

Gerontagogía como vía para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores desde un enfoque histórico cultural

Gerontagogy as a way to improve the quality of life of older adults from a cultural historical approach

Nora Patricia Aguilar Medina.

Psicóloga e instructora en Ayuntamiento de la capital de San Luis Potosí.
Desarrollo Social. Departamento del adulto mayor.

Recibido: Agosto 2020

Aceptado: Noviembre 2020

| Resumen

En el presente artículo se exponen las características y las necesidades (personales, sociales y laborales) del adulto mayor (AM) incorporado a programas de desarrollo social para poder mejorar su calidad de vida. A partir de la Gerontagogía será posible crear modelos de formación del AM y conocer sus capacidades actuales de aprendizaje para potenciarlo. Este estudio se realizó con AM de 60 a 80 años que forman parte de un programa de desarrollo social municipal en San Luis Potosí. Las cuestiones teóricas se fundamentarán en la Educación a lo largo de la vida y el Enfoque Histórico Cultural de Vygotski. En el estudio se implementaron métodos teóricos y empíricos como la encuesta y la entrevista.

| Palabras clave: Adulto mayor, educación a lo largo de la vida, calidad de vida, gerontagogía, necesidades, Enfoque histórico cultural.

| Abstract

This article presents the characteristics and needs (personal, social and work) of the elderly (AM) incorporated into social development programs in order to improve their quality of life. Starting from gerontagogy, it will be possible to create models of AM training and know their current learning capacities to enhance it. This study was carried out with MAs aged 60 to 80 years who are part of a municipal social development program in San Luis Potosí. Theoretical questions will be based on Vygotsky's Lifelong Education and Cultural-Historical Approach. In the study, theoretical and empirical methods such as the survey and the interview were implemented.

| Keywords: Older adult, education throughout life, quality of life, gerontagogy, needs, Historical-Cultural Approach.

| Introducción

El contexto educativo actual tiene el propósito de propiciar el desarrollo de los seres humanos, por lo que "la educación debe ser flexible y adaptarse a las necesidades y características de los estudiantes y de los diversos contextos sociales y culturales" (Unesco, 2007, p.9). En esta investigación se aborda el concepto de gerontagogía como la ciencia que estudia la educación de los ancianos que les permita una vida digna (bienestar físico, mental, social y cultural).

Así, "La gerontagogía es una ciencia aplicada cuyo objeto de estudio se basa en el conjunto de métodos y técnicas seleccionadas y reagrupadas en un cuerpo de conocimientos orientadas en función del desarrollo del discente mayor" (Lemieux, 1997, p.15). En este texto se entenderá como la manera de brindar educación al AM de forma permanente, de acuerdo a sus necesidades y experiencias.

La finalidad de la gerontagogía es actualizar a los ancianos y que extiendan su aprendizaje para ampliar su panorama científico-cultural. La educación gerontagógica se sustenta en producir conocimiento y creatividad para que los adultos mayores (AM) enfrenten mejor la dinámica social actual, donde la tecnología, las redes sociales, la política y la economía demandan habilidades de comunicación diversas para seguir siendo productivos.

En este texto se partió de la siguiente pregunta: ¿cómo preparar al AM para enfrentar los retos del mundo globalizado y que le brinden una mejor calidad de vida e independencia?

Esta pregunta rescata el hecho de que los AM cuidan a sus nietos o van al médico en su tiempo libre, por ello no se mantienen en constante actualización enfocada a sus preferencias personales y autonomía, y repercutiendo esto en su calidad de vida.

En la actualidad la educación continua enfocada en los AM sólo se orienta a actividades de ocio y manejo del tiempo libre, de ello la propuesta en este texto para educar a los AM de la capital de San Luis Potosí que están integrados a un programa de desarrollo social.

| Desarrollo

La Gerontagogía y sus antecedentes

La educación de las personas ancianas tiene antecedentes en la educación de los adultos; varios autores han propuesto, desde la década de 1950, conceptualizarla como una ciencia con una historia y con una evolución propia y la denominaron Andragogía.

Para Knowles (2006, p.3) “La andragogía es un conjunto de principios de aprendizaje en los adultos que se aplica en todas las situaciones de su aprendizaje”. Esto conlleva una metodología que permite la educación permanente en los AM, desde un enfoque didáctico que los motive a continuar adquiriendo conocimientos que les brinden autonomía.

Bermejo García (2004, p.162) indica que la Gerontagogía “presenta una visión de la educación del AM como la optimización de las capacidades favorecedoras del desarrollo individual y social, relacionando educación y vida; constituyendo uno de los principios teóricos esenciales de su formación”. Entonces implica la educación y la vida del anciano para potencializar sus habilidades, destrezas y actitudes que le permitan adaptarse al mundo actual.

La Gerontagogía es interdisciplinaria centrada en la educación del anciano en un contexto social, implicando investigar los procesos pedagógicos en ámbitos específicos, en situaciones determinadas, particulares, sociales, históricas, evolutivas y culturales en relación con sus intereses y valores.

Tal disciplina usa de forma innovadora y pertinente la capacidad de cada individuo en el contexto al que se adaptará a través de programas adecuados a sus necesidades, con las mejores técnicas de estudio, el buen uso de los recursos disponibles, la efectiva participación laboral, todo desde una óptica de responsabilidad y la autoevaluación.

En relación con esta investigación, Revilla y Otaiza (2019) estudiaron, en Venezuela, las necesidades y la realización personal del adulto mayor (AM) determinando la necesidad de uso de sus capacidades en actividades socioeducativas de su interés, así como sociales, recreativas, laborales, deportivas, espirituales y culturales que les faciliten el equilibrio emocional y una actitud positiva.

Características y necesidades del AM

La vejez implica "(...) es un concepto que está determinado a un estadio de la vida que no inicia en una edad específica, sino, que es una condición determinada no sólo por la organización social, sino además por las condiciones físicas" (Rojo y Fernández, 2011, p.1).

Para Papalia *et al.* (2009, p.28) el AM (de 55 a 75 años) se distingue de los ancianos (mayores de 75 años). Pero sus capacidades y vitalidad dependen de sus vivencias biológicas, psicológicas y sociales, por lo que hoy es prioritario ofrecer programas educativos y recreativos para ellos y hacerlos partícipes en la vida cultural, social, económica, política, laboral y el aprendizaje a lo largo de la vida.

"El proceso de envejecimiento difiere de acuerdo a la condición social, debido a ello es necesario continuar desarrollando propuestas con alternativas y espacios que permitan mejorar las condiciones de vida a través de planes, programas y proyectos donde las personas adultas mayores sean entes activos en un proceso de inclusión social con la familia y la sociedad" (Solís *et al.* 2013, p.10). Por ello, la educación permitirá al AM mejorar su ambiente y oportunidad de una vida activa interactuando en su entorno cotidiano.

En México, en 2002 se promulgó la *Ley de los derechos de las personas adultas mayores* y se han creado programas sociales de protección y seguridad económica, sin énfasis en lo educativo con la consecuente dificultad para ubicar criterios óptimos para su desarrollo pues los ancianos saben qué quieren y el docente será sólo su orientador educativo; pero para esto debe considerarse la motivación, el compromiso y el avance en los procesos educativos del AM en favor de su calidad de vida, autonomía, competencias, bienestar e integración social.

Los AM jubilados en la capital de San Luis Potosí (SLP) aumentan y requieren servicios y productos, algunos resueltos con programas de desarrollo social, pensión y más tiempo libre. Por ello es importante atender sus necesidades educativas para favorecer su vida ya que actualmente pocos trabajos estudian este panorama, salvo desde la Gerontagogía, el envejecimiento saludable y las enfermedades crónicas.

Igualmente, las políticas actuales proponen una educación para toda la vida centrada en el desarrollo humano y la educación para el trabajo, como los existentes en México por el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF), el Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (INAPAM), la Secretaría de Desarrollo Social (SEDESOL) y los Ayuntamientos de la capital de San Luis Potosí (enfocados al manejo del ocio y el tiempo libre mediante actividades corporales, artísticas y recreativas) o en los centros comunales y clubes de pensionados.

Por otra parte, la teoría apunta a que el AM requiere prepararse para satisfacer sus necesidades de salud, autoestima, sociales, laborales y afectivas y lograr mejorar su calidad de vida; principalmente por el crecimiento de esta población en el mundo. Por ello la Gerontagogía propone bases biológicas, neuropsicológicas y sociológicas del envejecimiento, aunque no pedagógicas, las cuales podrán contribuir al estudio y atención del anciano.

Frente a este reto de atención a la salud y la educación del AM para prepararlos para vivir en un mundo globalizado, donde gocen de una estabilidad económica que les permita tener una vivienda, una alimentación sana, y se autorrealicen y participen en la vida social de su entorno es necesario estudiar sus condiciones de existencia.

Estudios epidemiológicos indican que los ancianos dependen de su familia, carecen de alfabetización y escolaridad (más en las zonas rurales) por lo que son vulnerables, no cuentan con una definición de roles y son excluidos de la toma de decisiones. En cuanto a su seguridad social (retiro del trabajo) es muy baja en las localidades rurales, pero en las ciudades es tres veces mayor, lo que se vincula con la formalidad laboral y los estudios alcanzados.

El proceso de envejecimiento depende de factores como la alimentación, los socioculturales, los ambientales y los intelectuales (merma la fluidez). También hay disminución en la velocidad y la motivación hacia el aprendizaje por la variedad de intereses, aspiraciones y proyección futura del anciano. Algunos se deprimen, otros apresuran sus tareas y metas.

Por otro lado, el valor de los AM depende del medio, pero puede crecer o limitarse desde la educación. En la ciudad de SLP se asume que los ancianos todavía cuentan con una tercera parte de su vida por lo cual necesitan buscar espacios de aprendizaje o actividades que los ayuden a integrarse a la sociedad actual, lo que implica considerar la educación como un derecho y la base de mejora intelectual, ética y moral de los habitantes en un marco de nuevos requerimientos sociales, políticos y económicos.

La calidad de vida

“La calidad de vida es un concepto relacionado con el bienestar social y el desarrollo humano, integrando la salud física, el estado psicológico, las relaciones interpersonales, la autonomía, las creencias, los valores y el contexto donde se desarrollan las personas” (Quesada, 2018, p.1). Por lo que es relevante mejorar la del anciano, potenciando sus capacidades de manera integral, beneficiando su autoestima, autonomía e independencia, y facilitando que sepan cómo solicitarla.

Según Jiménez (2010, p.2) la calidad de vida implica:

- “La calidad de las condiciones de vida.
- La satisfacción experimentada por las personas con dichas condiciones vitales.
- La combinación de componentes objetivos y subjetivos, es decir, como la calidad de las condiciones de vida de una persona junto a la satisfacción que esta experimenta.
- La combinación de las condiciones de vida y la satisfacción personal ponderada por la escala de valores, aspiraciones y expectativas personales”.

Dado lo anterior, se requiere propiciar la calidad de vida del anciano y su crecimiento personal mediante la educación que les permita tomar decisiones y responsabilidades a partir de sus metas, para sentirse útiles y capaces.

La calidad de vida incluye elementos externos e internos. Los primeros incluyen la sociedad donde se vive; los segundos son los personales (optimismo, percepción del control, adaptación frente a desafíos y problemas). Esta calidad también es un propósito del progreso social del anciano.

Desde el ámbito social e individual, tal calidad se vincula con la educación (la básica en los niños, la formación en los adolescentes, y las competencias en los adultos). La educación para el AM es personal y parte de su motivación. Por tanto, esta última requiere un diseño de enseñanza-aprendizaje integral (contenidos, cómo se enseña, la interacción, el ambiente).

Cuando el AM está integrado a grupos de desarrollo social sin amenazas por enfermedad o dinero, su calidad de vida se vuelve una medida social. Así, en tales grupos se realizan actividades acordes a la necesidad de estos ancianos con el fin de propiciar el desarrollarlo de competencias para la vida.

Como advertía Maslow (1991, p.21): “las necesidades humanas se pueden jerarquizar, iniciando por las necesidades físicas: el aire, el alimento, el agua, le siguen las necesidades psicológicas: la seguridad, el amor, la autorrealización”. De ahí la relevancia de crecer las capacidades del anciano para que enfrente mejor los retos de la sociedad contemporánea (físicos, psicológicos y sociales) y aumente su calidad de vida.

Relevancia social de la educación entre AM

En la Conferencia de Montreal, Canadá, en 1960, se dio un valor extraordinario a la educación permanente, en cuyo contexto se haya la de los adultos, considerándola como un medio e instrumento eficaz para el fomento de la paz y la comprensión del mundo, además de un mecanismo para el desarrollo socioeconómico.

Entonces, la educación a lo largo de la vida garantizaría una educación inclusiva, equitativa y de calidad para todos. Para los ancianos propiciará su desenvolvimiento en el mundo actual al adquirir herramientas de comunicación, tecnológicas y conocimientos para tener una vida plena, tranquila y satisfactoria personal, social y económicamente.

Por tanto, es relevante propiciar el aprendizaje del AM, analizarlo y darle significado personal y social pues todos reciben, aceptan, asimilan y procesan la información de maestros, compañeros y personas del entorno social y cultural para incorporarla a su vida.

El enfoque Histórico Cultural

“El desarrollo ontogénico del ser humano tiene la siguiente estructura: actividad colectiva y comunicación-cultural (signos), apropiación de la cultura (enseñanza y educación), actividad individual-desarrollo psíquico del individuo” (Vygotski, 2009, p.88). Esto favorece que el AM adquiera experiencias para su desarrollo cognitivo y potencie sus habilidades ampliando sus capacidades al interactuar con sus compañeros en situaciones específicas.

Además, el trabajo colaborativo entre ancianos potenciará aprendizajes significativos, a partir de sus saberes y experiencias. Por ello, la teoría de Vygotski (2009) considera los instrumentos culturales en su diversidad de contextos.

Por otra parte, los procesos psicológicos de los AM han pasado por adaptaciones a lo largo de la vida (culturales, históricas y sociales), lo que permite diferentes niveles de interacción. El mismo Vygotski (2009) planteó los primeros indicios dentro de su teoría, el aspecto vivencial, de estos procesos no sólo lo cognitivo y lo afectivo, también lo social.

Yuni y Urbano (2015, p.19), por su parte, señalan que: “La Educación de adultos, la andragogía, la educación permanente, la educación gerontológica y la gerontagogía, fueron progresivamente, los marcos conceptuales que sirvieron como fundamento para la actuación y la reflexión pedagógica con personas mayores”. Esto facilita potenciar el desarrollo en la vida del AM al mantenerlo activo cognitivamente, actualizarlo y capacitarlo para ser independiente y autónomo en un mundo globalizado.

Metodología

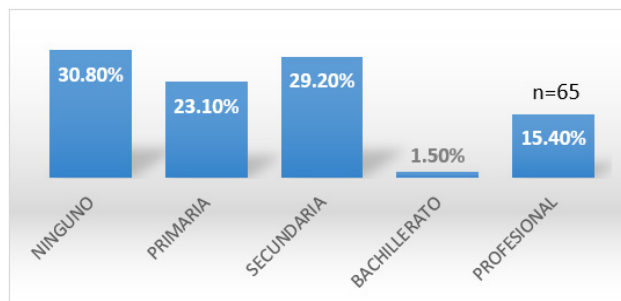
En esta investigación de tipo descriptiva correlacional se usaron métodos teóricos y empíricos entre una muestra de ancianos y el director del programa de desarrollo social municipal en SLP con el fin de identificar la necesidad de educación del AM (alfabetización y capacitación para el trabajo).

Se partió de la pregunta: ¿cómo preparar al AM para enfrentar los retos del mundo globalizado que le permitan una mejor calidad de vida e independencia? Esto derivó en la propuesta de un Modelo Gerontagógico (MG) para desarrollar la calidad de vida del anciano frente a sus necesidades en la vida contemporánea.

La población estudiada fue de 156 ancianos jubilados del programa de gobierno, con edades entre 60 y 80 años, con una muestra de 102 (65%). Se aplicó una entrevista semiestructurada al director del programa y una encuesta a los AM acerca de sus rutinas, su interacción social y su grado de satisfacción de necesidades básicas y recreativas. Teóricamente se hizo un análisis, síntesis a partir de la revisión de la literatura; el análisis fue cuantitativo y cualitativo a partir de los datos obtenidos de los instrumentos aplicados para conocer las necesidades de los AM.

Resultados

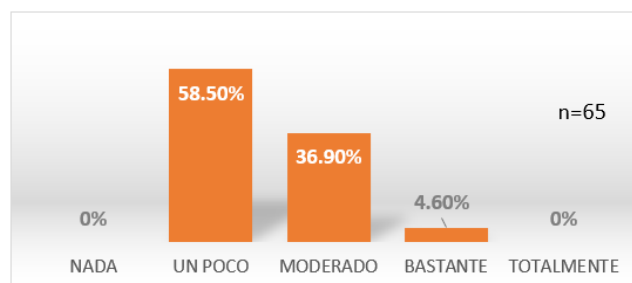
A partir de la entrevista realizada al director del programa (para identificar el nivel de estudios y las necesidades educativas de los AM) y del análisis de la información obtenida se identificó la relevancia de saber leer, escribir y tener conocimiento de su estado y de la cultura en general (gráfica 1).



Gráfica 1. Nivel de estudios.

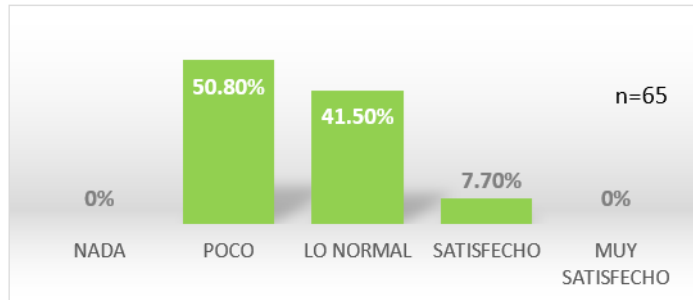
Respecto del nivel de estudios, fue bajo: 30.8% sin estudios, 29.20% con Secundaria, 23.10% con Primaria, 15.4% con Licenciatura y 1.5% con Bachillerato. Lo que refiere la relevancia de la educación continua y los conocimientos para prepararse para el mundo personal y laboral (saber administrar los ingresos, ser activos laboralmente, tener un mejor nivel de vida).

En las encuestas aplicadas a los AM acerca de sus intereses y necesidades para relacionarse y ser independientes para realizar trámites personales, se obtuvo la siguiente información (gráfica 2).



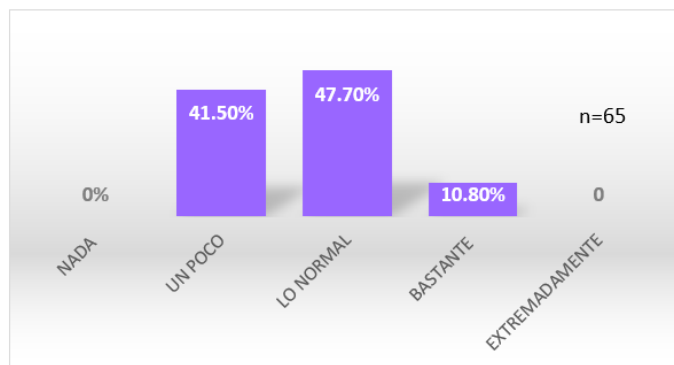
Gráfica 2. Disponibilidad de información que necesita en su vida diaria.

Respecto de si disponen de información importante para ser independientes, 4.60% señaló que bastante, 36.90% que moderadamente y 58.50% poca información. Esto alerta el poco acceso a datos entre los ancianos de la muestra; por lo que tener estudios, saber leer y escribir facilita el desarrollo de habilidades de este tipo y mejora su vida al realizar trámites y manejar situaciones personales, sociales y laborales en condiciones idóneas.



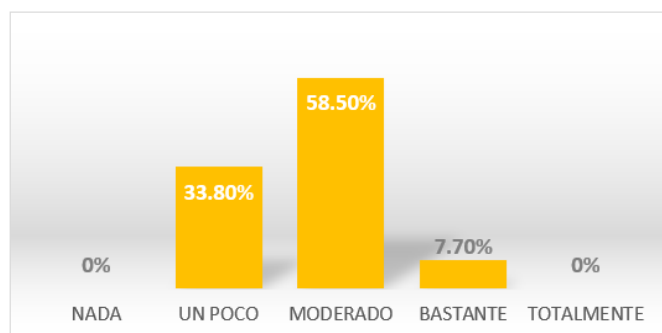
Gráfica 3. Satisfacción de la capacidad para trabajar.

Los resultados obtenidos sobre la satisfacción acerca de la capacidad para trabajar arrojaron que: 50.80% tiene poca, 41.50% lo normal y 7.70% está satisfecho. Por tanto, un alto porcentaje de ellos no se siente satisfecho al respecto, advirtiendo la necesidad de tener una preparación académica (gráfica 3).



Gráfica 4. Medioambiente saludable.

El aspecto del medioambiente saludable arrojó estos datos: 41.50% habita en un ambiente poco saludable, 47.70% en uno normal y 10.80% muy saludable. Estos resultados muestran que un alto porcentaje no tiene condiciones óptimas de vida (espacio, alimentación, atención familiar, servicios médicos), por tanto, recibir educación continua y capacitación personal, social y laboral facilitaría la mejora de estas condiciones (gráfica 4).



Gráfica 5. Suficiente dinero para cubrir necesidades.

Acerca de las necesidades personales de gastos (vivienda, comida, vestido) de la muestra: 33.80% con pocos ingresos, 58.50% ingreso moderado para lo básico y 7.70% con ingreso suficiente. Estas respuestas reflejan un alto porcentaje que no cuenta con los ingresos necesarios, lo que impacta en su salud física y mental.

A partir de los resultados obtenidos, los porcentajes más altos arrojan: poca satisfacción con su capacidad laboral (50.80%) y sin condiciones adecuadas para vivir (41.50%). Con menor porcentaje están la falta de ingresos para los gastos básicos (33.80%) y no tener estudios (30.8%); esto revela la importancia de la formación continua en el AM para favorecer sus condiciones de vida.

Los aspectos a priorizar en la educación de los ancianos incluyen: temáticas para su alfabetización lecto-escritora para facilitar su conexión con el mundo y educación financiera que les brinde autonomía y mejorar su administración personal.

En el contexto donde se realizó este estudio se evidencia entre estos ancianos el aislamiento, una vida pasiva, condiciones económicas precarias, poco contacto familiar, inseguridad y dependencia (falta de trabajo o no poder realizar sus trámites y pagos), esto los orilla a participar en programas sociales para acceder a actividades recreativas y mantenerse ocupados.

La muestra estudiada manifestó necesitar actividades como la lectura y el trabajo pues sus condiciones son precarias, como se indicó arriba y en muchos casos sobreviven sin pensión por jubilación laboral y su dependencia familiar es alta, lo que afecta su sentido de autonomía e independencia.

Otro aspecto a considerar acerca de los centros de desarrollo social para AM es que requieren brindar cursos o talleres de capacitación para el trabajo dadas las necesidades ya descritas.

Por tanto, en este texto se propone un Modelo Gerontagógico (MG) para mejorar la calidad de vida en los ancianos estudiados. Está enfocado en implementar actividades como juegos de mesa, pintura, dibujo, manualidades, aprendizaje de la lecto-escritura, educación financiera, conocimientos matemáticos, uso de la tecnología, contabilidad con el fin de reforzar habilidades para integrarse mejor al mundo contemporáneo y de forma independiente.

A partir de los resultados obtenidos con los instrumentos aplicados fue necesario proponer un MG para atender las necesidades educativas del AM integrado en un programa de desarrollo social y es el siguiente.

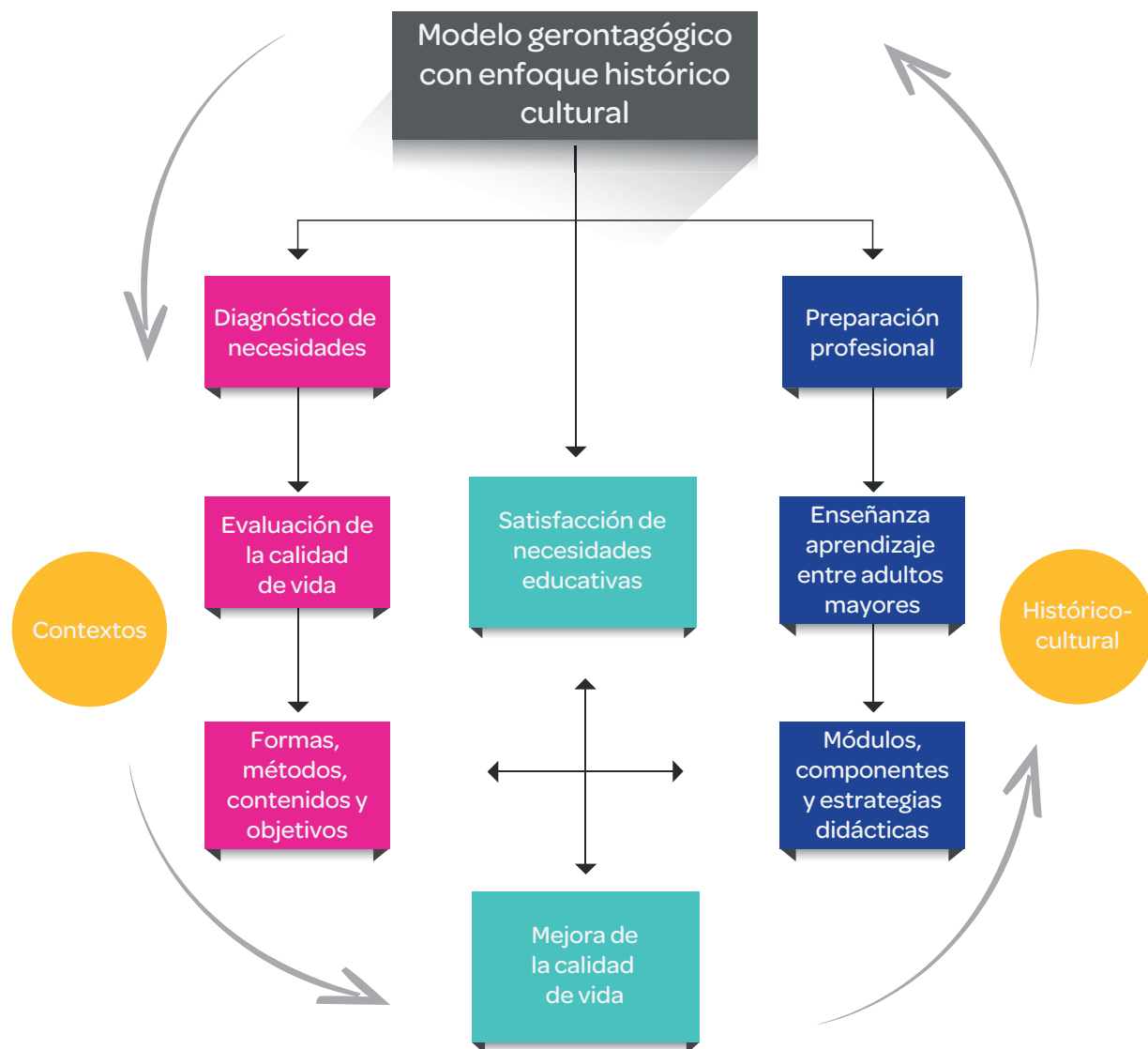


Imagen 1. Modelo gerontagógico con enfoque histórico cultural. Elaboración propia, 2019.

Esta propuesta de MG representa un proceso educativo continuo en el AM que lo llevará a mejorar su calidad de vida, considerando sus experiencias, necesidades y contexto histórico y cultural, favoreciendo su desarrollo cognitivo y adquisición de conocimientos para mejorar sus condiciones vitales.

Conclusiones

El adulto mayor a lo largo de la vida ha adquirido conceptos y saberes para su desarrollo. Estos aprendizajes le han facilitado la toma de conciencia y el control de sus propios procesos cognitivos y decisiones, por tanto, son su fuente histórica más importante de conceptualización del mundo. A su vez, en cada contexto en el que se desenvuelve ha desarrollado conocimientos vinculados a la cultura, lo que le ha permitido aprender de otros en contextos específicos.

Por lo anterior, un modelo gerontagógico propiciará cambios en el anciano que permanezca en un programa de desarrollo social al brindarle redes de apoyo en el ámbito educativo, las cuales le facilitarán relacionarse en su medio y en mejores condiciones de vida.

Así mismo, es necesario crear espacios (de aprendizaje integral) de formación para el AM enfocados en su adaptación a los cambios durante el envejecimiento, procurando su satisfacción. Otro aspecto relevante es el intercambio entre sus pares por el necesario acompañamiento y apoyo mutuos. De igual manera es menester proponer políticas educativas para el anciano con énfasis en el mejoramiento de su calidad de vida y formación continua.

En la sociedad actual la etapa laboral es larga, con mayores demandas en cuanto a conocimientos y habilidades entre ancianos, por ello, la educación permanente favorecerá adquirir esas capacidades frente a las exigencias actuales del mundo.

Así, en este texto se ha propuesto crear y promover espacios de aprendizaje y programas educativos para ancianos a fin de unificar sus experiencias con nuevos conocimientos para interactuar y ser productivo en el mundo actual. Por tanto, el modelo propuesto señala la importancia del diagnóstico de necesidades, los medios, las estrategias y los procedimientos en los procesos de enseñanza-aprendizaje a partir del contexto del AM, los cuales le permitan tener una mejor calidad de vida.

| Bibliografía y referencias

- A. Richeson, J. y Shelton, N. (2015). *Una perspectiva psicológica social sobre la estigmatización de los adultos mayores*. Washington.
- Allan, A., Wachholtz, N. y Valdés, M. (2005). Cambios en la ocupación de los adultos mayores recientemente jubilados. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, 13(6):14-21.
- Aranda, C., Pando, M. y Aldrete, M. (1999) *Jubilación, trastornos psicológicos y redes sociales de apoyo en el adulto mayor jubilado*. México: Trillas.
- Arana, J. y Horma, A. (2006). Factores asociados a la satisfacción de vida de adultos mayores de 60 años en Lima-Perú. *Universitas Psychologica*, 5(3):475-485.
- Arias, C. (2008). El apoyo social en la vejez: Alternativas de acción frente a los desafíos del envejecimiento poblacional. *Perspectivas en psicología*, 5(2):54-61.
- Auer, A. (1995). *Envejecer bien: un estímulo ético-teológico*. Barcelona: Herder.
- Bermejo, L. (2004). *Gerontología educativa: cómo diseñar proyectos educativos con personas mayores*. Buenos Aires: Editorial Médica Panamericana.
- Delors, J. (1997). *La educación encierra un tesoro*. Informe a la Unesco de la Comisión Internacional sobre la Educación para el siglo XXI. Unesco.
- Fernández Portero, C. (1999). *La Gerontagogía: una nueva disciplina*. Sevilla: Escuela Abierta.
- Frankl, V. (1994). *El hombre en busca de sentido*. México: Herder.
- González, A., García, C., Acuña, M., Hattori, M. y Ruiz, E. (2010). *Aportaciones de la psicología del envejecimiento en México*. México: UNAM.

- Gutiérrez, L. R. y Kershenobich, D. (2015). *En envejecimiento y salud: una propuesta para un plan de acción*. México: UNAM.
- Herman, E. R. y Otaiza, R. G. (2019). La Gerontagogía en Venezuela: una forma de innovación educativa. *Revista Dikaiosyne*, (34):117-146.
- Hernández Mendo, A. (2000). Acerca del ocio, del tiempo libre y de la animación sociocultural. *Educación Física y Deportes. Revista Digital*, 5(23).
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista L., P. (2010). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw-Hill.
- Huenchuan, S. (2018). *Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el desarrollo sostenible*. Santiago de Chile: Naciones Unidas.
- INAPAM. (2010). *Por una cultura del envejecimiento*. México: INAPAM.
- Jiménez Franco, V. (2015). *Revisión de sistemas nacionales de evaluación educativa para el fortalecimiento del Sistema Nacional de Evaluación Educativa en México*. México: INEE.
- Jiménez Romera, C. (2010). *Calidad de vida: sustentabilidad urbana*. Madrid: Biblioteca CFS.
- Jiménez Segura, F. (2008). *Envejecimiento y calidad de vida*. Costa Rica: EUNED.
- Knowles, M. (2006). *Andragogía. El aprendizaje de los adultos*. México: Oxford University Press.
- Lemieux, A. (1997). *Los programas universitarios para mayores. Enseñanza e investigación*. Madrid: IMSERSO.
- Maslow, A. (1991). *Motivación y personalidad*. Madrid: Díaz de Santos.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. OMS.
- Papalia, D. (2009). *Desarrollo del adulto y vejez*. México: McGraw-Hill.
- Pérez, F. R. (2011). *Calidad de Vida y Envejecimiento: La visión de los Mayores sobre sus condiciones de Vida*. Fundación BBVA.
- Perlado, F. (1995). *Teoría y práctica de la Geriatría*. Madrid: Díaz de Santos.
- Piscoya, P. y Lavado, S. (2014). *El significado de la jubilación: reflexiones desde la mirada del adulto mayor jubilado*. Perú.
- Pozner, P. (2000). *Desafío de la educación. Diez módulos destinados a los responsables de los procesos de transformación educativa*. Buenos Aires: Unesco y Ministerio de Educación de la Nación.

- Quesada, M. (2018). *Educación para la salud y calidad de vida*. España: Díaz Santos.
- Sáez, N. y Meléndez, J. (2002). *Actividades de ocio sedentario de carácter mayoritario*. Madrid: Morat.
- Sáez, J. (2003). *Educación y aprendizaje en las personas mayores*. Madrid: Dykinson.
- Sarramona, J. et al. (1998). *Educación no formal*. Barcelona: Ariel.
- Secretaría de Salud. (2010). *Perfil epidemiológico del adulto mayor*. México: SS.
- SEP/SNTE. (2010). *Programa Escuelas de calidad*. México: SEP.
- Sierra, V. y Álvarez, C. (2001). *Metodología de la investigación científica*. Bolivia: UNED.
- Solís, M. et al. (2013). *Agenda de Igualdad para AM 2012-2013*. Ecuador: Ministerio de Inclusión Económica y Social.
- Unesco. (2016a). *Educación para transformar vidas: metas, opciones de estrategia e indicadores*. Santiago de Chile: OREALC/Unesco.
- Unesco. (2016b). *Educación para la Ciudadanía Mundial*. Francia: Unesco.
- Unesco. (2014). *Estrategias a medio plazo 2014-2021. Sentar las bases de un aprendizaje equitativo para todos a lo largo de la vida*. Hamburgo: Unesco.
- Unesco. (2007). *Educación de calidad para todos. Un asunto de Derechos Humanos*. Santiago de Chile: Unesco.
- Unesco. (2004). *Directores en acción. Módulos de formación en competencias para la gestión escolar en contextos de pobreza*. París: Unesco.
- Valarde, E. y Ávila, C. (2002). *Consideraciones metodológicas para evaluar la calidad de vida*. México: Panamericana.
- Vygotski, L. (2009). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. España: Crítica.
- Vygotski, L. (1987). *Historia de las funciones psíquicas superiores*. La Habana: Editorial Científico Técnica.
- Yuni, J. A. y Urbano, C. A. (2015). *Educación de adultos mayores: Teoría, investigación e intervenciones*. Córdoba: Brujas.