuador, la creación del Consejo Nacional para la Igualdad Intergeneracional (CNII) a partir de la Constitución de 2008, presenta la posibilidad de garantizar, derechos a las personas adultas mayores. Establece que la relación sociedad-Estado es el contexto que garantiza y ofrece un mejor entorno para el desarrollo del derecho a la participación de las personas adultas mayores. Da cuenta de un desarrollo parcial del derecho a la participación de las personas adultas mayores. En un primer momento, sin embargo, se registran limitaciones importantes como mantenerse como instituciones de consulta, además de la falta de voluntad política para impulsar la participación de las personas adultas mayores en el ciclo de política pública. Es decir, incorporando al adulto mayor, de manera efectiva y generando políticas públicas que atiendan sus necesidades.

Uruguay también hace su aportación al debate correspondiente, a través de la publicación: *Formación y Aportes para el Tercer Plan Nacional de Envejecimiento y Vejez*, implementado en el 2024.⁸ El evento surge como propuesta de personas mayores integrado por distintas organizaciones e instituciones Académicas y sociales, Organización Nacional de Jubilados y Pensionistas del Uruguay, Red Nacional de Organizaciones de Personas Mayores, Movimiento

7 BÓSQUEZ SALAS, Vanessa, “El derecho humano a la participación de las personas adultas mayores en el ciclo de las políticas públicas a través del Consejo Consultivo Nacional para la Igualdad Intergeneracional, período 2014-2021” en *Envejecer con derechos: La participación social de los adultos mayores*, Universidad Andina Simón Bolívar, Sede Ecuador, Serie Magister, vol. 384, noviembre de 2024. P. 53-80.

8 *Formación y Aportes al Tercer Plan Nacional de envejecimiento Saludable*, Uruguay, Universidad de la República de Uruguay, Organización Panamericana de la Salud, Movimiento de Familiares y Residentes de Establecimientos de larga estadía para personas mayores, 2024.

de Familiares y Residentes de Establecimientos de larga estadía para personas mayores, Asociación de Licenciados en Enfermería del Uruguay, Red Municipios y Comunidades Saludables, Facultad de Enfermería y Programa de Aprendizaje y Extensión (Apex). Los contenidos propuestos enlazaron diversas temáticas relacionadas con las personas mayores como son: salud mental, cuidados y participación social desde las transversalidades de las perspectivas de género, generaciones y los dilemas éticos. En un mundo y un país en dónde cada vez hay más poblaciones envejecidas, menciona: “apostamos a la construcción de políticas sostenibles que sean capaces de transformar las percepciones sociales de la vejez promoviendo la solidaridad intergeneracional y el cuidado mutuo. Por las personas que están transitando su vejez y por todas las que vendrán, urge preguntarnos ¿qué tipo de políticas públicas este país está dispuesto a construir?”.

En el contexto arriba referido, los aportes y participación de las personas y colectivos a quienes se destinan las políticas son fundamentales. Este curso tuvo especial atención hacia las metodologías participativas, en el entendido que las metodologías que se emplean son indicativas de los grados de participación que se aspira instrumentar. En una situación regional de múltiples crisis y confrontación de modelos de sociedad, el análisis riguroso de los problemas y la elaboración de propuestas desde los movimientos sociales y la academia es un aporte para construir caminos de transformación y ejercicio de derechos.

En Venezuela la académica Milagros González Guarique, realizó un estudio que trabajó sobre la Atención y bienestar psicosocial de las personas adultas mayores desde una perspectiva de integración comunitaria.⁹ Milagros evidenció que existía una gran cantidad de personas adultas mayores con situaciones en riesgo, con enfermedades crónicas y discapacidad adquirida. Algunas de las cuales se sienten y viven solas por diferentes razones, no son atendidos por ninguna institución ni pública, ni privada y en muchas ocasiones con familias ausentes. Por ello, la autora propone generar acciones para la transformación en la atención y bienestar psicosocial de las PAM, desde una perspectiva de integración comunitaria mediante la puesta en acción de una guía de intervención en la comunidad. Para ello propone técnicas de Acción Participativa, grupos de discusión, observación participante y entrevista dialógica, Los participantes clave fueron los voceros del consejo comunal, los líderes de calle, la líder de comunidad, parte del equipo de las

9 GONZÁLEZ GUARIQUE, Milagros del Carmen, “Atención y bienestar psicosocial de las personas adultas mayores desde una perspectiva de integración comunitaria,” Editorial *Revista Crítica con Ciencia*, Venezuela, vol. 2, núm. 3, 2024, pp.103-121.

Unidades de Batalla Hugo Chávez (UBCH Organizaciones sociales), y el comité de personas adultas mayores y comunidad en general. En el trabajo de campo, se observó un gran número de adultos mayores en estado de abandono por parte de la comunidad y la familia. Por ello, se concluye que es necesario un plan de intervención para transformar la integración a una vida activa al mejorar las condiciones de vida del adulto mayor.

En España también encontramos una propuesta al respecto.¹⁰ El investigador Raúl Álvarez en su trabajo *Participación política y activismo de las personas mayores en España a través de la acción colectiva*. Su artículo contribuye a identificar y explicar qué factores individuales, organizativos y contextuales condicionan la acción colectiva de las personas mayores, tanto en intensidad como en modalidades de participación. Plantea dos particularidades de participación política colectiva que son: a) la intervención en organizaciones de carácter sociopolítico altamente formalizadas y b) a través de eventos de protesta promovidos por estructuras organizativas vinculadas a nuevos movimientos sociales.

Plantea que, hasta hace poco tiempo, la participación activa en las mejoras sociales se consideraba exclusiva de grupos de edad menores de 60 años, incluso, estaban vetados para las personas mayores. Este comportamiento, en contra de los estereotipos o la imagen tradicional de los mayores como pasivos o desentendidos, supone derribar una nueva frontera de la edad. Actualmente el ciudadano mayor tiene más interés por la participación política y, cuando cree que debe hacerlo y dispone de los recursos necesarios participa. Las estructuras organizativas de personas mayores pueden convertirse progresivamente en actores sociales y políticos relevantes con influencia en la toma de decisiones públicas. Todavía la capacidad de influencia de estas estructuras organizativas es limitada, pero puede ser mayor en un futuro cercano.

III. Propuestas y acciones del trabajo participativo en la Alcaldía Tlalpan

El Consejo de sabios y sabias de la Alcaldía planteó propuestas en varios rubros, sin embargo, se dio a la tarea de trabajar más específicamente el área de la salud por el momento, a continuación, se presentan dichas propuestas y acciones.

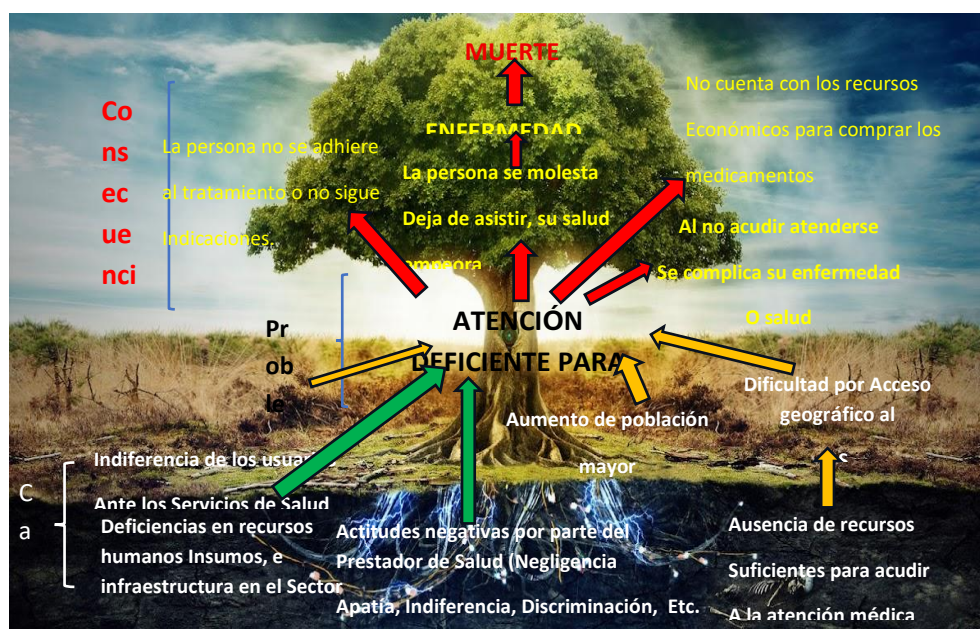
Se propuso:

10 ÁLVAREZ-PÉREZ, Raúl, “Participación política y activismo de las personas mayores en España a través de la acción colectiva” en *Política y Sociedad*, Madrid, Universidad Complutense, 60 (3), 2023. <https://dx.doi.org/10.5209/poso.84347>

- entrevistarse con autoridades del sector salud a nivel regional y local, para entender el proceso de atención dentro de la Alcaldía;
- llevar a cabo acciones de atención en atención primaria a la salud;
- realizar un diagnóstico de salud de la Alcaldía por parte de los servicios de salud;
- gestionar la contratación de especialistas para la atención en los centros de salud de la Alcaldía;
- llevar a cabo diagnósticos clínicos por parte de los especialistas y
- lograr una comunicación y difusión a través de las redes sociales y diferentes medios de comunicación.
- Como parte del diagnóstico local, se trabajó en grupo, el árbol de problemas sobre la atención en los diferentes centros y clínicas de salud de la Alcaldía, el siguiente diagrama presenta ese trabajo (figura 1).

Figura 1

Diagrama del Árbol de Problemas sobre la Atención en Salud a Pobladores de la Alcaldía Tlalpan

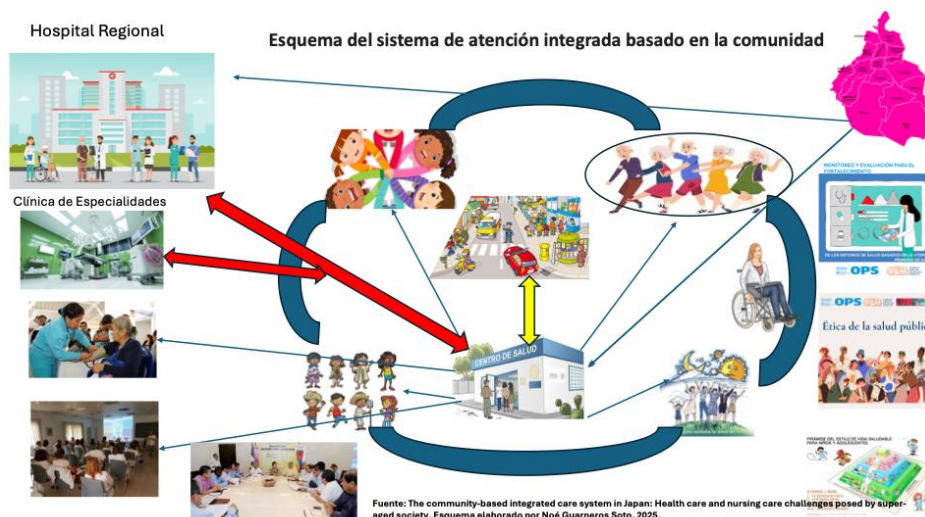


Fuente: Elaborado por el consejero Noé Guarneros Soto

Como se puede observar en el esquema anterior, se muestran las causa y consecuencias de la atención deficiente en los centros o clínicas de salud de la Alcaldía Tlalpan.

Por otro lado, en el Consejo se propuso un sistema de atención integral con base en la comunidad, proceso similar que en Japón se trabaja para la atención de personas mayores, sin embargo, aquí se plantea para todos los pobladores de la Alcaldía.

Figura 2.
Sistema de Atención Integral para los Residentes de la Alcaldía Tlalpan



Como se muestra en la figura anterior el centro de la atención es la comunidad, la cual es cuidada por el centro de salud que la tiene como cobertura de atención, la idea es que en el territorio se trabaje con diferentes grupos de personas en el cuidado de su salud y en su propia atención a nivel hospitalario, donde deben ser referidos por el propio centro de salud.

El consejo y a quienes representa, tienen el compromiso de ser activos en la promoción de su propia salud, así como la prevención y atención de la enfermedad cuando el caso lo amerite.

Una vez realizada las anteriores actividades, se logró la entrevista con funcionarios de la Jurisdicción de Salud de la Alcaldía, se llegaron acuerdos entre el consejo y la Jurisdicción: 1º Formar un grupo de enlace y 2º participará como consejo en un proyecto de investigación entre la Universidad Anáhuac y el Instituto Nacional de Geriátría y 3º se generó el compromiso de promover la atención y promoción de la salud con las personas mayores y población en general del territorio trabajado.

IV. Metodología

Con la idea de obtener un acercamiento a la salud de la población y por tanto ir conformando un diagnóstico de salud de las personas mayores de la Alcaldía Tlalpan, se seleccionó una muestra por conveniencia de personas mayores, la cual fue conformada por 134 personas que voluntariamente quisieron participar en dicho diagnóstico de salud.

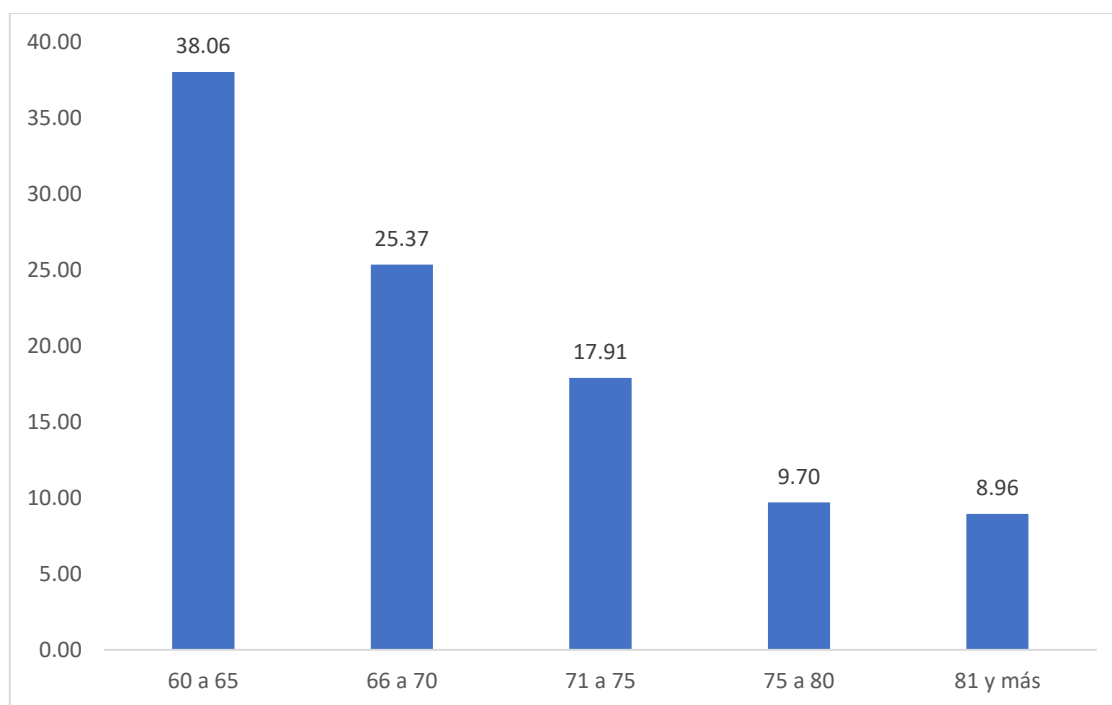
Se diseñó un cuestionario con 16 preguntas relacionadas con datos socioeconómicos, salud física y salud mental, algunos de sus reactivos fueron de opción múltiple, dicho cuestionario se construyó en la plataforma Google Form.

La encuesta se llevó a cabo de respuestas vía telefonía celular, donde los participantes contestaban la encuesta a través de sus celulares, en algunos casos las personas mayores fueron asistidas por algún familiar o amistad para contestar las preguntas.

V. Resultados de la encuesta

A continuación, se presentan solamente algunos de los resultados más relevantes de la población encuestada.

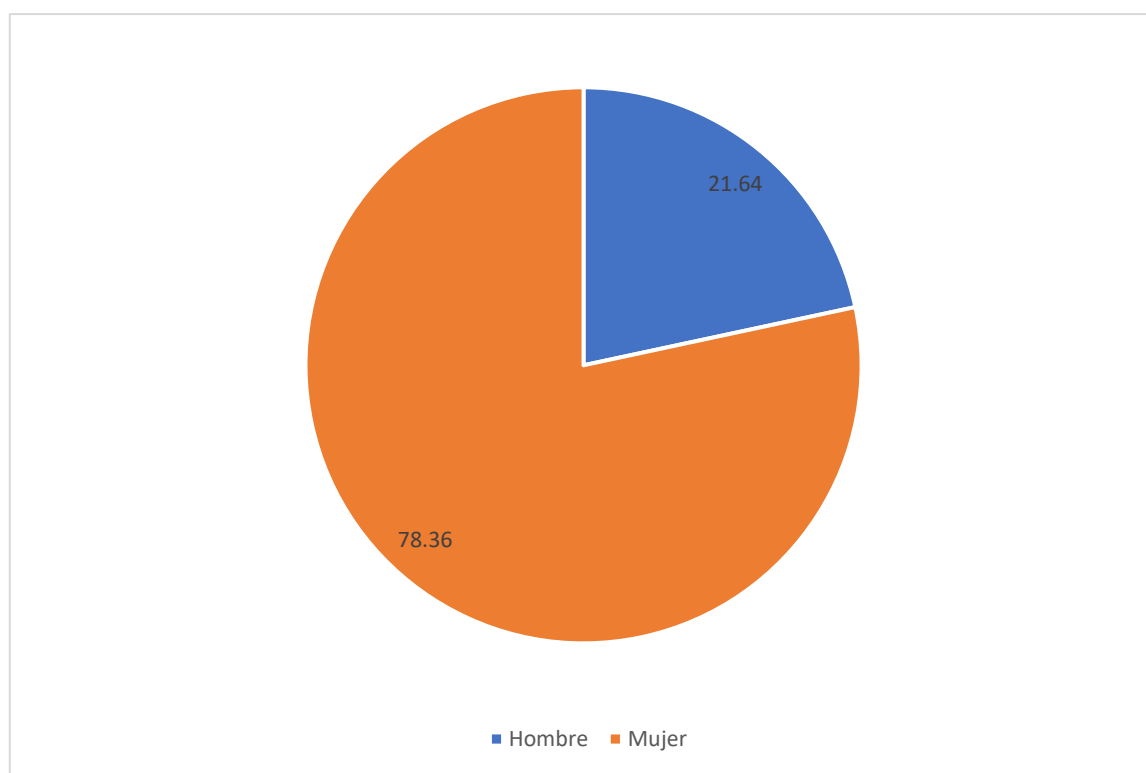
Gráfica 1. Porcentaje de edad de personas mayores (N=134).



Fuente: Encuesta del Consejo de Sabias y Sabios de Alcaldía Tlalpan, 2026

Como se puede observar en la gráfica de la encuesta aplicada a personas mayores de la alcaldía Tlalpan, la mayoría de las y los participantes lo cubren individuos de 60 a 65 años de edad, le siguen los 66 a 70 años los de menor porcentaje las personas mayores de 81 años y más, son los de menor porcentaje.

Gráfica 2. Distribución de porcentajes por sexo.



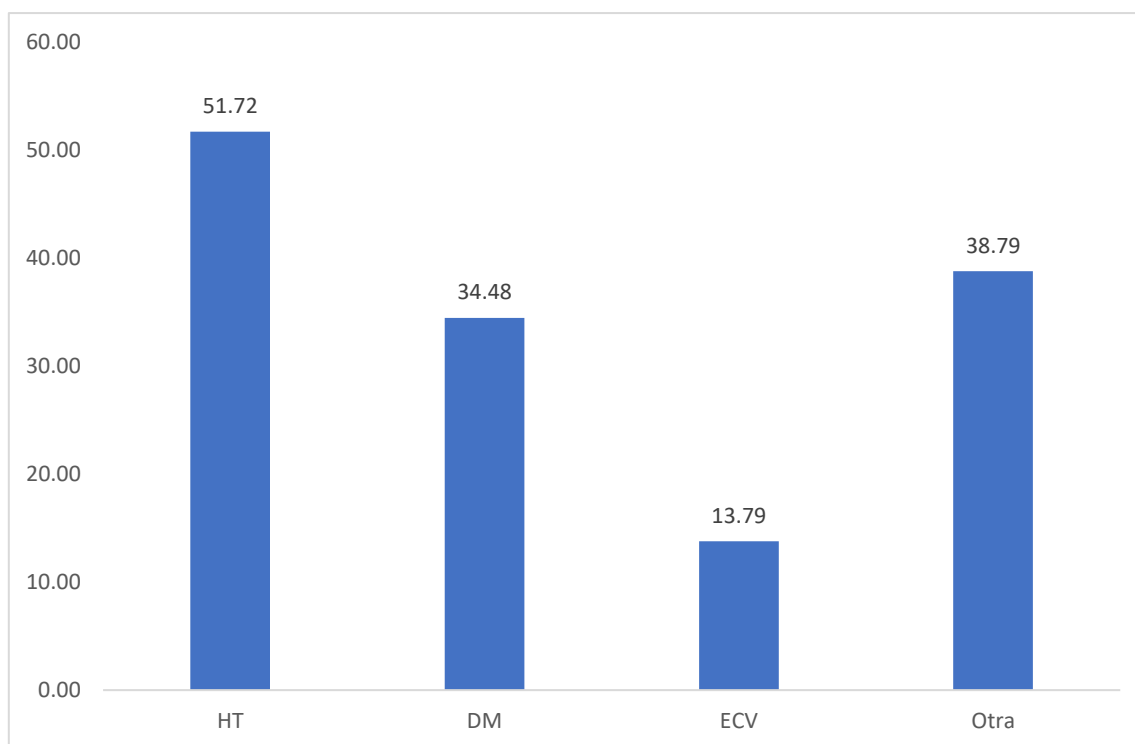
Fuente: Encuesta del Consejo de Sabias y Sabios de Alcaldía Tlalpan, 2026

El mayor porcentaje de personas que participaron en la encuesta fueron mujeres con prácticamente el 79 por ciento y con una menor participación de hombres.

Con respecto a problemas de salud, se encontró lo siguiente:

De la población participante casi un 60 por ciento, manifestaron presentar hipertensión y un 40 por ciento de esta población dijo padecer diabetes mellitus tipo 2.

Grafica 3.
Padecimientos crónicos de las PAM de Tlalpan (Porcentaje; N=134)

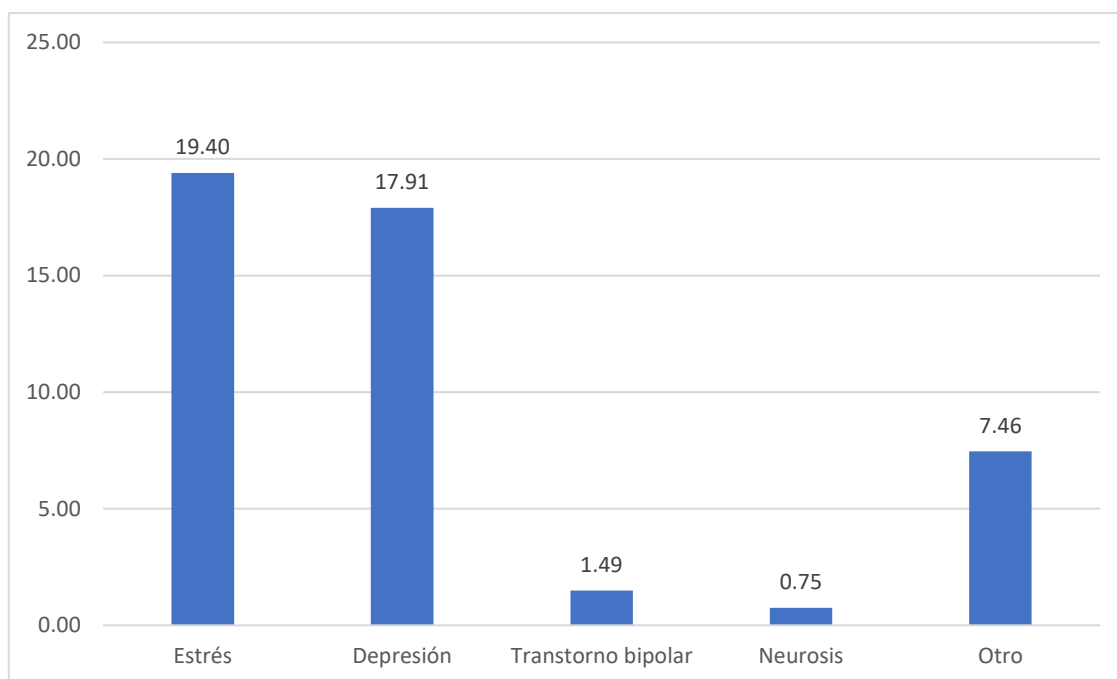


Como se puede observar en la gráfica 3, el mayor porcentaje se encuentra en las enfermedades crónicas, como lo es la hipertensión y diabetes, estos porcentajes muestran una situación similar a nivel nacional y estatal.

Con respecto a las enfermedades cardiovasculares se presenta un porcentaje menor, por otro lado, se agruparon enfermedades diversas en el rubro de otros, teniendo un porcentaje entre todas casi un 39 por ciento. Por lo tanto, la Alcaldía Tlalpan refleja lo que sucede a nivel nacional con respecto a estos padecimientos, sobre todo en población de personas mayores.

Con respecto a la salud mental se muestra lo siguiente:

Gráfica 4.
Reporte relacionado con síntomas de salud mental (Porcentaje; N=136)



Fuente: Encuesta del Consejo de Sabias y Sabios de Alcaldía Tlalpan, 2026

La mayor parte de las y los encuestados manifiestan la presencia de estrés en su vida cotidiana, seguida por depresión de manera general. Así mismo manifestaron algún otro tipo de problemas de salud mental incluyendo la neurosis y trastorno bipolar.

Llama la atención el aumento de este tipo de padecimientos, hasta cierto punto es una manifestación de las ciudades muy aglutinadas y urbanizadas.

VI. Discusión

El proceso participativo vivido en el Consejo de Sabias y Sabios de la Alcaldía Tlalpan ha resultado ser una experiencia sumamente enriquecedora. A lo largo de diversas sesiones de trabajo, los integrantes discutimos múltiples propuestas de acción ciudadana. No obstante, el cumplimiento de estas metas fue parcial, debido tanto a consensos internos del propio Consejo, así como la poca disposición de la Alcaldía para considerar nuestras propuestas, particularmente en las iniciativas relacionadas con la salud, a pesar de saber que son parte de los derechos

humanos que las personas mayores participen en la toma de decisiones junto con el gobierno local en las políticas públicas del país.¹¹

Entre los proyectos originales se contemplaban acciones fundamentales como:

- La elaboración de un diagnóstico integral de salud para la Alcaldía Tlalpan.
- La capacitación de promotoras de salud locales.
- La vinculación con los comités de los distintos centros de salud de la demarcación.
- La gestión de entrevistas directas con funcionarios tanto de la Alcaldía como de la Jurisdicción Sanitaria.

A raíz de los encuentros con las autoridades de la Jurisdicción Sanitaria, se establecieron acuerdos estratégicos para que el Consejo participara en sus redes de enlace y capacitación. A cambio, se esperaba que el Consejo tuviera incidencia en la toma de decisiones sobre políticas de salud locales, mientras que la Jurisdicción actuaría como intermediaria para facilitar el acceso a servicios de salud de sus agremiados. Sin embargo, la implementación de estos compromisos fue limitada, especialmente en lo relativo a la participación conjunta en la toma de decisiones institucionales.¹²

Esta falta de apertura evidencia que las instituciones —tanto federales como locales— aún presentan barreras para colaborar de manera horizontal con la sociedad civil. Es posible que estos obstáculos se deriven de prejuicios estructurales hacia las personas mayores, lo cual dificulta una integración plena en la gestión pública.

A pesar de estas limitaciones, el Consejo mantiene su activismo. Hasta la fecha, se han consolidado logros importantes, como la organización de un Foro sobre Envejecimiento que contó con la participación de aproximadamente 100 personas.

Así también se realizó una encuesta tratando de identificar los principales padecimientos de las personas mayores de la Alcaldía, entre ellas la salud mental de esta población, que hasta el momento se le ha puesto poca atención.

¹¹ FLORES VEGA, *op. cit.*, p. 115-129.

¹² BÓSQUEZ SALAS, *op. cit.*

Es fundamental cambiar el paradigma social que percibe a las personas mayores únicamente como "sujetos vulnerables" que requieren atención asistencial. Es urgente reconocerles como **sujetos de acción** con capacidad para transformar sus propias condiciones de vida y ejercer plenamente sus derechos humanos, en entornos libres de violencia y discriminación. La sociedad debe concientizar sobre la discriminación implícita que ejerce al ignorar la experiencia y el conocimiento de este grupo etario en la toma de decisiones que afectan su propio bienestar.

Finalmente, es imperativo impulsar el **empoderamiento de las personas mayores**. Solo a través de este ejercicio de autonomía podrán garantizar sus derechos en todos los ámbitos de la vida cotidiana, desde el entorno laboral y el activismo político, hasta el derecho al entretenimiento y el descanso digno como lo refiere la Ley de participación ciudadana del 2025, expedida por la Gaceta Oficial de la Ciudad de México.

VI. Conclusiones

Se entiende que, para que una persona mayor ejerza sus derechos plenamente, es indispensable garantizar las condiciones para un **envejecimiento saludable**. Este es un proceso dialéctico: la salud es necesaria para el ejercicio de la ciudadanía, pero el ejercicio de los derechos es, a su vez, un requisito para mantener una vida saludable. Por ello, los integrantes de este Consejo han decidido asumir un papel activo en la defensa de los Derechos Humanos, reconociendo que el activismo es la vía necesaria para exigir el cumplimiento del derecho a la salud y a una vida libre de violencia y discriminación.

VII. Referencias bibliográficas

- ÁLVAREZ-PÉREZ, Raúl, "Participación política y activismo de las personas mayores en España a través de la acción colectiva" en *Política y Sociedad*, Madrid, Universidad Complutense, vol. 60, núm. 3, 2023, art. 84347, p. 1-14. DOI: 10.5209/poso.84347.
- BÁRCENA, Alicia y MANCERA, Miguel Ángel, "Foro Internacional sobre los Derechos Humanos de las Personas Mayores" en HUENCHUAN, Sandra y RODRÍGUEZ, Rosa Icela, eds., *Autonomía y dignidad en la vejez: teoría y práctica en políticas de derechos de las personas mayores*, México, Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), Organización de las Naciones Unidas, diciembre de 2014. 382 p.

- BÓSQUEZ SALAS, Vanessa, “El derecho humano a la participación de las personas adultas mayores en el ciclo de las políticas públicas a través del Consejo Consultivo Nacional para la Igualdad Intergeneracional, período 2014-2021” en *Envejecer con derechos: la participación social de los adultos mayores*, Quito, Universidad Andina Simón Bolívar, Sede Ecuador, Serie Magíster, vol. 384, noviembre de 2024. p. 53-80.
- FASSIO, Adriana, “Participación de las organizaciones de adultos mayores en las políticas públicas: el Consejo Federal de los Mayores” *Editorial Revista Gestión de las Personas y Tecnología*, Argentina, Buenos Aires, núm. 15, noviembre de 2012, p. 40-51
- FLORES VEGA, Leonel, “La acción pública municipal y participación ciudadana; entre lo institucional y lo comunitario. El caso de los Consejos de Participación Ciudadana mexiquenses”, *Editorial Revista Espacios Políticos*, México, año 23, núm. 59, septiembre-diciembre de 2022, p. 115-129.
- GONZÁLEZ GUARIQUE, Milagros del Carmen, “Atención y bienestar psicosocial de las personas adultas mayores desde una perspectiva de integración comunitaria”, *Editorial Revista Crítica con Ciencia*, Venezuela, vol. 2, núm. 3, 2024. p. 103-121.
- Formación y aportes al tercer Plan Nacional de Envejecimiento Saludable*, Montevideo, Universidad de la República del Uruguay, Organización Panamericana de la Salud, Movimiento de Familiares y Residentes de Establecimientos de Larga Estadía para Personas Mayores, 2024. 160 p.
- Ley de Participación Ciudadana, artículo 3, México, 2025. Gaceta Oficial de la Ciudad de México, Jefatura de Gobierno, <https://www.iecm.mx/www/marconormativo/docs/8.Ley-PC-CDMX.pdf>
- Norma Oficial Mexicana NOM-031-SSA3-2012, *Asistencia social. Prestación de servicios de asistencia social a adultos y adultos mayores en situación de riesgo y vulnerabilidad*, México, Secretaría de Salud, 2012.

