

**Ponencia para ser presentada en el Congreso Iberoamericano de
Universidades para todas las edades**

Talleres de capacitación para potenciar a la Persona Adulta Mayor

Dra. Glenda Priscilla Barrientos. UNED

Máster Gerontología Mabel Granados .UCR

Máster Gerontología Marisol Rapso. UCR

Máster Gerontología Maribel León. UNA

MSc. Flora Jiménez. ITCR

Resumen

Esta ponencia presenta una caracterización detallada de los Talleres de capacitación desarrollados por la Sub-Comisión Inter-universitaria de la Persona Adulta Mayor del Consejo Nacional de Rectores (CONARE) de Costa Rica, para potenciar las diferentes capacidades y talentos de las Personas adultas mayores, denominadas de ahora en adelante como PAM, sobre el gran tema del Envejecimiento exitoso.

Incluye los antecedentes y objetivos básicos que dan origen a estos talleres modulares, así como sus contenidos, metodología de desarrollo, alcances y regiones del país en las que se han desarrollado.

Se destaca la importancia de la evaluación de forma y fondo que realizan las mismas personas adultas mayores sobre los talleres impartidos. Se indican también los principales resultados obtenidos hasta ahora.

Finalmente, se presentan las principales recomendaciones para mejorar lo hecho hasta ahora, las modificaciones sugeridas y los nuevos temas que se van a abordar en los próximos talleres.

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 mayores no aprenden, no tiene ningún sustento, pues cualquier persona puede aprender en 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 y 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 capacita principalmente 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 o 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).

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**.

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 positivo o como superación personal , 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)**.

Según Adam (1997), para satisfacer las necesidades educativas de las personas adultas mayores, es necesario sostener los intereses que motivan todo esfuerzo por adquirir nuevas experiencias. 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)

Según este mismo autor, 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, 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.

Por lo tanto, la Andragogía como ciencia de la educación de adultos es un proceso dinámico, activo, real, concreto, y fundamentalmente práctico, 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 en la vejez debe partir de que ésta sea ofrecida con la intención de conservar la autosuficiencia, la adaptación social y la forma de mantener el vínculo con el desarrollo social actual. En nuestro país, la educación de las personas mayores es una necesidad social y debe ir dirigida al desempeño de nuevos papeles y a la búsqueda de espacios en la sociedad costarricense, destacando el proceso de educación de adultos mayores como una posibilidad de lograr la salud psíquica; 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). Todo lo anterior en un clima de tolerancia, armonía y respeto.

Envejecer activamente supone, la optimización de las oportunidades para la consecución del bienestar integral, por lo que se deben promover espacios de aprendizaje significativo, de acuerdo con las necesidades y características de las personas adultas mayores. Este 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.

Destaca la experiencia desarrollada por la Universidad de Costa Rica, pionera en este campo desde hace más de 20 años, que cuenta con un Programa integral para la PAM, que es modelo para América Latina.

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 del Consejo Nacional de Rectores (CONARE) para la persona adulta mayor : un modelo de trabajo exitoso

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.

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 de la Universidad de Costa Rica. Todas las integrantes funcionan como un equipo de trabajo que se reúne periódicamente, apoyadas por una compañera del Consejo Nacional de Rectores (CONARE), quien brinda asesoría en aspectos logísticos y técnicos de la ejecución del proyecto.

Origen de los Talleres de capacitación:

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), estableció como una de sus cuatro áreas de trabajo prioritarias el tema de capacitación y en ese sentido se originan los Talleres de capacitación para potenciar a la PAM, tema central de esta ponencia.

Principales características de los Talleres de Capacitación:

Se inician en el año 2006, bajo la modalidad de Cursos-Taller, que imparten las personas integrantes de la Comisión de la Persona Adulta Mayor de CONARE, para grupos de 40 a 50 personas adultas mayores, ubicadas en zonas cercanas a las sedes universitarias en diferentes regiones del país.

Están basados en los cuatro **pilares** fundamentales de la Comisión, a saber:

- ✓ **Son regionales:** se desarrollan a lo largo y ancho del país.
- ✓ **Optimizan las fortalezas y los recursos** de las cuatro universidades estatales participantes
- ✓ **Son intergeneracionales**, ya que cuentan con la participación de estudiantes universitarios jóvenes, personas adultas mayores y funcionarias universitarias
- ✓ Se desarrollan con **una constante evaluación y retroalimentación** de las personas adultas mayores participantes

Son impartidos siempre por profesionales de al menos dos de las universidades que integran esta Sub-Comisión, que participan como facilitadoras e integran también al personal de las sedes regionales.

Otra característica distintiva de estos talleres de capacitación, es que son altamente **participativos** y brindan 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 suministran una serie de estrategias que les permitan mejorar su calidad de vida.

En cuanto a los objetivos fundamentales de estos talleres se anotan:

- ✓ Brindar capacitación teórica y práctica en la temática de envejecimiento exitoso
- ✓ Conocer la situación de la Persona Adulta Mayor en las diferentes regiones del país
- ✓ Fortalecer los vínculos con las sedes universitarias regionales para iniciar o reforzar esta temática en dichas sedes

En la actualidad, se cuenta con tres módulos didácticos de capacitación, cuya temática se definió en conjunto con el Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM), quien brindó desde el inicio una valiosa retroalimentación sobre los temas para desarrollar prioritariamente.

Los temas seleccionados fueron desarrollados en forma de módulos, 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. Incorpora prácticas saludables y positivas en los campos físico, mental y espiritual.

En este módulo se trata también el tema de los mitos y estereotipos existentes hacia las PAM en las diferentes regiones y cómo eliminarlos paulatinamente.

B- Derechos y deberes de las Personas Adultas Mayores: 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. Se tocan también tópicos relacionados con los deberes de las PAM.

Se desarrollan también estudios de casos de la vida real y la aplicación de la ley en cada uno de ellos

- **C- Abusos y malos tratos en Personas Adultas Mayores:** se define el concepto de abuso hacia la PAM 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. Se indican también varios mecanismos reales para prevenir los abusos.

Todo este material ha sido validado previamente con grupos de Personas Adultas Mayores. Cada módulo consta de un documento teórico con el contenido total de uso exclusivo de las facilitadoras y de una presentación resumida de su contenido en Power Point, que se presenta en los talleres, así como una serie de dinámicas individuales y colectivas, que se usan a lo largo de cada módulo.

Cada curso- taller consta de dos días de trabajo directo con las PAM, pero antes de realizar cada taller se debe coordinar cuidadosamente con personal de la sede regional y con personas de la región afiliadas a organizaciones relacionadas con Personas adultas mayores y jubiladas, con el fin de garantizar la convocatoria y la asistencia plena al taller en cada lugar.

En cuanto a la metodología de trabajo utilizada es importante agregar que entre las principales herramientas didácticas utilizadas se encuentran: los socio-dramas, la búsqueda de talentos en tópicos y temas específicos, el estudio de casos, actividades de acondicionamiento físico, meditación, reflexión, análisis y actividades para mejorar la memoria entre muchos otros.

Se promueve mucho el auto-conocimiento y el cultivo de la autoestima entre las personas participantes.

Finalmente, se señala como un valor agregado de cada taller:

- ✓ El fomento de la búsqueda de nuevos proyectos y actividades para las PAM en las diferentes regiones, respetando la cultura y formas de vida existentes en cada una de ellas.
- ✓ El promover la creación o el fortalecimiento de las redes de apoyo en diferentes temas o áreas de interés para la PAM en las diferentes regiones del país.

Principales resultados obtenidos:

- ✓ Hasta la fecha se han impartido un total de 18 talleres de capacitación en diferentes regiones del país, tal y como lo muestran el cuadro y el mapa adjuntos:

Cuadro 1: Talleres de capacitación impartidos, provincias y regiones específicas beneficiadas

Provincia	Región específica	Número de talleres impartidos
Guanacaste	Liberia y Nicoya	Dos
Alajuela	San Carlos	Tres
Heredia	Sarapiquí	Uno
San José	Pérez Zeledón y León Cortés	Dos
Puntarenas	Puntarenas, Golfito y Ciudad Neilly	Cuatro
Cartago	Cartago, Turrialba y Dota	Cinco
Limón	Limón y Talamanca	Dos



Figura 1: Provincias y zonas de Costa Rica en las que se han impartido los Talleres de Capacitación sobre el tema de Envejecimiento exitoso.

- ✓ Al finalizar este año se habrán capacitado alrededor de 900 personas adultas mayores en 18 regiones del país.
- ✓ A partir de estos Talleres de capacitación se ha generado el reforzamiento o inicio de varios Programas universitarios regionales dirigidos hacia las PAM. Tal es el caso en las Sedes regiones de San Carlos, Sarapiquí y Limón.
- ✓ Asimismo se ha obtenido una importante retroalimentación sobre la situación real de las PAM en las diferentes regiones del país en las que se ha impartido la capacitación.
- ✓ Es importante destacar también que como producto de este Curso Taller, las PAM solicitan nuevos cursos con aprendizajes en áreas temáticas de interés específico para ellas, tales como: inglés, computación, pintura, acondicionamiento físico entre muchas otras, lo que origina el inicio o

reforzamiento de estos cursos especializados para PAM en las diferentes sedes universitarias. Por ejemplo, los cursos de computación para PAM de reciente apertura en el ITCR y en la Universidad Nacional.

- ✓ Finalmente, es importante señalar, que como un producto adicional de los talleres, se conforman o bien se refuerzan muchas redes sociales entre las PAM, en temas de interés específico para ellas, con o sin el apoyo directo de la universidad. Por ejemplo en temas como: baile, canto, ejercicios y acondicionamiento físico, poesía, manualidades, cocina, teatro, cine, juegos de mesa, tai-chi etc.

Evaluación de los Talleres:

Uno de los aspectos distintivos de este tipo de experiencia de capacitación desarrollada, es el hecho de que cada taller es evaluado por parte de las personas participantes, con un instrumento relativamente sencillo, que contempla aspectos de forma y fondo de la capacitación recibida, aspectos logísticos y de comprensión de la temática entre otros. Se incluye también una pregunta sobre nuevos temas en los que desean recibir nueva capacitación.

Es importante señalar que en algunas ocasiones las personas participantes requieren de la ayuda de las facilitadoras para completar la información solicitada, ayuda que se brinda sin el menor problema.

La información obtenida permite obtener una valiosa retroalimentación para mejorar continuamente y para desarrollar nuevos tópicos de interés para las PAM.

Entre las principales recomendaciones obtenidas con estas evaluaciones, se pueden mencionar:

- ✓ Conocimiento sobre temas para desarrollar nuevos módulos
- ✓ Detalles logísticos para mejorar en ciertos talleres y regiones
- ✓ Nuevos enfoques complementarios sobre los temas impartidos
- ✓ Solicitudes de capacitación en temas de interés especial para ciertas zonas, ya sea de parte de la Comisión de CONARE o bien de otras instituciones públicas del país

Para reforzar esta experiencia se proyecta el desarrollo de las siguientes iniciativas:

- ✓ Desarrollo de dos nuevos módulos de capacitación para iniciar talleres el próximo año: en los temas de Auto-cuidado de la PAM y Nutrición de la PAM, los que ya se encuentran listos, en la fase final de evaluación con grupos de adultos mayores.

- ✓ Nuevas áreas en las que se va a brindar capacitación, tal es el caso de dos zonas indígenas del país, en una de las cuales ya se dio el primer acercamiento por parte de la Comisión, ya que el trabajo en estas zonas implica conocer de cerca su realidad para adecuar los materiales a su cultura y entorno.

- ✓ Nuevas regiones dentro de algunas provincias del país en las que se plantea el desarrollo de nuevos talleres, tal es el caso de Alajuela, Cartago y Heredia.

Para concluir, es importante señalar que de acuerdo con la experiencia educativa generada hasta ahora, se comprueba la importancia de la capacitación en las Personas Adultas Mayores, como una herramienta educativa para mejorar su calidad de vida, su autoestima y su propia capacidad para empoderarse en su propia persona y para ayudar a otras PAM a proteger y defender sus derechos, para ser personas más plenas e integralmente felices.

Bibliografía:

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

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.

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. **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 Geriátría**. 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 10/07/09.

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

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.

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

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 Magíster 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.