

DIFUSIÓN DE LA IMPORTANCIA DE LOS LÍDERES SOCIALES Y LOS DEFENSORES DE DERECHOS HUMANOS EN COLOMBIA, A TRAVÉS DE LAS REDES SOCIALES USADAS POR ADULTOS MAYORES EN EL AÑO 2021

Byron David Bravo Ceballos¹

Fecha de recepción: 12 de julio de 2022

Fecha de aceptación: 20 de agosto de 2022

Referencia: Bravo, B. (2022). Difusión de la importancia de los líderes sociales y los defensores de derechos humanos en Colombia, a través las redes sociales usadas por adultos mayores en el año 2021. *Revista Científica Codex*, 8(15), 42-67.

RESUMEN

Los líderes sociales y defensores de derechos humanos son esenciales para la promoción y garantía de los derechos humanos en Colombia, sin embargo, son amenazados y asesinados a diario. Forst, Relator Especial de las Naciones Unidas, recomienda reconocer pública y regularmente su papel fundamental en la sociedad con la finalidad de promover su protección. Este artículo, emerge de dicha recomendación, explorando la efectividad de difundir la importancia de líderes y defensores, a través de las redes sociales usadas por los adultos mayores en Colombia. Metodológicamente, para la primera parte de la investigación se realizó la búsqueda, análisis e interpretación de datos obtenidos de fuentes documentales, para su segunda parte, se estudió el fenómeno a través de datos medibles y cuantificables. Se hizo el enfoque poblacional en adultos mayores, dada su situación de

1. Abogado, egresado de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas Universidad de Nariño, Especialista en Derechos Humanos de la Universidad de Nariño.

vulnerabilidad respecto a las *fake news*, su alto porcentaje de participación electoral y su drástico aumento poblacional derivado del incremento en la esperanza de vida. Adicionalmente, acogiendo los resultados de la investigación, y con el objetivo de materializar la difusión de la importancia de líderes y defensores, se realizó un producto audiovisual que se puede observar siguiendo el enlace previo al apartado de conclusiones.

Palabras clave: derechos Humanos, redes sociales, adulto mayor, *fake news*, producto audiovisual.

ABSTRACT

Social leaders and human rights defenders are essential for the promotion and guarantee of human rights in Colombia, however, they are threatened and assassinated on a daily basis. Forst, special rapporteur of the United Nations, recommends publicly and regularly recognizing their fundamental role in society, in order to promote their protection. This article emerges from this recommendation, exploring the effectiveness of disseminating the importance of leaders and defenders, through the social networks used by the elderly in Colombia. Methodologically, for the first part of the investigation, the search, analysis and interpretation of data obtained from documentary sources was carried out, for its second part, the phenomenon was studied through measurable and quantifiable data. The population focus was made on older adults, given their vulnerable situation regarding fake news, their high percentage of electoral participation and their drastic population increase derived from the increase in life expectancy. Additionally, accepting the results of the investigation, and with the aim of materializing the dissemination of the importance of leaders and defenders, an audiovisual product was made that can be seen by following the link prior to the conclusions section.

Keywords: human rights, social networks, older adults, fake news, audiovisual product.

INTRODUCCIÓN

Los líderes sociales y defensores de derechos humanos, especialmente en el caso de Colombia, tienen un papel fundamental para la defensa y garantía de los derechos humanos y son esenciales para la promoción de la paz. Lamentablemente, en contradicción a su importancia, han sido objeto de vejámenes constantemente, y los ataques y asesinatos contra ellos se han

intensificado tras el gobierno de Iván Duque. Frente a este panorama, el Relator Especial de las Naciones Unidas sobre la situación de los defensores de los derechos humanos, Forst (2018, como se citó en Organización de las Naciones Unidas [ONU], 2020), en su última visita a Colombia, recomendó como medio de protección a los defensores de derechos humanos: Reconocer pública y regularmente su papel fundamental en la sociedad.

Por lo anterior, este artículo explora la efectividad de visibilizar a los líderes sociales y defensores de derechos humanos, a través de las redes sociales usadas por los adultos mayores en Colombia en el año 2021. Efectividad vista cuantitativamente, es decir, desde la cantidad de población que usa dispositivos móviles, redes sociales y se ven interesados por recibir información sobre la defensa de los derechos humanos.

Se procura aportar al reconocimiento descrito por el Relator Especial en función de su protección, buscando alternativas estratégicas para obtener un resultado favorable. Por este motivo y dado el auge de las redes sociales es oportuno aprovechar este medio de difusión que permite llegar masivamente a las personas. Lo anterior, dado que Colombia es el segundo país en el mundo donde más tiempo se consumen redes, alcanzando un promedio de 3 horas y 45 minutos al día. Igualmente, la televisión e incluso el computador de escritorio han pasado a un segundo plano, siendo el Smartphone, el dispositivo más usado por los colombianos con una preferencia del 98,1 %, y una utilización creciente de redes debido a su manejo simple y su facilidad para el consumo de noticias (Asociación Colombiana de Ingenieros de Sistemas [ACIS], 2021).

Se observa entonces, que el uso de las nuevas tecnologías es esencial para la difusión de información, lo cual puede ser aprovechado para visibilizar luchas sociales, y promover la defensa de los derechos humanos. Para esta exploración se ha escogido un foco poblacional reducido con el propósito de obtener datos concretos, cuantificables y con mayor objetividad. Se seleccionó la población de adultos mayores por diversos motivos: un primer aspecto consiste en que este grupo poblacional es el que se ha vuelto más vulnerable a caer en información errónea que estigmatiza la defensa de los derechos humanos, es decir, en las denominadas *fake news*, por el contrario, los jóvenes se han vuelto expertos en la identificación de dicha información.

Como segundo criterio, se ha valorado el poder del voto que tienen los adultos mayores, y lo lamentable de que ese voto muchas veces sea condicionado por información falsa. En este sentido, esta es una de las poblaciones que mayor participación registran en las jornadas electorales, contrario a los jóvenes entre 18 y 26 años, que constituyen la población que menos ejerce este derecho. Por su parte, como tercer criterio, se ha considerado el incremento poblacional de los mayores de 60 años a nivel mundial, lo cual se debe al aumento en la esperanza de vida y desemboca en una mayor influencia de este grupo en planes y programas de gobierno

Por lo anterior, inicialmente se analiza la importancia de los líderes sociales y defensores de derechos humanos en Colombia; seguidamente se examina la relevancia de los adultos mayores para esta investigación, y por último se exploran los dispositivos, redes y productos audiovisuales más consumidos en el país por esta población y el interés que le dan a la información sobre la defensa de los derechos humanos.

1. IMPORTANCIA DE LOS LÍDERES SOCIALES Y DEFENSORES DE DERECHOS HUMANOS EN COLOMBIA

Partiendo de que se pretende explorar la efectividad de visibilizar a los líderes sociales y defensores de derechos humanos con la finalidad de aportar a su protección, es necesario inicialmente hacer referencia a su marco conceptual, pues no se puede proteger lo que no se conoce. En este sentido, se iniciará definiendo en qué consiste ser un líder social y un Defensor de Derechos Humanos para posteriormente hacer énfasis en las labores que desempeñan y señalar seguidamente algunos logros.

1.1. ¿Qué es un defensor de derechos humanos y un líder social?

Según la Comisión Interamericana de Derechos Humanos (CIDH, 2006), un defensor o defensora de derechos humanos es “toda persona que de cualquier forma promueva o procure la realización de los derechos humanos y las libertades fundamentales reconocidos a nivel nacional o internacional” (párr. 13). Como se puede observar, es una definición amplia que abarca tanto actividades personales como sociales, y va desde el ejercicio de defensa de derechos humanos ocasional, hasta el profesional, incluyendo a los operadores de justicia, desde la representación de víctimas, pasando por la investigación de casos, hasta la impartición de sentencias de forma

independiente e imparcial. En el mismo sentido, el Relator Especial sobre la situación de defensores de derechos humanos de las Naciones Unidas, Forst (2018, como se citó en CIDH, 2019), ha señalado:

Un defensor de los derechos humanos es toda persona que, individual o colectivamente, actúa o desea actuar para promover, proteger o procurar la protección y realización de los derechos humanos y las libertades fundamentales en los planos local, nacional, regional o internacional. (p. 22)

Es decir, puede ser de cualquier género, edad o procedencia sin necesidad de que reciba remuneración por su labor. Ahora bien, entre las actividades que realizan estas personas se encuentran el monitoreo, la divulgación de información, la denuncia, la promoción y la educación de los derechos humanos (CIDH, 2019), los cuales no sólo se interpretan como “los derechos civiles y políticos, sino que abarca necesariamente los derechos económicos, sociales y culturales, conforme a los principios de universalidad, indivisibilidad e interdependencia” (CIDH, 2019, p. 22).

Por su parte, “la condición de líder o lideresa social, comunal, comunitario o campesino se basa en la actividad que la persona desempeña y el reconocimiento que tiene en su comunidad” (CIDH, 2019, p. 23). En este sentido, la CIDH (2019), ha identificado que en Colombia existen personas que a través de estos liderazgos ejercen la defensa de los derechos humanos, por lo tanto, se enmarcan dentro del concepto de personas defensoras de derechos humanos, pues dicho “concepto es amplio y flexible por naturaleza y se evalúa en relación con el criterio de la actividad de defensa desarrollada por la persona” (p. 23).

Por otro lado, también es enriquecedor conocer las definiciones de líder social brindada por los protagonistas de esta labor ¿Quién mejor para decir qué significa ser un líder social que los propios líderes? Por este motivo, se trae a cita algunas de las definiciones brindadas por ellos: “Es defender nuestro territorio hasta con la propia vida” (Carabalí, 2019, como se citó en Comisión de la Verdad, 2019, s.p.); “Es ser la voz de aquellos que callan. Ser quien muchos admiran pero que otros odian” (Perdomo, 2019, como se citó en Comisión de la Verdad, 2019, s.p.); “Es defender los derechos humanos y clamar por la justicia y por nuestros derechos” (Reinel, 2019, como se citó en Comisión de la Verdad, 2019, s.p.).

1.2. El papel de los Defensores de Derechos Humanos y Líderes Sociales en Colombia

La importancia de los líderes sociales y defensores de Derechos Humanos en nuestro país se observa desde la misma Constitución Política, pues en su numeral 4 del artículo 95 se determina que son deberes de la persona y del ciudadano: “Defender y difundir los derechos humanos como fundamento de la convivencia pacífica” (Constitución Política de Colombia [C.P.], 1991, art 95). En el mismo sentido en su numeral 6 señala como deber el “Propender al logro y mantenimiento de la paz” (C.P., 1991, art. 95), la cual también se aborda en el artículo 22 de la Carta Política, en el cual se estableció de manera certera: “La paz es un derecho y un deber de obligatorio cumplimiento” (C.P., 1991, art. 22).

Ahora bien, los líderes y defensores son esenciales para la garantía de los derechos, especialmente en el caso de Colombia, país en el que tienen un papel fundamental y con características particulares en las actividades de promoción y de defensa. De igual manera, históricamente los líderes y lideresas sociales, indígenas, afrodescendientes, comunales y comunitarios han sido una fuerza de gran importancia para la promoción de la paz y el fin del conflicto armado (CIDH, 2019). En este sentido, la CIDH (2019) ha señalado que:

La labor que realizan es fundamental para la existencia plena del Estado de Derecho y constituye un pilar indispensable para el fortalecimiento y consolidación de la democracia pues ‘ejercen el necesario control ciudadano sobre los funcionarios públicos y las instituciones democráticas’. (p. 23)

Por lo anterior, la CIDH (2019) ha concluido que, “cuando se impide... la defensa de los derechos humanos, se afecta directamente al resto de la sociedad” (p. 24), lo cual va de la mano con lo manifestado por Sen (1999, como se citó en Vela, 2012), quien señala que el desarrollo de una sociedad se ve mermado con la vulneración de los derechos humanos, pues según el economista, el concepto de desarrollo debe ir más allá del crecimiento económico, y observar componentes como “la reducción de la pobreza, la efectiva protección de los derechos humanos, la reducción de las desigualdades, los niveles de salud y alfabetización y, en fin, la protección del medio ambiente” (p. 143).

Por su parte, el Centro Nacional de Memoria Histórica (CNMH, 2020) señala que los líderes y lideresas han acompañado procesos de construcción

de paz, memoria y reconciliación. Un ejemplo de ello es el territorio de Montes de María, en donde se está culminando el informe *¡Basta Ya! Regional*. Al respecto, el CNMH (2020) ha hecho la siguiente manifestación:

En el marco de nuestro trabajo hemos constatado el compromiso integral de la comunidad y sus líderes en esfuerzos dirigidos hacia la profundización de la paz y el desarrollo en el territorio...

[Rechazamos] cualquier acción violenta que revictimice a sectores que como el de Montes de María, haya sufrido las inclemencias y desgracias producidas por atroces hechos en el pasado reciente y exige respeto por la vida, la libertad y la tranquilidad de quienes están trabajando por la paz, la no repetición y la reconciliación. (CNMH, 2020, párrs. 3 y 5)

Por otro lado, la Oficina del Alto Comisionado de Naciones Unidas para los Derechos Humanos (ACNUDH, s.f.), señala que los defensores se encargan de abordar cualesquiera de los problemas relacionados con los derechos humanos, desde las ejecuciones sumarias hasta la tortura, las detenciones arbitrarias, la mutilación genital de las mujeres, la discriminación, los abusos laborales, la atención sanitaria, el impacto medio ambiental de los desechos, etc.

[En este sentido, los defensores cumplen el papel de actuar] en favor de derechos humanos tan diversos como el derecho a la vida, la alimentación y el agua, el nivel más alto posible de salud, una vivienda adecuada, un nombre y una nacionalidad, la educación, la libertad de circulación y la no discriminación. Algunas veces defienden los derechos de categorías de personas, por ejemplo, los derechos de la mujer, el niño, los indígenas, los refugiados y desplazados internos, y de minorías nacionales, lingüísticas o sexuales. (ACNUDH, s.f., párr. 3)

Adicionalmente, es posible analizar el trabajo de los líderes sociales desde sus propias palabras, es así como desde la organización Somos Defensores (como se citó en Molina 2018) exponen su visión de lo que significa desempeñar las labores de un líder social de la siguiente manera:

Ser líder social en Colombia es una oportunidad de construir país y no quedarse como espectador. Es remangarse las mangas y trabajar por un país mejor y hacerlo real. Es un tejedor de voluntades...

Además, cabe mencionar que no siempre se trata de la labor de una sola persona. Muchas veces es toda la comunidad la que ejerce una labor de defensa del territorio. (párrs. 3-4)

Los líderes y lideresas velan por el cumplimiento de los derechos humanos, promueven el desarrollo y son la voz de las comunidades rurales olvidadas, al tiempo que defienden el territorio, protegen la naturaleza, lideran procesos de restitución de tierras, luchan contra el narcotráfico y la minería ilegal, incentivan a la comunidad a la participación activa y, en consecuencia, son constructores de paz y tejido social (Molina, 2018).

Este fortalecimiento comunitario connota autogestión que supone involucramiento directo de las comunidades en su proceso de transformación y la construcción de una identidad comunitaria marcada por el sentido de comunidad...

Se dice que la unión hace la fuerza; y cuando se trata de esto, la identidad comunitaria prima para resolver problemas sociales. Lo anterior connota que las mismas comunidades son capaces de tomar el timón cuando tienen la posibilidad de ser protagonistas de las metas colectivas. (Molina, 2018, párrs. 8-9)

1.3. Algunos Defensores en Colombia y su labor

Los líderes y lideresas sociales llevan tras sus espaldas las necesidades y sueños de diversas comunidades, realizan sus tareas en medio de difíciles condiciones, y son víctimas de la estigmatización y la falta de garantías del Estado. Sin embargo, existen aliados que valoran su trabajo y realizan acciones que buscan exaltarlos:

[Este es el caso de] la *Act iglesia Sueca* y la organización *Diakonia*, [quienes] con el apoyo de la Embajada de Suecia en Colombia, convocan el Premio Nacional de Derechos Humanos en Colombia, mediante el cual se destacan sus luchas, [buscando] mitigar los riesgos que padecen. [a través de su visibilización] (Verdad Abierta, 2021, párr. 2)

Entre quienes han ganado este importante reconocimiento están Jacqueline Rojas, ganadora en 2012 por sus labores en el Magdalena Medio santandereano; Angélica Ortiz, ganadora en 2017, lideresa de Fuerza Mujeres Wayuú –organización indígena de La Guajira–; y la Asociación Campesina del Valle del Río Cimitarra, merecedora del premio en 2019 por su trabajo de más de 20 años (Verdad Abierta, 2021).

Castro (como se citó en Verdad Abierta, 2021), coordinadora del Programa *Somos Defensores*, destaca que, a pesar del doloroso panorama

de los líderes, existen valiosos avances en materia de defensa de derechos humanos que se han construido en los últimos diez años.

[En este sentido] resalta el posicionamiento de los derechos de las víctimas del conflicto armado; los avances en las agendas de los derechos que se defienden, especialmente de las mujeres y comunidades LGBTI; el litigio estratégico, que ha logrado importantes sentencias por parte de las cortes Constitucional, Suprema de Justicia e Interamericana de Derechos Humanos; y nuevos espacios de interlocución con el Estado para garantizar el ejercicio de su labor. (párr. 31)

Igualmente, existen importantes luchas que se están dando en la actualidad por defensores y líderes sociales, como es el caso de la red Jóvenes Ambientales Preservando Futuro –JAPF– guiada por el líder comunitario y ambiental Edwin Alfonso Góngora Henao. Esta red la componen más de 300 jóvenes de los municipios de Mesetas, Uribe, Puerto Rico y Vista Hermosa, y han luchado por la defensa ambiental de los paisajes, los entornos y la memoria de un departamento marcado por el conflicto armado. Su trabajo es ejemplo de reconciliación pues algunos de los jóvenes son excombatientes de las Fuerzas Armadas Revolucionarias de Colombia –FARC– que se han sumado a la defensa del ecosistema. Edwin Góngora se encarga de concientizar a los jóvenes sobre los daños ambientales que las entidades estatales intentan ocultar, sobre las quemas ilegales, la ganadería extensiva y la deforestación en la región (Gómez et al., 2019).

Por su parte, un grupo de mujeres en Orito, Putumayo promueven la defensa de sus derechos y los de sus compañeras, de esta forma, orientan esfuerzos en la educación y visibilización de temas importantes para la mujer rural. Se han capacitado en las veredas de Buenos Aires y San Vicente de Luzon, con el apoyo del programa *Active Citizens* del *British Council* y replicaron las charlas con otras compañeras que a su vez hicieron lo mismo. El proyecto gira en torno a promover el empoderamiento de las mujeres rurales entre los 18 y 40 años, acogiendo también niñas y jóvenes con las que se trabaja concientización en derechos sexuales y reproductivos. Con mujeres adultas se trabajan las rutas de atención para tratar la violencia intrafamiliar y consolidar iniciativas económicas diferentes al hogar. La iniciativa, que busca beneficiar a 100 mujeres de manera directa y a otras 300 de forma indirecta, fue denominado *Destello y Resistencia de las Heliconias* flor símbolo del Putumayo y representación de la resistencia las raíces fuertes y el éxito ante la adversidad (Gómez et al, 2019).

En este punto, también es necesario recordar a Jairo Roberto Moncayo y Adriana Benítez, líderes estudiantiles que lucharon por la defensa de los derechos humanos en Nariño. Jairo promovió un importante programa para apalancar propuestas en favor de las comunidades víctimas de desplazamiento forzado, realizando un proyecto avalado por la Universidad de Nariño, y con gestión de recursos en la Gobernación y la Alcaldía, pero tristemente fue asesinado en septiembre de 2003, precisamente el septiembre pasado, a 18 años de su muerte, se instaló un monumento en la plaza San Felipe de la ciudad de Pasto para conmemorarlo (Tubarco, 2021).

Por su parte, Adriana luchó por los derechos y las garantías de las mujeres y trabajó hasta el final por todo lo que consideró justo y necesario. En 1999 “promovió y dirigió las protestas contra el Plan Nacional de Desarrollo y organizó el primer Foro Departamental en oposición al Plan Colombia” (Ferreyra, 2020, párr. 14); realizó el estudio financiero para rebajar la tarifa del transporte público en Pasto, lo cual se logró después de algunas negociaciones; “lideró movilizaciones contra el Sanitario Santa Clara II, y realizó una importante labor social con líderes barriales y madres comunitarias. En su honor el coliseo de la Universidad de Nariño lleva su nombre (Ferreyra, 2020).

Lamentablemente, le arrebataron la vida el sábado 14 de octubre del año 2000, no obstante, en su intervención en representación de la Universidad de Nariño en los diálogos de paz de Andrés Pastrana con las FARC, celebrados en San Vicente del Caguán, dejó estas bellas palabras que representan su lucha:

Debe rescatarse el pensamiento social y preservar su pluralidad dentro de la universidad. Porque es justamente esta la fuente de riqueza y baluarte para toda la humanidad. Por lo tanto, nos declaramos a favor de la vida y rechazamos la muerte y la persecución de estudiantes, trabajadores y profesores universitarios. (Ferreyra, 2020, párr. 16)

2. UN PANORAMA SANGRIENTO

A pesar de la importancia y los logros descritos de los líderes y defensores, en Colombia no se brinda la protección ni el apoyo suficiente para que puedan ejercer su labor con tranquilidad. Desde la firma del acuerdo de paz, en el 2016 hasta el día de hoy se cuentan más de 900 defensores de derechos humanos asesinados, siendo la cifra más alta en América Latina (Semana,

2020). Igualmente se han “registrado 2.829 amenazas entre enero de 2016 y junio de 2020” (Human Rights Watch [HRW], 2021a, párr. 111). Ante este panorama, el gobierno en cabeza de Iván Duque ha dado una respuesta lenta e insuficiente; condena frecuentemente estos crímenes, pero no toma medidas serias para evitarlos; en su lugar implementa programas gubernamentales que apenas funcionan o tienen graves deficiencias (Human Rights Watch [HRW], 2021a).

En este sentido, tras su visita a Colombia, Forst (2018, como se citó en ONU, 2020) en su informe ante el Consejo de Derechos Humanos de la ONU, denunció que éste

Es el país de América Latina con más asesinatos de activistas de las garantías fundamentales [y que], además, se han disparado las amenazas en su contra en un contexto de altos índices de impunidad. [Señala que dicha impunidad] envía un mensaje de falta de reconocimiento de su importante labor en la sociedad, [lo cual] implica una invitación para seguir violentando sus derechos. (párrs. 1 y 11)

Ahora bien, el acuerdo de paz incluyó iniciativas específicas para prevenir asesinatos de defensores de derechos humanos; no obstante, ese tipo de crímenes aumentó a medida que diversos grupos armados ocuparon el vacío territorial que dejaron las FARC, disputándose el control para la producción de coca y otras actividades ilegales (HRW, 2021a). El problema es que las autoridades colombianas no han realizado un control efectivo; es decir, “el gobierno ha desplegado [muchas tropas], pero no ha fortalecido al mismo tiempo el sistema de justicia ni ha asegurado un acceso adecuado a oportunidades económicas y educativas y a servicios públicos” (HRW, 2021a, párr. 8).

Dicha ausencia estatal, ha originado que, en muchas zonas del país, las organizaciones sociales como las Juntas de Acción Comunal o los cabildos indígenas frecuentemente desempeñen un rol importante en la realización de tareas de funcionarios de gobiernos locales, como la protección de poblaciones en riesgo (HRW, 2021a).

Esto aumenta la visibilidad de los líderes de organizaciones sociales, incluidos defensores de derechos humanos, y los expone a riesgos... Por ejemplo, [la oposición] a la presencia de grupos armados o [la denuncia] de abusos los ha convertido en blanco de ataques... La Defensoría del Pueblo ha registrado 2.829 amenazas contra defensores de derechos humanos ocurridas entre

enero de 2016 y junio de 2020, incluidas 859 contra defensoras de derechos humanos. En la mayoría de los casos, se trató de amenazas de muerte. Al menos tres defensoras de derechos humanos han sido violadas sexualmente desde 2016, según la Oficina del ACNUDH y la Defensoría del Pueblo. (HRW, 2021a, párrs. 4, 11 y 111)

Según la organización no gubernamental en cita, el gobierno de Duque ha incumplido sus obligaciones con el derecho internacional de los derechos humanos, y debería realizar esfuerzos genuinos para prevenir abusos y proteger a los defensores, además, señala que “debería aumentar la capacidad de las autoridades judiciales y los fiscales para llevar ante la justicia a los responsables de los asesinatos” (HRW, 2021a, párr. 35). Manifiesta que las acciones realizadas por el gobierno han sido insuficientes, y “a menos que aquel tome medidas eficaces, es probable que muchos más defensores de derechos humanos sean asesinados en Colombia y, en consecuencia, que cientos de comunidades... queden indefensas” (Vivanco como se citó en HRW, 2021b, párr. 22).

Por otro lado, es un claro retroceso el que la Fiscalía, en cabeza de “Francisco Barbosa, un íntimo amigo del mandatario, [y que además] ya fue señalado de maquillar [cifras] cuando se desempeñó como consejero presidencial para los derechos humanos” (Galindo y Torrado, 2021, párr. 10), haya pretendido centralizar las estadísticas oficiales de asesinatos de defensores de derechos humanos de la Defensoría, la Procuraduría y el Ministerio de Defensa. Con esta medida, una vez más el gobierno pierde la credibilidad sobre sus esfuerzos:

Para prevenir y sancionar estos hechos, esfuerzos que, hasta ahora, han sido preocupantemente insuficientes... En lugar de enfocarse en ‘unificar’ las cifras de líderes sociales asesinados, el Gobierno del presidente Duque debería implementar debidamente las políticas existentes para proteger a los defensores de derechos humanos y líderes sociales en el país. (Vivanco como se citó en Galindo y Torrado, 2021, párr. 11)

2.1. Recomendación de Forst

Debido a este panorama descorazonador, se han planteado algunas alternativas para mejorar su protección. Una propuesta es la realizada por Forst (2018, como se citó en ONU, 2020), quien entre sus recomendaciones para la protección de los defensores, señala que se debe reconocer pública y regularmente, su papel fundamental en la sociedad,

y condenar las violaciones e intentos de deslegitimarlos y criminalizarlos. Consecuentemente, se pretende difundir el análisis realizado respecto a su importancia, con el propósito de enaltecer su labor y agradecer su trabajo. Se procura realizar un aporte al reconocimiento que recomienda Forst, con la esperanza de contribuir, así sea una brizna al cese de los hostigamientos y vejámenes que los líderes sociales y defensores de derechos humanos han venido padeciendo en el país.

No obstante, esta difusión debe hacerse bajo unos parámetros estratégicos para tener mayor efectividad; con un lenguaje apropiado que sea fácil de entender; y dejando de lado los términos jurídicos que puedan confundir a un público general. Por otro lado, es oportuno aprovechar los avances tecnológicos y el alcance de las redes sociales, con la finalidad de difundir de manera masiva la importancia de los líderes y defensores, pues el desconocimiento de este tema ha traído consecuencias graves e irreversibles como se plantea desde la misma Declaración Universal de los Derechos Humanos: “El desconocimiento y el menosprecio de los derechos humanos han originado actos de barbarie ultrajantes para la conciencia de la humanidad” (ONU, 1948, párr. 3).

Conforme a lo anterior, es necesario explorar las redes, dispositivos y productos audiovisuales usados por quienes hacen parte del grupo que se ha escogido como foco poblacional en esta investigación, pues las preferencias respecto a estos criterios varían de acuerdo a si la población escogida es de niños, de adultos, de indígenas o personas con diversidad sexual, entre otros. En este sentido, dado que se ha escogido como grupo poblacional a los adultos mayores, se ha realizado un estudio para conocer sus preferencias respecto al uso de las redes sociales, dispositivos más usados y tendencias en productos audiovisuales.

3. DIFUSIÓN DE LA INVESTIGACIÓN EN ADULTOS MAYORES

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, como se citó en Varela, 2016) se considera como adulto mayor a las personas que tengan una edad superior a los 60 años, y se ha escogido este grupo poblacional para difundir en ellos la importancia de líderes y defensores, dado que son los adultos mayores quienes se han vuelto más vulnerables a caer en información errónea que estigmatiza la defensa de los derechos humanos: “Diferentes estudios realizados en Europa y Estados Unidos han demostrado que las personas mayores son más vulnerables a las informaciones falsas,

conocidas también bajo el término *fake news* en inglés” (Valverde, 2019, párr. 2). En consecuencia, el 60 % de los adultos mayores se ven afectados por las redes sociales e información no verificada, contrario a lo que sucede con los jóvenes, quienes tienen acceso a diferentes medios de información y se han vuelto expertos en la identificación de las *fake news* (Svoboda, s.f., como se citó en Valverde, 2019).

Del mismo modo, es muy importante el poder en el voto que tienen los adultos mayores y es reprochable que su voto sea condicionado por información falsa; “las personas mayores de 60 años representan uno de los grupos poblacionales que mayor participación electoral registran” (Fundación Saldarriaga Concha, 2018, párr. 1) en las jornadas electorales. Además, con el paso del tiempo esta población crece, convirtiéndose en uno de los objetivos de mayor peso en los planes de gobierno diseñados por los candidatos. Según la Registraduría Nacional del Estado Civil (como se citó en Fundación Saldarriaga Concha, 2018), para las últimas elecciones presidenciales, es decir en 2018, “el número de personas mayores de 60 años inscritas para votar fue de 6.339.604, [y se] reportó la participación de 3.513.609 personas mayores de 60 años en todo el territorio nacional, un poco más del 50 %” (párrs. 5-6) de esta población. En contraposición, la población habilitada para votar entre los 18 y 26 años, es decir “la población joven es la que menos vota, en ese sentido pone una cuota importante en los niveles históricos de abstención en Colombia en elecciones nacionales y locales, que sobrepasa el 55 %” (El Nuevo Siglo, 2018, párr. 8).

Por otro lado, los adultos mayores adquieren cada vez más relevancia dado el envejecimiento poblacional que han venido teniendo los países en los últimos años, es decir, dado el aumento en la esperanza de vida, cada vez existen más adultos mayores que jóvenes o niños. En este sentido, según la Organización Panamericana de Salud, se estima que para 2050, la población de adultos mayores se duplique en número a nivel mundial. Tan solo para 2025 las personas mayores de 60 años representarán el 18,6 % de la población total de la región (Portafolio, 2020).

Lo anterior, ha motivado escoger a los adultos mayores como foco poblacional para difundir en ellos la importancia de los líderes y defensores en Colombia. Con todo, en este punto se requiere explorar el medio idóneo para visibilizar a los líderes y defensores, y que además este pueda difundirse fácilmente. En este sentido, es de resaltar que el crecimiento en el uso del internet por parte de adultos mayores ha sido notoriamente mayor que en

los jóvenes. Es así como, “mientras el uso de la red en las personas de entre 65 y 74 creció 11 % durante el último año, en el resto de la población lo hizo en 3 %” (Semana, 2018, párr. 3).

3.1. Crecimiento en uso de las redes sociales por parte de los adultos mayores

Los *millennials* dejaron de dominar las redes en 2017, por lo cual la generación senior ha ido tomando el control de plataformas como Facebook, con el objetivo principal de mantener contacto con viejos conocidos. Esta situación ha hecho que el uso de dispositivos como celulares inteligentes se haya duplicado y el crecimiento de mensajería instantánea haya aumentado en un 182,5 % durante el 2016 (Semana, 2018).

Asimismo, el uso de las redes sociales por adultos mayores –más de 65 años– pasó del 15 % al 23 % en el mismo año, con un ritmo de crecimiento que sólo se había registrado por los *millennials*. Por su parte, los *millennials* se han desplazado a redes como Instagram, Snapchat y las *stories* de Facebook, dado que prefieren plataformas con información más volátil, es decir que desaparezca poco después de enviarse (Semana, 2018).

Por otro lado, el uso de internet ha aumentado en todos los países, pero especialmente en el mercado latino, gracias a los dispositivos móviles, dado que resulta más económico un *smartphone* que una *laptop*. El alcance web ha ido aumentando en dispositivos móviles y disminuyendo en computadores de escritorio. Las redes son el principal uso debido a su entrada amigable y su fácil manejo, además las redes también han facilitado el consumo de noticias y el *retail* –venta al por menor o comercio minorista– (Patiño, 2020).

De acuerdo con unos datos entregados por Intel Colombia en el 2019, en América Latina el 53 % de los mayores de 65 años ha usado internet o correo electrónico desde una computadora, el 70 % utiliza internet todos los días y el 31 % prefiere usar computadora de mesa. (Portafolio, 2020, párr. 8)

Ahora bien, el medio escogido para difundir el mensaje en los adultos mayores, debe además permitir una difusión masiva con la finalidad de llegar a un público amplio. Esa es la ventaja de las redes sociales, permitir la difusión masiva y el intercambio de información, al ser “comunidades formadas por diferentes usuarios y organizaciones que se relacionan entre sí en plataformas de Internet” (Peiró, 2017, párr. 1). Asimismo, permiten

“formar grupos y compartir información, y elementos multimedia como imágenes o videos” (Peiró, 2017, párr. 2).

Por otro lado, el incremento de su utilización en Colombia es cada vez mayor, sólo en “2020 creció un 11,4 % superando los 39 millones de personas. [Adicionalmente] Colombia es el segundo país [en el mundo] donde más tiempo se consume redes sociales, alcanzando un promedio de 3 horas y 45 minutos al día” (ACIS, 2021, párrs. 1-2). En el mismo sentido, según un estudio realizado en abril de 2021, se observa que la televisión ha pasado a un lugar secundario por los usuarios de internet en Colombia, siendo el celular el dispositivo más usado por los colombianos entre los 16 y 64 años, con un 98,1 % como se puede apreciar en la siguiente gráfica:

Figura 1

Poseción de dispositivos.



Nota. Fuente: Alvino (2021).

3.2. La red social indicada

Existen muchas redes sociales que permiten interactuar de diferentes maneras y compartir contenido diverso. “En redes como Facebook, Twitter, Google+, LinkedIn, Instagram o TikTok se pueden formar grupos y compartir información y elementos multimedia como imágenes o vídeos” (Peiró, 2017, párr. 2), pero además cada red social tiene un enfoque diferente. Por ejemplo, Facebook permite contactar amigos fácilmente, conocer gente

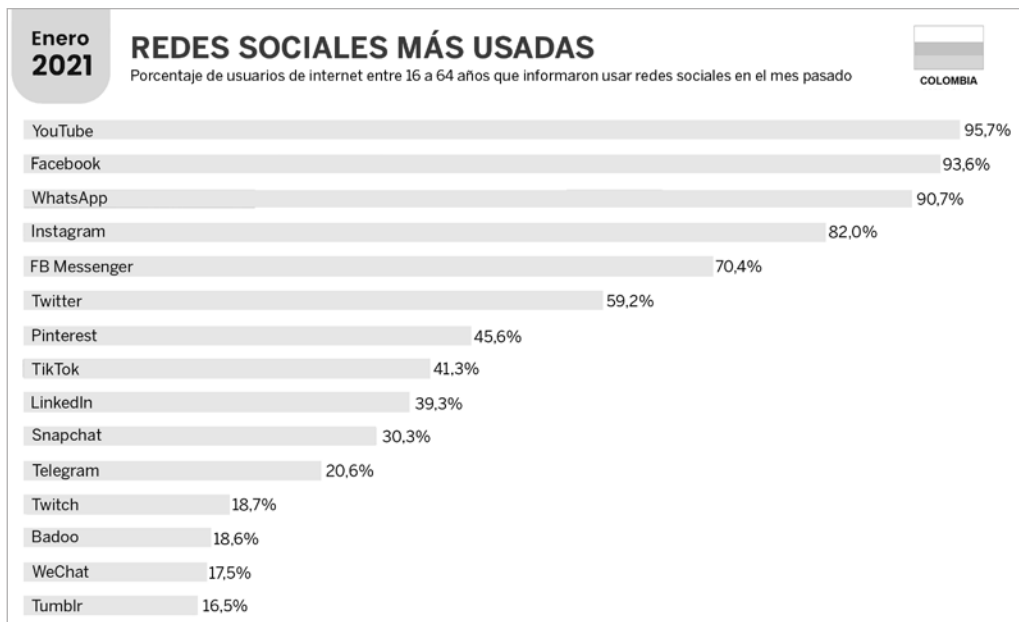
con los mismos intereses y crear páginas de empresas; Twitter es una plataforma de microblogging, es decir, permite divulgar información como en un blog pero con una limitación de máximo 280 caracteres; y Youtube, por su parte, es la red social de videos por excelencia, y las empresas la utilizan para introducir su publicidad (Peiró, 2017).

Por lo anterior, se hace necesario analizar cuál es la red social indicada para difusión de información en los adultos mayores. Siguiendo esta línea, se observa que según la investigación realizada por We are Social y Hootsui (como se citó en Alvino, 2021), la plataforma más usada por los colombianos entre los 16 y 64 años es Youtube, seguida de Facebook y WhatsApp:

Con base en la selección de respuestas múltiples, YouTube es la plataforma más usada (95,7 %) por los internautas colombianos activos en redes sociales que tienen entre 16 y 64 años de edad, seguida de Facebook (93,6 %), WhatsApp (90,7 %) e Instagram (82,0 %) (párr. 28).

Figura 2

Redes sociales más usadas.



Nota. Fuente: Alvino (2021).

Igualmente, como se aprecia a continuación, según SimilarWeb² youtube.com es el segundo sitio web más buscado por los colombianos, superado solo por google.com (Alvino, 2021). Asimismo, según SimilarWeb, Facebook.com es el tercer sitio más buscado y whatsapp.com el cuarto. Por su parte Alexa³ también establece a youtube.com como el segundo sitio más buscado y a Facebook como el quinto.

Figura 3

Sitios web más visitados según Similar Web.

Enero 2021		SITIOS WEB MÁS VISITADOS SEGÚN SIMILAR WEB									
Ranking de los primeros sitios web según su tráfico promedio mensual, de acuerdo a Similar Web											
#	Sitio Web	Total visitas	Visitas únicas	Tiempo por visita	Páginas por visita	#	Sitio Web	Total visitas	Visitas únicas	Tiempo por visita	Páginas por visita
01	google.com	526M	9.62M	17M 14S	11.8	11	office.com	24.0M	1.79M	13M 23S	9.0
02	youtube.com	377M	8.75M	31M 09S	15.2	12	roblox.com	21.1M	617K	17M 30S	7.6
03	facebook.com	150M	6.49M	16M 56S	13.1	13	wikipedia.org	17.5M	3.16M	5M 19S	3.3
04	whatsapp.com	109M	5.86M	3M 22S	1.4	14	yahoo.com	15.0M	1.63M	8M 25S	5.4
05	live.com	60.0M	4.85M	10M 55S	9.7	15	zoom.us	12.2M	2.03M	6M 46S	3.9
06	netflix.com	42.4M	2.23M	11M 13S	4.6	16	pse.com.co	11.6M	3.28M	3M 28S	1.6
07	instagram.com	37.1M	2.87M	12M 50S	23.1	17	microsoft.com	11.5M	2.94M	6M 01S	3.9
08	google.com.co	36.3M	3.03M	7M 20S	8.7	18	wplay.co	10.8M	2.47M	12M 16S	8.6
09	mercadolibre.com.co	25.4M	4.10M	10M 05S	9.3	19	microsoftonline.com	10.6M	1.99M	2M 13S	2.4
10	twiter.com	25.2M	1.81M	16M 12S	18.1	20	msn.com	9.86M	2.11M	6M 55S	3.3

Nota. Fuente: Alvino (2021).

Entonces, de acuerdo con las estadísticas estudiadas, es posible determinar que, en cuanto a redes sociales Youtube y Facebook son los sitios web más buscados por los colombianos entre los 16 y los 64 años, y que WhatsApp es la tercera red social más buscada según SimilarWeb. Esto coincide con la tabla de las redes sociales más usadas, en las cuales, en orden de prioridad se encuentran Youtube, Facebook y WhatsApp.

2. "SimilarWeb es una herramienta de análisis de sitios web que ayuda a conocer el mercado, [permitiendo] conocer la clasificación de [la búsqueda], el número de visitas y las fuentes de tráfico de una determinada página" (Alvino, 2021, párr. 76).
3. "Alexa es [el] asistente virtual de Amazon que sirve para [realizar] búsquedas de voz, a través [de] Echo Plus" (Alvino, 2021, párr. 77).

Figura 4

Sitios web más visitados según Alexa.



Nota. Fuente: Alvino (2021).

No obstante, como se ha explicado anteriormente, en una misma red social se pueden realizar diferentes acciones de interacción, es posible comentar, compartir, ver videos, ver imágenes, suscribirse, escuchar música, dar me gusta, etc. De manera que para realizar un contenido es importante tener en cuenta cuál es la acción que más realizan los usuarios de las redes. En este sentido, se observa que la acción más realizada por los colombianos entre los 16 y 64 años para consumir contenido en internet es ver videos online.

Figura 5

Actividades relacionadas al consumo de contenido digital.



Nota. Fuente: Alvino (2021).

De todo lo anterior, es posible concluir que las plataformas más usadas por los colombianos entre los 16 y 64 años son YouTube, Facebook y WhatsApp, que prefieren el contenido en video, y que los adultos mayores cada día se abren más paso en las plataformas web, por lo cual, las redes sociales son un medio pertinente para la difusión de información dirigida a este público.

3.3. Encuesta a adultos mayores

Ahora bien, con la finalidad de sacar una pequeña muestra que aterrice un poco lo descrito por las estadísticas nacionales detalladas anteriormente, se realizó una encuesta de 9 preguntas a 60 personas de la tercera edad en la ciudad de Pasto. De esta manera, se han logrado recolectar los siguientes resultados:

A la pregunta ¿Cuál es el aparato electrónico que más utiliza para acceder a internet? El 83,32 % de los encuestados respondieron que el celular, 13,33 % utilizan la televisión inteligente y 3,33 % utilizan el computador.

A la pregunta ¿Cuál es la red social que más utiliza? 55 % de los encuestados respondieron WhatsApp, 28,33 % YouTube, 15 % Facebook y 1,66 % respondió ninguna. En este sentido, se observa que acorde a la encuesta nacional WhatsApp es la red social más utilizada por los colombianos y en este caso por los adultos mayores, superando el 50 % del total de encuestados.

Por otro lado, se preguntó: ¿Cuál es la actividad que más realiza en redes sociales? a lo que se respondió de la siguiente forma: 25 % de los encuestados contestaron chatear, 68,33 % contestaron ver videos, 3,33 % otra, 1,66 % contestó ver imágenes y el otro 1,66 % contestó ninguna.

En cuanto a la pregunta ¿Le gustaría ver contenido en redes sociales sobre la defensa de los Derechos Humanos? el 95 % respondió sí, 3,33 % respondieron no y 1,66 % respondió me es indiferente. Resultados muy alentadores para la visibilización de los Líderes sociales y Defensores de Derechos humanos.

Respecto a la pregunta ¿Qué formato le gustaría para ese contenido? El 85 % respondió video; 6,66 % respondió audio; 5 % respondió texto; y 3,33 % respondió imagen. Consecuentemente, se observa que lo más favorable para la transmisión de información en adultos mayores es la realización de un video.

Por su parte, en cuanto a la pregunta: En caso de haber respondido video ¿Qué estética le gustaría? 93,3 % respondió: Video tipo expositivo (Una persona explicando el tema); 3,33 % respondió: Video animado (caricaturas en movimiento explicando el tema); y el restante 3,33 % respondió: “otro”.

En cuanto a la pregunta ¿Le gustaría que se le envíe el producto sobre la defensa de los Derechos Humanos que se realizará? (Video, audio, texto, etc.), el 93,3 % respondió sí; el 5 % respondió no, y el 1,6 % respondió me es indiferente.

Finalmente, referente a la pregunta: Si su respuesta fue sí, por favor deje su número de WhatsApp o correo para enviar el contenido, el 75 % brindó un número de WhatsApp o correo electrónico, frente al 25 % que se reservó dicha información. Este porcentaje se observa favorable y se enviará el video producto de esta investigación a los números y direcciones aportadas, con el fin de que estas personas difundan a su vez este contenido.

Conforme a lo anterior y de acuerdo a los resultados de esta exploración, basados en las estadísticas investigadas y en la encuesta realizada, se observa que, para difundir información en adultos mayores, referente a la defensa de los derechos humanos, es pertinente realizar videos que puedan divulgarse en redes sociales. Por estos motivos, poniendo en práctica lo descrito se realizó un video utilizando esta investigación, en el cual se expone la importancia de los líderes y defensores; su contexto en el país y sus logros. Este producto audiovisual se realizó conforme a los parámetros predominantes en las encuestas, es decir, se ideó con la intención de

difundirse mediante el celular y el computador a través de Youtube, Facebook y WhatsApp, con una duración de 5,26 minutos, y con un formato del tipo expositivo, es decir con una persona en cámara explicando la importancia de los líderes y defensores en Colombia.

El video se envió a los encuestados que respondieron favorablemente a recibir el contenido audiovisual respecto a la defensa de los derechos humanos. Asimismo, en la Figura 6, se encuentra el enlace y el código QR mediante los cuales se puede acceder al contenido descrito.

Figura 6



Nota. Fuente:
<https://youtu.be/nl7ilZjW-eM>

CONCLUSIONES

Un defensor o defensora de Derechos Humanos es “toda persona que... promueva o procure desde cualquier ámbito, la realización de los derechos humanos y las libertades fundamentales reconocidos a nivel nacional o internacional” (CIDH, 2006, párr. 13). Por su parte un líder social se distingue por la actividad que la persona desempeña y el reconocimiento que tiene de su comunidad (CIDH, 2019). En Colombia algunas personas a través de estos liderazgos ejercen la defensa de los derechos humanos, son la voz de las comunidades olvidadas y defienden el territorio. Tanto líderes como defensores se encargan de proteger la naturaleza y guiar procesos de restitución de tierras; luchan contra el narcotráfico y la minería ilegal; incentivan a la comunidad a la participación activa y, en consecuencia, son constructores de tejido social y promotores de identidad comunitaria (Molina, 2018).

Los Defensores de Derechos Humanos y Líderes Sociales son esenciales para la garantía, promoción y defensa de los derechos en Colombia, así como para la promoción de la paz y el fin del conflicto armado. Por lo anterior, la CIDH (2019) ha concluido que, “cuando se impide... la defensa de los derechos humanos, se afecta directamente al resto de la sociedad” (p. 24) y se impide su desarrollo, pues aquel, según Sen (1999, como se citó en Vela, 2012), sólo es posible reduciendo la pobreza, efectivizando la protección de los derechos humanos, reduciendo las desigualdades, aumentando los niveles de salud y alfabetización, y protegiendo el medio ambiente tal como lo hacen los líderes sociales.

No obstante, en contradicción de su importancia, desde la firma del acuerdo de paz hasta el día de hoy se cuentan más de 900 defensores de derechos humanos asesinados y 2.829 amenazas en su contra (Semana, 2020; HRW, 2021a). Estos crímenes aumentaron a medida que diversos grupos armados ocuparon el vacío territorial que dejaron las FARC, disputándose el control para la producción de coca y otras actividades ilegales. Por su parte, la respuesta del gobierno ha sido lenta e insuficiente, con ausencia de medidas serias para evitar los crímenes. El gobierno no ha realizado un control efectivo; ha desplegado muchas tropas, pero no ha fortalecido el sistema de justicia, ni el acceso a oportunidades económicas, educativas y de servicios públicos (HRW, 2021b). Dicha ausencia estatal hace que organizaciones sociales frecuentemente se encarguen de labores

como la protección de poblaciones en riesgo, lo que los expone frente a los intereses de los grupos armados.

Una alternativa para la protección de los líderes y defensores de derechos humanos es reconocer pública y regularmente su papel fundamental en la sociedad y condenar las violaciones e intentos de deslegitimarlos y criminalizarlos (Forst, 2018, como se citó en ONU, 2020). Sin embargo, su visibilización debe hacerse bajo unos parámetros estratégicos para tener mayor efectividad y con una población determinada que en, este caso, consiste en los adultos mayores, puesto que son más vulnerables a caer en información errónea que estigmatiza la defensa de los derechos humanos, contrario a los jóvenes, quienes se han vuelto expertos en la identificación de *fake news*. Adicionalmente, los adultos mayores representan uno de los grupos poblacionales con mayor participación electoral, y aumentan en número a diario dado el envejecimiento poblacional, que para 2050, se estima hará que se duplique esta población a nivel mundial (Portafolio, 2020).

Igualmente, el crecimiento en el uso de internet por adultos mayores ha sido notoriamente mayor que en los jóvenes y han ido tomando el control de plataformas como Facebook. Asimismo, el uso de celulares inteligentes se ha duplicado y el uso en redes ha aumentado a un ritmo acelerado, convirtiendo a Colombia en el segundo país en el mundo donde más se consume redes sociales, y donde el dispositivo electrónico más usado es el celular, con un 98,1 % sobre los demás dispositivos. Por otra parte, las redes sociales más usadas por los colombianos entre los 16 y 64 años son YouTube, Facebook y WhatsApp; el sitio web más buscado es google.com seguido de youtube.com; y la actividad más realizada para consumir contenido de internet es ver videos online.

Ahora bien, reduciendo la encuesta sólo a la población de adultos mayores encuestados, se observa que el 83,32 % de ellos prefieren utilizar el celular sobre otros dispositivos; la red social que más usan es WhatsApp, seguida de YouTube y Facebook; la actividad que más realizan es ver videos; al 95 % le gustaría ver contenido en redes sobre la defensa de derechos humanos; y la mayoría prefiere un video del tipo expositivo, es decir, una persona en cámara explicando el tema. Por lo anterior, es viable realizar videos que se difundan a través de WhatsApp, Facebook y YouTube, con el propósito de visibilizar a los líderes sociales y defensores de Derechos Humanos a través de estas redes, que se constituyen como las más utilizadas por los adultos mayores.

REFERENCIAS

- Alvino, C. (2021, 12 de abril). Estadísticas de la situación digital de Colombia en el 2020-2021. *Branch*. <https://branch.com.co/marketing-digital/estadisticas-de-la-situacion-digital-de-colombia-en-el-2020-2021/>
- Asociación Colombiana de Ingenieros de Sistemas [ACIS]. (2021, 1 de abril). *Uso de las redes sociales en Colombia creció un 11,4 % en 2020*. <https://acis.org.co/portal/content/noticiasdeinteres/uso-de-las-redes-sociales-en-colombia-creci%C3%B3-un-114-en-2020>
- Centro Nacional de Memoria Histórica [CNMH]. (2020, 2 de julio). *Llamado urgente del Centro Nacional de Memoria Histórica sobre las amenazas a líderes sociales de los Montes de María*. <https://centrodememoriahistorica.gov.co/llamado-urgente-del-centro-nacional-de-memoria-historica-sobre-las-amenazas-a-lideres-sociales-de-los-montes-de-maria/>
- Comisión de la Verdad. (2019). *¿Qué es ser un líder social?* <https://comisiondelaverdad.co/actualidad/noticias/comision-de-la-verdad-lideres-sociales-que-es>
- Comisión Interamericana de Derechos humanos [CIDH]. (2006). Informe sobre la situación de las defensoras y defensores de los derechos humanos en las Américas. http://www.cidh.oas.org/countryrep/Defensores/defensores_indice.htm
- Comisión Interamericana de Derechos humanos [CIDH]. (2019). Informe sobre la situación de personas defensoras de derechos humanos y líderes sociales en Colombia. <http://www.oas.org/es/cidh/informes/pdfs/DefensoresColombia.pdf>
- Constitución Política de Colombia. (1991). http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/constitucion_politica_1991.html
- El Nuevo Siglo. (2018, 1 de febrero). Potencial para votar en Colombia. Adultos, la fuerza electoral que decide. <https://www.elnuevosiglo.com.co/articulos/02-2018-adultos-son-la-fuerza-electoral-que-decide>
- Ferreya, C. (2020, 8 de junio). Adriana Benítez, una mujer que se atrevió a cantar entre las balas. *Udenar Periódico*. <https://www.udenar.edu.co/adriana-benitez-una-mujer-que-se-atrevio-a-cantar-entre-las-balas/>
- Fundación Saldarriaga Concha. (2018, 10 de julio). *Cómo votan las personas mayores*. <https://www.saldarriagaconcha.org/como-votan-las-personas-mayores/>

- Galindo, J. y Torrado, S. (2021, 10 de febrero). Líderes sociales bajo fuego: El mapa de la violencia en Colombia. *El País*. <https://elpais.com/internacional/2021-02-10/los-lideres-sociales-siguen-bajo-fuego-en-colombia.html?rel=mas>
- Gómez, J., Luque, S. y Mejía, S. (2019, 29 de julio). Cinco luchas de líderes sociales en Meta, Guajira, Putumayo y Cauca. *El Espectador*. <https://www.elespectador.com/colombia-20/paz-y-memoria/cinco-luchas-de-lideres-sociales-en-meta-guajira-putumayo-y-cauca-article/>
- Human Rights Watch [HRW]. (2021a). *Líderes desprotegidos y comunidades indefensas. Asesinatos de defensores de derechos humanos en zonas remotas de Colombia*. <https://www.hrw.org/es/report/2021/02/10/lideres-desprotegidos-y-comunidades-indefensas/asesinatos-de-defensores-de>
- Human Rights Watch [HRW]. (2021b). *Graves deficiencias en la protección de líderes sociales*. <https://www.hrw.org/es/news/2021/02/10/colombia-graves-deficiencias-en-la-proteccion-de-lideres-sociales#>
- Molina, A. (2018, 6 de julio) ¿Cuál es el papel de los líderes sociales en Colombia? *El campesino*. <https://elcampesino.co/por-que-son-importantes-los-lideres-sociales-en-colombia/>
- Oficina del Alto Comisionado de Naciones Unidas para los Derechos Humanos [ACNUDH]. (2021). *Acerca de los Defensores de Derechos Humanos*. <https://www.ohchr.org/es/special-procedures/sr-human-rights-defenders/about-human-rights-defenders>
- Organización de las Naciones Unidas [ONU]. (1948, 10 de diciembre). *Declaración Universal de los Derechos Humanos*. <https://www.un.org/chinese/center/chbus/events/hurights/spanish.htm>
- Organización de Naciones Unidas [ONU]. (2020, 4 de marzo). Colombia: El país latinoamericano con más asesinatos de defensores de derechos humanos. *Noticias ONU*. <https://news.un.org/es/story/2020/03/1470571>
- Patiño, L. (2020, 13 de abril). Colombianos en redes sociales: Más móviles y más video. *El Tiempo*. <https://www.eltiempo.com/tecnosfera/apps/redes-sociales-mas-usadas-en-colombia-segun-comscore-483768>
- Peiró, R. (2017). *Redes sociales*. Economipedia. <https://economipedia.com/definiciones/redes-sociales.html>
- Portafolio. (2020, 22 de diciembre). Plataforma colombiana para los adultos mayores. <https://www.portafolio.co/negocios/emprendimiento/plataforma-colombiana-para-los-adultos-mayores-547758>

- Semana. (2018, 8 de febrero). Consumo. Los millennials le ceden su espacio a los senior en las redes sociales. <https://www.semana.com/empresas/articulo/adultos-mayores-aumentan-en-redes-sociales/255159/>
- Semana. (2020, 16 de julio). Van 152 asesinatos en 2020 de líderes, defensores de DD.HH. y exmiembros de Farc. <https://www.semana.com/nacion/articulo/asesinato-de-lideres-sociales-en-colombia-cifras-durante-cuarentena-covid-19/686859/>
- Tubarco. (2021, 17 de septiembre). Con monumento rinden homenaje a Jairo, líder estudiantil que luchó por la defensa de los derechos humanos. <https://tubarco.news/tubarco-noticias-occidente/tubarco-noticias-pasto/con-monumento-rinden-a-homenaje-a-jairo-lider-estudiantil-que-lucho-por-la-defensa-de-los-derechos-humanos/>
- Valverde, F. (2019, 12 de julio). Las personas de la tercera edad son más vulnerables a las noticias falsas. *Radio Prague International*. <https://espanol.radio.cz/las-personas-de-la-tercera-edad-son-mas-vulnerables-a-las-noticias-falsas-8126163>
- Varela, L. (2016). Salud y calidad de vida en el adulto mayor. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Publica*, 33(2), 199-201. <https://dx.doi.org/10.17843/rpmesp.2016.332.2196>
- Vela, B. (2012). *Lecciones de derecho internacional. Tomo I*. Universidad Externado de Colombia. <https://bdigital.uexternado.edu.co/entities/publication/5e3fb19d-b811-46a6-841e-3c12966e79c3>
- Verdad Abierta. (2021, 6 de octubre). *Una década de reconocimiento para los líderes sociales*. <https://verdadabierta.com/una-decada-de-reconocimiento-para-los-lideres-sociales/>