

La capacitación como herramienta para el fortalecimiento de los derechos de las Personas Adultas Mayores.

Antecedentes

Las nuevas corrientes gerontológicas indican que para obtener un envejecimiento exitoso y con buena calidad de vida, las personas deben procurar un buen estado de salud física, mental y espiritual. (Herrera Zúñiga, Sergio, 2007)

Sin embargo, la posibilidad de emprender nuevos proyectos y aprendizajes en los ámbitos físico, mental y espiritual, muchas veces se ve obstaculizada por una serie de mitos y prejuicios (falsas creencias sostenidas por la misma persona adulta mayor o por quienes viven en su entorno o ambos). Uno de los más conocidos es el que desestima la posibilidad de adquirir nuevos conocimientos en diferentes campos del saber en esta etapa de la vida.

El mito de que las personas adultas o adultas mayores no aprenden, no tiene ningún sustento, pues cualquier persona puede aprender a cualquier edad o etapa de su vida; lo único que se necesita es motivación y deseo de hacerlo. Cuando se habla de esto se llega al concepto de **Educación Permanente**, entendida ésta como *“educación durante toda la vida...porque siempre hay algo que no sabemos y que podemos aprender”* (<http://www.definicion.org/educacion-permanente>).

La educación permanente es un proceso que se da durante la vida y provoca determinadas posiciones valoraciones y recursos sociales, confronta a las personas de todas las edades al plantearles la reformulación de procesos relacionados con su identidad y el reconocimiento de la transformación de valores e ideales sociales, o sea apunta a realizar acciones intencionadas a producir cambios en ellas mismas.

Como se dijo anteriormente, es un proceso que facilita la generación y reconstrucción de saberes de uno mismo y del mundo. Estos saberes provienen de la experiencia, del conocimiento científico, técnico y artístico y también del saber colectivo entre generaciones o bien de grupos que favorecen la adaptación, permiten fluir la interioridad, mejorar las habilidades, las capacidades y la adaptación creativa al momento que se vive, integrando a la persona como proactiva en la sociedad y con un espacio propio.

La formación de las personas mayores trae consigo diferencias con respecto a los jóvenes, ya que para la persona de edad no tiene el mismo significado que para la persona joven. La persona mayor se forma por un interés de aprender nuevas cosas que aumenten su caudal de conocimientos y experiencias acumuladas en el tiempo que ha vivido, mientras que para el joven el nuevo conocimiento se constituye en una herramienta para aumentar su situación económica y financiera, ya que debe incorporarse al proceso productivo.

Otro aspecto a considerar es que las personas mayores arrastran prejuicios sobre limitaciones en el pensamiento creativo y la capacidad de innovación. Sin embargo la educación permanente es para toda la vida, y las dificultades que se encuentren con respecto al aprendizaje se pueden superar con técnicas y nuevos aprendizajes (Vargas, 2006).

Hasta hace algunos años se había utilizado el término **andragogía** para referirse a la educación para personas adultas y adultas mayores, pero hoy también se utiliza un nuevo término para éstas últimas, nos referimos a la **gerontagogía**.

El término **andragogía** fue utilizado en Europa, por el profesor alemán Alexander Kapp, en el libro “Las Ideas Educativas de Platón” en 1833. En este texto, Kapp planteaba que la educación no sólo tenía como fuente al profesor, sino que intervenía también la experiencia de vida. Kapp no plantea una teoría, sino que hace evidente la necesidad de la educación para personas adultas (Fasce, 2006: s.p.). Más tarde, en 1984, es introducido en América por Malcolm Knowles, para referirse al “arte y ciencia de ayudar a los adultos a aprender (Kaufman, 2003,

citado por Lifshitz, 2006: s.p.). De acuerdo con Knowles, el aprendizaje de la persona adulta supone que la persona docente es facilitadora y la persona que aprende es autónoma y dirige su propio proceso.

Este término ha sido muy criticado, bajo la perspectiva de género, pues utiliza la raíz griega *andro* “hombre”, que hace exclusión de la mujer y se cuestiona que porqué entonces no se habla de ginegogía o antropología (Johnson, 2003 y Merrit, 2003, citados por Lifshitz, 2006: s.p.) o se busca un término que incluya a ambas personas.

De acuerdo con su etimología, la palabra “Andragogía”, es un término derivado de la raíz “andr” que significa “hombre adulto” y “agogía” (de agein, dirigir).

Por lo tanto, la Andragogía es toda aquella actividad conducida intencional y profesionalmente, que aspira a producir un cambio en las personas adultas; el cambio que se produce o se dirige es considerado como algo deseable y que se percibe como algo bueno o como superación, Orem (1983).

La **andragogía**, según Fasce (2006) se basa en cinco supuestos:

1. La persona adulta es capaz de establecer sus propias necesidades de aprendizaje y de encontrar los medios para alcanzarlas.
2. La experiencia previa constituye una base de sustento para el nuevo aprendizaje el cual se consolida en forma más significativa.
3. Las personas adultas otorgan más valor a los aprendizajes que se vinculan con aquellas demandas inherentes a su quehacer en la vida cotidiana.
4. Las personas adultas valorizan más el aprendizaje que puede ser aplicado a las situaciones reales que les toca enfrentar.
5. A la persona adulta la mueve más el íntimo deseo de encontrar soluciones y alcanzar metas personales, que obtener incentivos externos y gratificaciones.

Al educador de personas adultas o androgogo(a), se le denomina Facilitador(a).

Por su parte, el término **gerontagogía** fue utilizado por Lessa (1978) y por Bolton (1978) para definir aquella ciencia aplicada que tiene por objeto la intervención educativa en sujetos mayores y proviene del griego "gerontagogeos", que viene a significar "conducir a un viejo" (Lemieux, 1997).

De acuerdo con Sánchez y Pedrero (2007), "la gerontagogía conlleva a considerar los procesos educativos, en contextos determinados, a partir de circunstancias concretas sociales, históricas, culturales y evolutivas. La novedad de la gerontagogía, es la referencia al carácter educativo del mayor como un aspecto más de la persona, podría entenderse como herramienta que permite potenciar y dotar a cada persona, de las habilidades necesarias para que pueda desempeñar un papel propio en su contexto, que en muchos casos será transformador y crítico, otras veces ayudará a la persona en su adecuación al entorno, pero siempre partirá de los diferentes condicionantes que la posicionan en el mismo. De ahí, la importancia de adaptar nuestras formas de trabajo a las necesidades y los fines que los mayores plantean".

Para satisfacer las necesidades educativas de las personas adultas mayores, es necesario sostener los intereses que motivan todo esfuerzo por adquirir nuevas experiencias Adam (1997). La educación es un proceso constante que busca la superación en cada una de las etapas del ciclo vital. Es una práctica social que parte de lo que se pretende cambiar para darle una orientación adecuada al proceso de aprendizaje. Clarke (2000)

Los métodos que contribuyen al proceso de orientación-aprendizaje deben tomar en cuenta los intereses que mueven a los adultos a adquirir nuevos conocimientos y habilidades, con el fin de mantener los intereses que motivan y conforman diversos procesos vitales que le son inherentes en su desenvolvimiento, tales como: mejoramiento económico, posición social, reconocimiento, entre otras cosas, Adam (1997).

Lo anterior nos lleva a pensar que el aprendizaje de los adultos está condicionado por características biológicas, sociológicas, culturales y psicológicas:

Biológicamente: La salud, la percepción visual y auditiva, estado de salud, de nutrición, de higiene y de sanidad.

Sociológicamente: El medio físico, grupo social, relaciones familiares y de trabajo así como las normas de la comunidad que pueden favorecer o no al individuo.

Culturalmente: el ambiente cultural en el que se desenvuelve, como modos de pensar, sentir y actuar del grupo al que pertenece.

Psicológicamente: Autoestima, confianza en sí mismo (a) para aprender y desarrollar la experiencia misma, motivación interna y externa.

Por lo tanto, la Andragogía como ciencia de la educación de adultos es un proceso dinámico, activo, real, concreto, y fundamentalmente práctico; por lo cual, según Clarke (2000), la selección de las estrategias metodológicas depende del contenido de los objetivos y de las características de los participantes, en este caso, de las personas adultas mayores. Así, las estrategias requieren del comportamiento activo de los participantes puesto que son más exitosas que las que implican comportamiento pasivo en esta población.

La educación en la adultez y la vejez debe partir de que sea ofrecida con la intención de conservar la autosuficiencia, la adaptación social y la forma de mantener el vínculo con el desarrollo social actual. La educación de las personas mayores es una necesidad social y debe ir dirigida al desempeño de nuevos papeles y a la búsqueda espacios en la sociedad costarricense, destacando el proceso de educación de adultos mayores como una posibilidad de lograr la salud psíquica y física y el mejoramiento continuo de la calidad de vida de estas personas.

La persona mayor puede presentar en su imaginario dificultades para su formación por temor a estar en un nivel inferior, a no ser entendido, a ser juzgado a no comprender el lenguaje técnico, a no conocer las tecnologías educativas modernas y otros. Por tanto, es importante potenciar el trabajo, propiciar la

participación, favorecer la crítica, la auto crítica, la capacidad de análisis, la comunicación efectiva y propiciar el conocerse a sí mismos y a los demás para aumentar la autoestima (Vargas, 2006).

Envejecer activamente supone, la optimización de las oportunidades para la consecución del bienestar integral, por lo que promover espacios de aprendizaje significativo, de acuerdo con las necesidades y características de las personas adultas mayores es un desafío de nuestra época, principalmente en un mundo cuya población envejece.

Experiencia educativa costarricense para la persona adulta mayor:

En Costa Rica desde hace aproximadamente unos 25 años, al igual que en otros países latinoamericanos, diversos profesionales, tanto de la salud y de la educación, como del campo psicológico y social, han venido desarrollando investigaciones y experiencias prácticas para identificar y estudiar diferentes retos y posibilidades educativas de las PAM.

En 1998, el Gobierno de la República promulga una nueva legislación orientada al ejercicio y protección de los derechos fundamentales de esta población. El 27 de enero de 1999, se crea el Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM), como ente rector en lo relacionado al envejecimiento y la vejez en Costa Rica. El 19 de octubre de 1999 se aprueba la Ley Integral para la Persona Adulta Mayor (Nº. 7935) en la cual se definen los derechos y beneficios para las personas adultas mayores y se plantean también algunas sanciones para quienes violen dichos derechos.

Se destacan en esta ponencia los siguientes capítulos y artículos de dicha Ley, relacionados con el campo de la educación :

Capítulo I: Derechos:

Artículo 3a : “Toda persona adulta mayor tendrá derecho a una mejor calidad de

vida, mediante la creación y ejecución de programas que promuevan :

El acceso a la educación, en cualquiera de sus niveles, y a la preparación adecuada para la jubilación.”

Capítulo III: Educación, cultura, deporte y recreación:

Artículo 19: Acceso a la educación: “El Estado estimulará la participación de las personas mayores en los programas de educación general básica y diversificada para adultos, en la educación técnica y universitaria. Asimismo, fomentará la creación de cursos libres en los distintos centros de educación superior, programados para los beneficiarios de esta ley y dirigidos a ellos.”

Experiencias educativas universitarias en Iberoamérica:

En agosto del año 2005 se realizó el I Congreso Iberoamericano de Experiencias Educativas Universitarias dirigidas a la persona adulta mayor. Esta actividad dejó en los participantes una serie de enseñanzas, entre ellas, la similitud en el perfil de las personas adultas mayores, en su condición de personas universitarias, tanto en las universidades públicas como privadas.

El perfil actual de la persona adulta mayor, en su calidad de estudiante universitario, nos muestra una persona con muchas ansias de aprender, demandante y exigente con sus docentes, que no quiere irse de la universidad, que asume que no va a obtener título alguno y disfruta del aprendizaje en sí mismo y de la experiencia que le toca vivir en la universidad.

Existe también similitud en cuanto a que los respectivos Programas universitarios en los diversos países han respondido a las demandas de sus alumnos mayores, flexibilizando su oferta curricular, desarrollando metodologías específicas, investigando, sistematizando y contando con un equipo de profesionales dispuestos a asumir el reto que significa esta experiencia de enseñar a personas adultas mayores o bien a conducir programas dirigidos a esta población.

La Comisión Interuniversitaria de CONARE para la persona adulta mayor como modelo de trabajo exitoso en la capacitación de la PAM:

El trabajo conjunto entre las representantes de las cuatro universidades estatales, se inició en el mes de abril del 2005 y como parte del mismo se ha desarrollado un plan de trabajo conjunto, que tiene como fin **“ Desarrollar un Programa Inter-universitario que integre el quehacer académico de investigación, capacitación, acción social en el estudio y abordaje del envejecimiento de la población, con el fin de incidir en su estilo de vida y mejorar las condiciones y bienestar de las Personas adultas mayores (PAM)”**.

Se contempla también una puesta en común de tareas, actividades y propuestas sobre el tema de envejecimiento y PAM, con base en la experiencia y recursos materiales y humanos existentes en cada universidad.

Otra meta que se pretende alcanzar es el integrar como eje transversal el tema del envejecimiento en las diferentes carreras de las universidades estatales.

Lineamientos y Características Generales de la Comisión:

La Comisión está conformada por cinco miembros: las coordinadoras de los Programas Universitarios de Extensión y Acción Social de las cuatro universidades y la Directora de la Maestría en Gerontología. Se cuenta también con la asesoría de una consultora de la Comisión . Todas las integrantes funcionan como un equipo de trabajo que se reúne quincenalmente, apoyadas por dos compañeras del Consejo Nacional de Rectores (CONARE), quienes brindan asesoría en aspectos logísticos y técnicos de la ejecución del proyecto.

La coordinación de la Comisión es anualmente rotativa entre las integrantes de las cuatro universidades estatales.

El trabajo de la Comisión está basado en cuatro pilares fundamentales:

A- El enfoque Interuniversitario: se parte de la premisa de actuar sobre las fortalezas de cada universidad y de minimizar sus carencias o debilidades, al

apoyarse mutuamente

B- Enfoque participativo: procura contar con el criterio y la validación de las Personas Adultas Mayores en la creación de los materiales y servicios para ellas.

C- Enfoque regional: busca llevar los logros obtenidos a las diferentes regiones del país y no concentrarse solamente en la Gran Área Metropolitana.

D- Enfoque intergeneracional: se fomenta el encuentro entre generaciones, se favorece la comunicación entre las PAM y los estudiantes de las diferentes carreras. Por ej: caminatas intergeneracionales, Talleres de Rescate de Comidas típicas tradicionales, entre otros.

Conscientes de la importancia de la educación en el mejoramiento de la calidad de vida de la persona adulta mayor y sumando todas las experiencias de capacitación desarrolladas individualmente en las universidades estatales, la Comisión de la Persona Adulta Mayor del Consejo Nacional de Rectores (CONARE), ha establecido como una de sus cuatro áreas de trabajo prioritarias el tema de capacitación y en ese sentido ha desarrollado dos programas específicos, a saber:

I° Capacitación dirigida a Personas Adultas Mayores residentes cercanos de las sedes universitarias de las cuatro universidades públicas.

Tiene como fin brindar una serie de conceptos básicos en temas de interés específico para la persona adulta mayor y personas relacionadas con ellas, con el fin de ampliar los conocimientos en diferentes temas de interés para este grupo poblacional y brindar una serie de estrategias que les permitan mejorar su calidad de vida.

La modalidad de capacitación escogida es la de los Cursos-Taller, que se imparten por parte de las integrantes de la Comisión de la Persona Adulta Mayor de CONARE, para grupos de 15 a 20 personas, ubicadas en zonas cercanas a las sedes universitarias en diferentes regiones del país.

En la actualidad, se cuenta con tres módulos didácticos de capacitación que fueron desarrollados por dos profesionales gerontólogos, en calidad de facilitadores. Estos módulos utilizan una metodología altamente participativa y con técnicas de interacción grupal.

Los temas abordados en los tres módulos son:

- **A- Envejecimiento Exitoso:** su objetivo general es analizar diferentes aspectos relativos al proceso del envejecimiento y dar a conocer una serie de estrategias prácticas sobre cómo alcanzar un envejecimiento exitoso en las personas adultas mayores, para facilitar una mejor comprensión y vivencia del mismo.
- **B- Derechos y deberes de la Persona Adulta Mayor:** en este módulo se hace un análisis de los derechos de las PAM y de la Ley 7935: Ley Integral de la Persona Adulta Mayor y su reglamento.
- **C- Abuso y Maltrato en Personas Adultas Mayores:** se define el concepto de abuso y se tipifican diferentes tipos de abuso, así como los recursos institucionales, legales y personales con que cuentan estas personas para prevenir, denunciar y detener diferentes situaciones de abuso.

Este material ha sido validado con grupos de Personas Adultas Mayores y se está iniciando la fase de impartir los Cursos-Taller de tres días de duración. En el presente año se van a desarrollar en las siguientes sedes, a saber: Liberia, Nicoya, San Carlos, Pérez Zeledón y Turrialba . Se espera en un futuro cercano y como una segunda fase del proyecto, reproducir esta experiencia en todas las regiones del país, con o sin sede universitaria cercana.

De acuerdo con la experiencia educativa generada hasta ahora, se comprueba la importancia de la capacitación en las Personas Adultas Mayores, como herramienta educativa para mejorar su calidad de vida y para la protección y defensa de sus derechos .

II° Programa Interuniversitario de Preparación para la Jubilación para los (as) funcionarios (as) universitarios (as) próximos (as) a jubilarse

Uno de los eventos más importantes en la vida de las personas laboralmente activas, se encuentra determinado por la retirada progresiva o total de su actividad laboral tradicional (jubilación) y su posterior adaptación a la misma, que conlleva muchas veces cambios en la personalidad y causa impactos no solamente en la autonomía de la persona, sino también en su propia identidad personal (Laforest, citado por Herrera Zúñiga, 2007).

Teniendo clara esta situación, y con base en las exitosas experiencias previas de capacitación en Preparación para la Jubilación, desarrolladas en la Universidad de Costa Rica (UCR) y en la Universidad Estatal a Distancia (UNED), la Comisión de la Persona Adulta Mayor de CONARE, conforma en el año 2006 una Subcomisión Interuniversitaria de Preparación para la Jubilación, que a su vez conforma un Programa Interuniversitario de Preparación para la Jubilación.

Esta Subcomisión está integrada por cuatro miembros, representantes del área de Recursos Humanos de las universidades estatales, a quienes se les dio un Curso-Taller de Sensibilización sobre el proceso de envejecimiento y vejez, con el fin de capacitarles en estos temas y a la vez integrarlos plenamente al quehacer de la Comisión de la Persona Adulta Mayor.

Con respecto al Programa InterUniversitario de Preparación para la Jubilación, el objetivo de éste es preparar a las personas pre-jubiladas para asumir la Jubilación como una nueva etapa de logros en sus vidas y a la vez crear políticas que faciliten su vinculación con las universidades e instituciones de las que se jubilan.

Para cumplir con este objetivo se ha diseñado un Taller sobre el tema de Preparación para la Jubilación, que se imparte a grupos de 40 funcionarios de las cuatro universidades estatales, que están próximos a jubilarse. Este Taller es impartido por dos especialistas : la MG. Rosa Amén Chén y la Lic. Ana Cecilia Murillo González, quienes iniciaron estos talleres en el Programa de Gerontología de la UNED y desde el año 2006 la pusieron a disposición del trabajo interuniversitario.

El Taller está estructurado en dos sesiones de trabajo de 8 horas cada uno. Se desarrolla en sedes regionales o bien en instalaciones de las universidades estatales. Utiliza una metodología de enseñanza/aprendizaje altamente participativa y de reflexión grupal e individual. Hasta la fecha se han ofrecido cinco Talleres interuniversitarios de Preparación para la Jubilación a más de 200 funcionarios universitarios.

En la actualidad la Sub-Comisión de Preparación para la Jubilación ha desarrollado un Plan de Trabajo para los próximos dos años. Dicho plan contempla el desarrollo de actividades adicionales, relacionadas con la temática, tales como:

- Definición de políticas Interinstitucionales relacionadas con el tema de la jubilación de la población laboral universitaria estatal.
- Creación de proyectos educativos Interuniversitarios dirigidos a.
 - a- Población próxima a jubilarse
 - b- Personal jubilado
- Promoción y desarrollo de proyectos de investigación Interuniversitarios relacionados con el tema de la jubilación de la población laboral universitaria estatal y de otros grupos del sector educativo nacional
- Desarrollo de un proyecto de promoción y divulgación institucional y nacional relacionado con el tema de la jubilación.

Los resultados obtenidos hasta ahora, demostraron que la Preparación para la Jubilación, es una necesidad importante de los (as) trabajadores (as) universitarios (as), dado que contribuye a orientarlos (as) en este proceso de ajuste y transición, en medio de una etapa que puede acompañarse, en algunos casos de problemas y crisis.

En una segunda fase, se espera continuar impartiendo estos cursos a diferentes profesionales del sector educativo, no solo universitario, sino de educación primaria y secundaria, con el fin de fortalecer a muchas otras personas que se encuentran en esta nueva etapa de sus vidas.

Programa de videoconferencias:

Finalmente, una novedosa forma de capacitación se va a comenzar a trabajar a partir de agosto del presente año, utilizando la infraestructura tecnológica existente en la Universidad Estatal a Distancia (UNED): se trata de la modalidad de videoconferencias, que permite enlazar personas, en este caso adultos mayores de diferentes regiones del país, que acuden a las diferentes sedes de la UNED a escuchar una conferencia impartida por uno o varios expertos desde la sede central. Esta modalidad permite formular preguntas y obtener respuestas en tiempo real desde diferentes lugares del país. Para este semestre se trabajarán los temas de: Nutrición , Autoestima y Autocuidado en la Persona Adulta Mayor. Esta modalidad, que hoy inicia como conferencias, permitirá en un futuro cercano, desarrollar cursos completos en áreas de interés específico para este grupo etario.

Con base en los buenos resultados alcanzados con las dos experiencias de capacitación: los módulos para las Personas Adultas Mayores, y los Talleres de Preparación para la Jubilación, y con la nueva modalidad de videoconferencias que se va a iniciar, se espera continuar el trabajo desarrollado y ampliarlo a otros grupos y lugares del país, evaluando constantemente los resultados obtenidos, con el fin de mejorar y sobre todo seguir trabajando en forma totalmente

coordinada, como un verdadero equipo Interuniversitario, de forma tal que se potencien los resultados y se optimice el uso de los recursos existentes.

BIBLIOGRAFIA:

Buqueron, Jaime. (1998). **El envejecimiento: un proceso continuo**. Santiago de Chile: Editorial Ercilla.

Código de Familia. Edición Actualizada (2006). Publicaciones Jurídicas. San José, Costa Rica.

Código de la Persona Adulta Mayor. Gaceta No. 114 del 14 de junio de 2005. Proyecto presentado a la Asamblea Legislativa. San José, Costa Rica.

Consejo Económico para América Latina y el Caribe. **Población Envejecimiento y Desarrollo**. Naciones Unidas. San Juan, Puerto Rico, 2004

CONAPAM. **Plan Estratégico Nacional para la Atención de la Persona Adulta Mayor**. 2006.

Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor. **Ley Integral para la Persona Adulta Mayor 7935**. San José, Costa Rica, 1999.

Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor. **Proyecto de Ley “Código de la Persona Adulta Mayor”**. **Documento Borrador**. Comisión Redactora-CONAPAM. San José, Costa Rica, 2005.

Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor. **Revista Nosotros los mayores año 2 No. 1**. San José, Costa Rica, 2004.

Curcio, Carmen (2001) Capacidad Funcional en el Anciano. En: **Revista de la asociación Colombiana de Gerontología y Geriatría**. Manizales (Colombia) Vol 12. No 1. ISSN: 25p 0122-6916.

Departamento de Promoción del Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor. **Proyecto: “Juntos Formamos un Mundo Mejor”**. **Informe Fundamental para la Toma de Decisiones Asertivas en el proyecto “Junto Formamos un Mundo Mejor” – CONAPAM- MEP**. San José, Costa Rica, 2005

Definición de educación permanente. En: <http://www.definicion.org/educacion-permanente>. Consultado el 10/07/07.

Diccionario Enciclopédico (1996). ISBN 84 -253-2675-3. Barcelona: Grijalbo.

Dychtwald, Ken., Tamara, Ericsson y Morison, Bob. Jubilación: un replanteamiento necesario. **Harvard Deusto Business Review** (123). Abril, 2004.

Fasce, E. (2006). "Andragogía". **En: Tendencias**. Departamento de Educación Médica, Facultad de Medicina, Universidad de Concepción.

Fernández, Luis. (1996) **Ejercicio y salud en la vejez**, Infosalud, Madrid

Fernández, Rocío. (1999). **Qué es la psicología de la vejez**. Madrid: Biblioteca Nueva.

Gannon, William. (1994). **Fisiología Médica**. Décimo cuarta edición, México: Editorial El Manual Moderno.

García, David. (1980). Juego, creación, ilusión, en **Revista de la Asociación de Psicólogos de Buenos Aires**.

Gómez, José et al. (1995). **Evaluación de la Salud de los Ancianos**. Manizales: Talleres Litográficos de Información y Publicaciones.

Harris, Diane (1988). **Dictionary of gerontology**. Westport, CN: Greenwood.

Herrera Zúñiga, Sergio. (2007). **Módulo Proceso del Envejecimiento. Envejecimiento Exitoso**. San José, Costa Rica., Comisión de la Persona Adulta Mayor, Consejo Nacional de Rectores, CONARE, 2007.

Instituto Nacional de Estadística y Censos **IX Censo Nacional de Población y V de vivienda del 2000; Resultados Generales**. San José, Costa Rica, 2001.

Lemieux, A. (1997): **Los programas universitarios para mayores. Enseñanza e investigación**. Madrid: IMSERSO.

Ministerio de Educación Pública. Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (2006) "**Juntos Formamos un Mundo Mejor**" 2da ed, San José, Costa Rica.

Oren, Dorothea (1983), **Normas prácticas en enfermería**. Madrid: Ediciones Pirámide.

Pedrero García, E. (2007). **Los mayores: una nueva edad adulta en el siglo XXI**. España.

Picado, L. **Factores biosicosociales asociados con el abuso al anciano dentro de la familia** (1997) Tesis sometida a la Consideración del Programa de Estudios de Posgrado en Gerontología para optar al grado de Magister Scientiae. Ciudad Universitaria Rodrigo Facio.

Política Nacional para la atención de la persona adulta mayor: **Plan de acción 2002-2006** 1er ed. San José, Costa Rica: Fondo de Población las Naciones Unidas.

Sánchez, A. y Pedrero, E. (2007). ***Intervención Socioeducativa con personas mayores: nueva realidad del siglo XXI.***

Tamer, N. (1993) **El aprendizaje en la tercera edad: principios y condiciones.** International Journal of Third Age Learning International Studies. Vol.3, Toulouse

Vargas, I. (2006). **Programa Integral para la Persona Adulta Mayor, integración de sus participantes a los cursos regulares de la Universidad de Costa Rica.** Tesis para optar al grado Magister en Psicopedagogía. Universidad Estatal a Distancia, Costa Rica.

Yuni, J. y Urbano, C. (2005) **Educación de adultos mayores. Teoría, investigaciones e intervenciones.** Editorial Brujas. Córdoba, Argentina