

**Los estilos de aprendizaje que predominan en las personas adultas mayores que  
asisten a centros diurnos del cantón central de Heredia**

Tesis presentada en la  
División de Educación para el Trabajo  
Centro de Investigación y Docencia en Educación  
Universidad Nacional

Para optar al grado de Licenciatura en  
Orientación

Stefanny Díaz Mena  
Carol Edith Quirós Rojas

Enero, 2025



**Los estilos de aprendizaje que predominan en las personas adultas mayores que  
asisten a centros diurnos del cantón central de Heredia**

Tesis presentada en la  
División de Educación para el Trabajo  
Centro de Investigación y Docencia en Educación  
Universidad Nacional

Para optar al grado de Licenciatura en  
Orientación

Stefanny Díaz Mena  
Carol Edith Quirós Rojas

Enero, 2025

**Los estilos de aprendizaje que predominan en las personas adultas mayores que asisten a centros diurnos del cantón central de Heredia**

Stefanny Díaz Mena  
Carol Edith Quirós Rojas

**Aprobado por:**

Tutora del Trabajo Final de Graduación

M.Ed. Ana Lucía Villalobos


Lectora

M.Sc. Paula Ruiz Montero

Lectora

M.Ed. Cindy Artavia Aguilar

ERIKA VASQUEZ SALAZAR  
(FIRMA)



Firmado digitalmente por  
ERIKA VASQUEZ SALAZAR  
(FIRMA)  
Fecha: 2025.01.21  
08:35:38 -06'00'

Representación del Decanato

M.Ed. Erika Vásquez Salazar

Representante Dirección de Unidad Académica

M.Sc. Víctor Villalobos Benavides

## **Dedicatoria**

Dedico esta tesis primero que nada a Dios quien me ha dado la salud para poder culminar mi proceso de estudio de una forma tan maravillosa.

Se la dedico a mi padre que se estaría orgulloso de ver lo que he logrado a pesar de mis miedos, y aunque ya no este conmigo ha sido mi motivación día con día. A mi hija que fue quien me impulsó a estudiar esta maravillosa carrera.

En especial se la dedico a mi esposo que con su apoyo ha facilitado mi proceso desde el día uno con amor y paciencia.

Carol Edith Quirós Rojas

Dedico esta tesis primero a Dios y a la Virgencita de los Ángeles, quienes me han acompañado toda mi vida y han preparado mi camino abriendo y cerrando puertas.

En segundo lugar, se la dedico a mi niña interior, esa pequeña llena de sueños, sonriente y simpática, con ganas de comerse el mundo, por su fuerza y resiliencia, hoy estoy aquí.

Se la dedico a mi pareja, Dani me ha acompañado, me ha escuchado, me ha visto estresada, cansada, llorando y con mil emociones más, pero siempre me ha prestado su hombro y sus palabras de motivación.

También se la dedico a mi madre Flor Mena y mi padre Juan Díaz, quienes desde muy pequeña siempre me dijeron que debía prepararme, estudiar e ir a la universidad, sé que para ellos es un gran orgullo que yo sea profesional y ya una licenciada, pero para mí es un orgullo mayor ser su hija.

Por último, pero no menos importante, a mi mejor amiga Lucre, quien me ha acompañado desde el primer momento en este y muchos otros procesos de mi vida, quien me ha felicitado por mis logros y también me ha dado su apoyo incondicional en los momentos difíciles.

Stefanny Díaz Mena

## **Agradecimiento**

Agradezco a la Universidad Nacional por las oportunidades que me brindó a lo largo de la carrera y que permitieron que hoy concluya con éxito esta meta.

Sin duda alguna un agradecimiento especial a mi familia que han sido un gran apoyo durante este proceso, la motivación y la ayuda han sido fundamentales en todos estos años.

Agradezco a Dios que me ha levantado cuando la tristeza, el llanto, la frustración querían ganar, él estaba ahí diciéndome lo fuerte que soy, ya que muchas veces uno lo olvidada y quiere abandonar el camino.

A Stefanny mi compañerita de tesis le agradezco por haberme ofrecido recorrer este camino juntas, la perseverancia, el apoyo y la paciencia que me ha tenido en el trayecto ha sido fundamental para superar todos los desafíos que se nos presentaron. Hoy somos más resilientes y las horas de trabajo acompañadas de tantas risas quedarán en mi corazón para siempre.

A mi hija siempre le agradeceré que me impulsara a estudiar esta carrera que me ha dado tantas alegrías, amigos, compañeros de estudio maravillosos en especial a Jazmín que ha sido un gran soporte y profesores que creyeron en mí y generaron la confianza para llegar a este día tan especial.

En especial mi agradecimiento para mi esposo que sin duda alguna ha sido mi pilar más fuerte, el apoyo incondicional que me ha brindado en estos años han sido increíbles y esenciales para lograr este maravilloso cierre.

Carol Edith Quirós Rojas

Agradezco a Dios y a la vida por darme la oportunidad de estudiar en la prestigiosa Universidad Nacional, gracias a la U pública hoy soy profesional y es todo un orgullo para mí ser Sello UNA.

Doy gracias a la Stefanny pequeña que con resiliencia siempre salió adelante ante las diferentes pruebas, quien poco a poco se fue formando en la gran mujer que hoy soy, gracias por nunca darte por vencida, por luchar por tus sueños, por vencer tus miedos y por salirte de tu zona de confort.

Gracias a mi pareja Dani, que desde hace 3 años me ha acompañado en este proceso académico y profesional, gracias por su apoyo incondicional, gracias por escucharme, abrazarme, consolarme, gracias por creer en mí e impulsarme a lograrlo.

Gracias a mis padres, quienes en este momento son los más felices por mi crecimiento, ustedes fueron los que sembraron en mi esa semillita de confianza que me permitía creer que yo podía conseguirlo, gracias porque siempre me dieron su apoyo e incluso me pusieron a mí por encima de sus propias necesidades.

Gracias a mi hermana, que sé que está feliz por mis logros, gracias a mis sobrinitas que me han salvado mil veces sin saberlo, con sus besos, sus abrazos y su amor incondicional y sincero.

Gracias a Karito mi compañera de tesis, quien puso su confianza en mí y en mi trabajo, gracias por además abrirme las puertas de su hogar y de su familia, gracias por sostenerme en los momentos difíciles, gracias por su escucha, sus consejos, por las horas de trabajo y por las risas compartidas.

Gracias a Lucre, mi mejor amiga, porque ha estado en todo momento y de manera incondicional, gracias por ser feliz por mí y por mis logros.

Gracias a mi colega Jazmín, quien siempre nos brindó su apoyo de manera desinteresada, Jaz sin usted el proceso hubiese sido más complejo. De igual forma gracias a nuestro equipo de trabajo, la profesora tutora y las profesoras lectoras, sin su compromiso no hubiéramos llegado hasta aquí.

Las gracias también a mis amigos y familiares que siempre creyeron en mí, que me dieron una palabra de apoyo y me tuvieron presentes en sus oraciones, gracias a Dios por cada ángel que se cruzó en mi camino, esos ángeles que me dieron una palabra de apoyo, un empujoncito, comidita, una oración, sus buenos deseos, una sonrisa, hospedaje, amistad y compañía, a todos ellos gracias porque aportaron un granito de arena en mi proceso e hicieron que este fuese más llevadero.

Stefanny Díaz Mena

## Resumen

Díaz, S. y Quirós C. *Los estilos de aprendizaje que predominan en las personas adultas mayores que asisten a centros diurnos del cantón central de Heredia.*

La investigación tuvo como objetivo analizar los estilos de aprendizaje de las personas adultas mayores que asisten a los centros diurnos del cantón central de Heredia. Fue una investigación cuantitativa de paradigma positivista, con un diseño no experimental, transeccional, de alcance descriptivo. El instrumento aplicado corresponde al Cuestionario Honey-Alonso de Estilos de Aprendizaje (CHAEA), el cual se modifica para adaptarlo a la población participante, el mismo se aplica de forma personal a las PAM para lograr una mayor comprensión de este. Entre los principales resultados se destaca el estilo de aprendizaje reflexivo con un un 63.5% de predominancia, lo que permite concluir que a la mayoría de las PAM les gusta observar, trabajar sin presiones, pensar antes de decir las cosas, les gusta escuchar y tener el tiempo de poder analizar. Como recomendaciones se insta a las personas que están a cargo de los centros diurnos, considerar el tipo de estilo de aprendizaje que predomina en esta población para que los enfoques de trabajos y proyectos sean canalizados de la mejor forma. Se finaliza, destacando la función que podría realizar la persona profesional en Orientación en estas instituciones, ya que los aportes desde esta disciplina son fundamentales para fortalecimiento de las habilidades y capacidades de la PAM, por este motivo se ve la necesidad de tener un espacio dentro de los centros diurnos, ya que fue una carencia detectada durante la elaboración del trabajo, la Orientación puede contribuir al bienestar integral de la población, promoviendo así el envejecimiento activo.

**Palabras claves:** Estilos de aprendizaje; adultez mayor; educación; envejecimiento activo.

## Tabla de contenido

Página de firmas	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Resumen	vi
Tabla de contenido	vii
Índice de tablas	x
Índice de figuras	xi
Lista de abreviaturas	xii
Lista de símbolos	xii
<b>Capítulo I</b>	1
<b>Introducción</b>	1
Tema	1
Antecedentes	1
Justificación	7
Planteamiento del problema	9
Objetivo General	10
Objetivos específicos	10
<b>Capítulo II</b>	11
<b>Marco Teórico</b>	11
Aprendizaje	11
Jerarquía y fases del aprendizaje.	12
Aprendizaje significativo.	13
Estilos de aprendizaje	14
Tipos de estilos de aprendizaje.	14
Estilos de aprendizaje según el cuestionario CHAEA: Estilo activo	16
Estilo pragmático	16

Estilo reflexivo	16
Estilo teórico	17
Componentes que inciden en el aprendizaje	17
Componentes cognitivos.	17
Componentes afectivos.	18
Componentes fisiológicos.	18
Adulter mayor	19
Características de la adulter mayor.	19
Gerontología	20
Gerontología educativa.	21
Aprendizaje en personas adultas mayores.	22
Envejecimiento activo	23
Centros diurnos	24
La Orientación en la adulter mayor	24
<b>Capítulo III</b>	<b>28</b>
<b>Marco metodológico</b>	<b>28</b>
Paradigma	28
Enfoque de investigación	30
Diseño de investigación	31
Definición de la muestra y de las personas participantes	32
Definición de variables	33
Definición de técnicas e instrumentos de recolección y generación de la información	36
Validez y confiabilidad	36
Ingreso al campo	38
Tratamiento de la información	38
Consideraciones éticas	40
<b>Capítulo IV</b>	<b>41</b>
<b>Presentación de datos y análisis de resultados</b>	<b>41</b>

Análisis de los datos recolectados	41
Estilo de aprendizaje predominante en la PAM.	42
Aprendizaje que predomina en la PAM según su participación activa.	44
Dominio del estilo de aprendizaje en la PAM con base en sus habilidades prácticas	47
Estilo de aprendizaje que domina en la PAM según sus capacidades analíticas y de planificación.	49
Características reflexivas, de observación e introspección que prevalecen en el estilo de aprendizaje de la PAM.	51
<b>Capítulo V</b>	<b>57</b>
<b>Conclusiones</b>	<b>57</b>
<b>Capítulo VI</b>	<b>59</b>
<b>Recomendaciones</b>	<b>59</b>
<b>Capítulo VII</b>	<b>61</b>
<b>Referencias</b>	<b>61</b>
<i>Apéndice</i>	69
<i>Apéndice A</i>	69
Cuestionario HONEY-ALONSO de estilos de aprendizaje (CHAEA).	69
<i>Apéndice B</i>	72
Carta de solicitud de inmersión al campo en Asociación Pro-Atención de Ancianos de Heredia	72
<i>Apéndice C</i>	73
Carta de solicitud de inmersión al campo en Centro Diurno Los Lagos	73
<i>Apéndice D</i>	74
Carta de solicitud de inmersión al campo en Casa de los abuelos	74
<i>Apéndice E</i>	75
Correo de autorización para el uso del cuestionario CHAEA	75

## Índice de tablas

Tabla 1	
<i>Definición conceptual e instrumental de la variable</i>	33
Tabla 2	
<i>Definición operacional de la variable</i>	34
Tabla 3	
<i>Descripción de la población y muestra</i>	42
Tabla 4	
<i>Respuestas con predominancia de ítems del estilo activo</i>	45
Tabla 5	
<i>Respuestas con predominancia de ítems del estilo pragmático</i>	48
Tabla 6	
<i>Respuestas con predominancia de ítems del estilo teórico</i>	50
Tabla 7	
<i>Respuestas con predominancia de ítems del estilo reflexivo</i>	52

## Índice de figuras

<i>Figura 1.</i> Fases del método de investigación cuantitativo.	32
<i>Figura 2.</i> Gráfico de predominancia de los estilos de aprendizaje.	43
<i>Figura 3.</i> Predominancia de los estilos de aprendizaje con mayor puntaje según el sexo.	44
<i>Figura 4.</i> Predominancia del estilo activo por centro diurno.	45
<i>Figura 5.</i> Predominancia del estilo activo por sexo.	46
<i>Figura 6.</i> Predominancia del estilo pragmático por centro diurno.	47
<i>Figura 7.</i> Predominancia del estilo pragmático por sexo.	48
<i>Figura 8.</i> Predominancia del estilo teórico por centro diurno.	49
<i>Figura 9.</i> Predominancia del estilo teórico por sexo.	50
<i>Figura 10.</i> Predominancia del estilo reflexivo por centro diurno.	51
<i>Figura 11.</i> Predominancia del estilo reflexivo por sexo.	52

## **Lista de abreviaturas**

AGECO	Asociación Gerontológica Costarricense
AVLT-PA	Auditory Verbal Learning
CHAEA	Cuestionario Honey-Alonso de Estilos de Aprendizaje
CONAPAM	Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor
DOTS	Decision Learning, Opportunity Awareness, Transition Learning and Self
IDESPO	Instituto de Estudios Sociales en Población
INEC	Instituto Nacional de Estadísticas y Censos
LSQ	Learning Style Questionnaire
OMS	Organización Mundial de la Salud
PAM	Personas adultas mayores
PNEV	Política Nacional de Envejecimiento y Vejez
TFG	Trabajo final de graduación
UNA	Universidad Nacional

## **Lista de símbolos**

%	Porcentaje
Fi	Frecuencia absoluta
Fr%	Frecuencia relativa

## Capítulo I

### Introducción

#### Tema

Los estilos de aprendizaje que predominan en las personas adultas mayores que asisten a centros diurnos del cantón central de Heredia.

#### Antecedentes

Se inicia este apartado mencionando investigaciones a nivel internacional y nacional, mismas que permiten reconocer cuáles son los principales hallazgos respecto a la temática de trabajo, específicamente los estilos de aprendizaje que inciden en los procesos de aprendizaje en personas adultas mayores (PAM). Para la búsqueda de la información se definieron 5 descriptores; aprendizaje en adultos mayores, estilos de aprendizaje, modelo pedagógico andragógico, gerontología educativa y centros diurnos, en el caso de los motores de búsqueda consultados se destaca: la biblioteca científica electrónica Scielo, OPAC Universidad Nacional (UNA), OPAC de la Universidad Católica y Google académico, las investigaciones consultadas comprenden artículos científicos, tesis y libros, mismos que han sido publicados entre los años 2012 y 2022.

En principio, es importante hacer un breve recorrido en la evolución del tema, mencionando que se han definido los estilos de aprendizaje como los rasgos cognitivos, afectivos y fisiológicos que intervienen en el aprendizaje (Keefe, 1988, citado en Sáenz, 2018), en ello interviene la genética, experiencias de vida y del entorno, la neurociencia y para ello se destacan diferentes autores que han propuesto teorías, enfoques o modelos en relación con los estilos de aprendizaje. En el libro, *Los Estilos de Aprendizaje: Procedimientos de diagnóstico y mejora*, Alonso, Gallego y Honey (2007), señalan a diferentes autores que desarrollaron teorías de aprendizaje, entre las que se menciona la teoría humanística propuesta por Carl Rogers en el año 1975, las cognitivas con referentes como Ausubel quién hizo sus aportes en 1976, Piaget en el año 1977 y Bower en 1989, en el caso de Torrance en 1981 y Hebb en 1985 son quienes nutren la teoría neurofisiológica y Kolb en 1984 desarrolla su teoría de factores causales, en la que destaca la genética, las experiencias de vida y las exigencias del entorno.

En el estudio realizado por Espinoza y Serrano (2019), los teóricos Honey y Mumford en el año 1986 parten de las bases de Kolb y construyen el cuestionario Learning Style Questionnaire (LSQ) para medir estilos de aprendizaje en el mundo laboral, fue para el año 1994 que Alonso, Gallego y Honey adaptaron y validaron este cuestionario para el ámbito educativo, creando así el Cuestionario Honey-Alonso de Estilos de Aprendizaje (CHAEA).

Con este mismo tema, es necesario detallar los principales hallazgos en relación con los antecedentes internacionales y nacionales, mismos que son producto de la búsqueda de investigaciones que sustentan el tema de nuestro trabajo final de graduación (TFG), lo que permitió reconocer que las áreas en las que esta población ha sido investigada son: las Ciencias de la Educación, Ciencias de la Salud, Humanidades y Arte, Trabajo Social, Sociología, Psicología y Orientación. Se clasificaron las investigaciones encontradas en dos núcleos temáticos; *calidad de vida y aprendizaje en personas adultas mayores*, mismos que permitieron ordenar la información y que a continuación se detallan.

Desde el 2011 hasta el 2021 se encuentran trabajos de investigación en relación con el núcleo, *calidad de vida*, que mencionan la importancia de trabajar con la población adulta mayor y así promover un envejecimiento exitoso en esta etapa del ciclo vital, estas investigaciones realizadas en México y Chile abren un panorama amplio de cómo influye el aprendizaje en el bienestar integral de esta población.

En una investigación realizada en México, con un enfoque cuasi-experimental, con diseño de pos-prueba, Giacoman, Funes, Guzmán y Montiel (2011), proponen como objetivo analizar la relación entre la escolaridad y los síntomas depresivos en un grupo de personas adultas mayores, el instrumento utilizado en dicha investigación fue de Evaluación Neuropsicológica breve en Español [NEUROPSI] a 30 personas adultas mayores entre los 65 y 76 años de la zona metropolitana de Guadalajara quienes asisten a un centro de actividades recreativas y de aprendizaje para PAM, la muestra se dividió en dos grupos, el primero de 16 participantes con un nivel de escolaridad de primaria o secundaria, y un segundo grupo con 14 participantes con un nivel de escolaridad de preparatoria o universidad. Como principal hallazgo se destaca que el grupo con escolaridad primaria-secundaria mostró una mayor puntuación en la escala de depresión en comparación con el grupo preparatoria-universidad.

En esta misma línea de ideas, es importante tener en cuenta a Mateu, Guzmán y Jiménez (2014), autores de un artículo científico realizado en Cuba, quienes plantean como objetivo describir las características de los componentes ejecutivos e identificar diferencias entre un grupo personas adultas mayores sanas y otro con padecimientos de Hipertensión

Arterial y Diabetes Mellitus tipo 2. Esta investigación fue realizada con una metodología cualitativa, aplicando diferentes test neuropsicológicos en 48 personas participantes con edades entre 60 y 89 años, como hallazgo principal destacan que quienes tienen algunas patologías su rendimiento para ejecutar tareas que demanden un alto nivel de atención es menor, pero igualmente lo pueden realizar quizás con más lentitud y algún tipo de dificultad para memorizar, lo que deja en evidencia que el tener una enfermedad crónica no es un motivo que impida el aprendizaje.

Aunado a este núcleo a nivel nacional se destaca un artículo científico del Instituto de Estudios Sociales en Población (IDESPO) realizado por Alfaro y Espinoza (2021) a nivel nacional, proponen como objetivo determinar las percepciones de las personas de 60 años y más, residentes en el país, respecto a los componentes psicosociales de apoyo social, bienestar personal y espiritualidad; para esta investigación emplearon una metodología cuantitativa, la recolección de datos fue posible tras la aplicación de una encuesta vía telefónica a seiscientos tres personas, como hallazgo principal se determina que la valoración de la calidad de vida se encuentra asociada a factores como el nivel educativo; se observó que a mayor nivel educativo, mejor se califica la calidad de vida.

En relación con el núcleo *aprendizaje en personas adultas mayores*, se revisaron 9 trabajos de investigación que mencionan la importancia del aprendizaje durante la etapa de la vejez, las investigaciones consultadas están en un rango de 8 años, específicamente entre los años 2014 y 2022. A continuación, se destacan las más significativas y las que más se vinculan al tema de investigación.

En un artículo realizado en Argentina, con el objetivo de analizar diferencias en el rendimiento en la Auditory Verbal Learning Test (AVLT-PA) en sujetos evaluados con mediación y sin mediación; desde una metodología cuantitativa, con la aplicación de batería neuropsicológica y la AVLT-PA a dos grupos de 35 adultos mayores cognitivamente sanos, en donde se facilitó la mediación a un grupo y al otro no, se evidencia como principal hallazgo que las PAM tienen la capacidad de mejorar su rendimiento cognitivo beneficiándose de las intervenciones y ayudas de un experto evaluador, además, las personas investigadoras observaron que las intervenciones utilizadas fueron altamente significativas y se logró diferenciar a los sujetos que recibieron la mediación de aquellos que no las recibieron (González, Rubio y Grasso, 2018).

En una investigación realizada en Brasil por Machado y Laffin (2022), se propone como objetivo resaltar la relación con el saber de las y los ancianos matriculados en la clase de

Educación de Jóvenes y Adultos del Centro de Estudios de la Tercera Edad de la Universidad Federal de Santa Catarina, se realizó este estudio con naturaleza cualitativa y características exploratorias, basaba su teoría en autores como; Freire, Charlot, Bosi y Lisboa, con respaldo de literatura desde la disciplina de Orientación educativa. Los resultados destacan que existe cierto estatus social en ser una persona estudiante universitaria, ya que el hecho de ir a la universidad tiene otra connotación frente a la sociedad, lo que beneficia el empoderamiento, el sentido de pertenencia y la autoconfianza de las personas adultas mayores.

Por su parte, Cisterna y Díaz (2022) en una investigación chilena con enfoque no experimental, de naturaleza descriptiva y correlacional, señalan la importancia de identificar los estilos de aprendizaje predominantes en un grupo de adultos mayores provenientes de una universidad privada de ese mismo país, por lo que se concluye que esta población al momento de aprender, se sienten más cómodos cuando se les presentan conceptos y modelos teóricos, ya que construyen su visión del mundo basándose en sus propias experiencias personales y en esquemas mentales previamente adquiridos.

A nivel nacional, Durán y Gómez (2021) en su trabajo final de graduación, presentan como objetivo analizar el proceso de desarrollo vocacional a partir de la perspectiva de las personas adultas mayores de su etapa del ciclo vital, esto mediante una metodología cualitativa y un paradigma naturalista, los datos fueron recolectados por medio de un estudio de caso y en la investigación participaron cuatro personas adultas mayores del Gran Área Metropolitana, con un rango de 72 a 79 años, se utilizó el Modelo Decision Learning, Opportunity Awareness, Transition Learning and Self (DOTS) para un bienestar integral. Como principal hallazgo se destaca que las características, cualidades, habilidades y aptitudes que las personas adultas mayores han desarrollado a lo largo de su vida les permite seguir participando activamente en la sociedad.

Continuando con este mismo orden de ideas, es importante hacer énfasis en la Política Nacional de Envejecimiento y Vejez (PNEV) 2023-2033, según el (Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor [CONAPAM], 2023), esta mediante cinco ejes de intervención dará respuestas a diversas problemáticas identificadas, los cuáles van enfocados en el beneficio de la PAM, estos ejes son:

- Seguridad económica en la vejez
- Buen trato en la vejez y vida libre de violencia
- Atención integral en salud y cuidados
- Desarrollo humano

- Fortalecimiento de la Institucionalidad

Estos ejes de intervención van de la mano con la legislación vigente respecto a la población estudiada, según los datos del Sistema Costarricense de Información Jurídica (2002), el reglamento a la Ley N° 7935, Ley Integral para la Persona Adulta Mayor, menciona como su primer considerando: La Declaración Universal y de los Derechos Humanos que se fundamenta en la libertad, igualdad y paz de los seres humanos, que garantiza la igualdad y no discriminación de ningún tipo, promueve que los gobiernos implementen en sus planes programas dirigidos a la población adulta mayor, fomentando así principios de independencia, participación, atención, realización personal y dignidad.

Existen instituciones que se encargan igualmente de velar por el cumplimiento de las leyes dirigidas a las personas adultas mayores. Entre dichas instituciones se encuentran el CONAPAM, institución que, desde el 25 de octubre de 1999, como un mandato de la Ley N° 7935, ya mencionada anteriormente, dicta que el CONAPAM es el ente encargado de la formulación de políticas y planes nacionales relacionados con temas de envejecimiento, lo que se fortalece con la Ley N° 9188 de Fortalecimiento del Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor, a partir del 28 de noviembre del año 2013, esto mencionado en CONAPAM (2023).

Otra institución encargada de trabajar en función de esta población es la Asociación Gerontológica Costarricense (AGECO), de las cuales se destaca que la misión y visión van dirigidas a desarrollar programas y servicios para promover y fortalecer el envejecimiento activo y garantizar el mejoramiento en la calidad de vida.

A raíz de las diferentes investigaciones consultadas a nivel nacional e internacional, se puede señalar que los estilos de aprendizaje que predominan en las personas adultas mayores es una temática poco estudiada. Tanto en la construcción del Estado del Arte como de los antecedentes, se ha evidenciado el vacío de investigación respecto a la PAM y la forma en cómo aprenden.

Es importante realizar investigaciones que permitan el conocimiento de esta población, sus características y necesidades, lo que va a contribuir en el desarrollo integral de la misma, el envejecimiento activo y el involucramiento en actividades de interés a nivel social, cultural y educativo.

De la misma forma, se considera importante que la PAM cuente con centros diurnos dirigidos al bienestar integral de esta población, con personal capacitado para atender las necesidades cognitivas, emocionales, afectivas y físicas que las personas en la vejez presentan.

Además, es indispensable tomar en cuenta la opinión de la población adulta mayor que asiste a los centros diurnos, al ser ellos y ellas las personas beneficiarias de estos servicios.

En este sentido, se comprende que las personas nunca dejan de aprender, en el caso de la PAM, existen factores que pueden influir en el aprendizaje, pero de igual forma pueden adquirir aprendizajes significativos.

Se considera, además, que las personas adultas mayores construyen sus aprendizajes nuevos al asociarlos con sus aprendizajes previos, por lo que se podría asociar su aprendizaje con la corriente constructivista, que de acuerdo con Tigse (2018) en el enfoque constructivista de enseñanza-aprendizaje, las personas estudiantes desarrollan habilidades metacognitivas, cognitivas y socio-afectivas, lo que les prepara para abordar desafíos a través de la indagación, la acción y la reflexión, dando como resultado la construcción de sus aprendizajes significativos.

Respecto a los ajustes de los diseños pedagógicos, se puede mencionar que estos permiten que la PAM se sienta motivada a volver a las aulas universitarias y continuar con sus procesos de formación, desestimando así los mitos que la sociedad ha creado respecto al aprendizaje en esta etapa del ciclo vital, lo que además contribuye con el proyecto de vida, la autorrealización personal y profesional en las personas adultas mayores.

Cabe resaltar la necesidad de volver la mirada hacia esta población y desde disciplinas como la Orientación dar aportes significativos, para de esta manera elaborar insumos que permitan generar apoyos para que las personas profesionales puedan contar con una guía de trabajo con la población.

No se puede estar indiferente ante una población que ha sido el pilar de la sociedad y aún está en la capacidad de ser partícipe de diferentes actividades, mismas que adaptadas a las necesidades de estas personas servirán para contribuir a un envejecimiento activo e integral. El principal vacío en diferentes disciplinas es la falta de investigaciones realizadas con esta población a nivel educativo.

Por lo que, como resultado de la revisión bibliográfica, nace la necesidad de trabajar en función a la población adulta mayor desde su perspectiva y su sentir, por ello como profesionales en Orientación es importante velar por el bienestar integral de las personas y de ahí que el tema a investigar es de interés al igual que la población, por lo que se plantea como tema de investigación: *Los estilos de aprendizaje que predominan en las personas adultas mayores que asisten a centros diurnos del cantón central de Heredia.*

## Justificación

La Orientación se conceptualiza como una disciplina que pertenece a dos ciencias, las Ciencias Sociales y de la Educación, con el propósito principal de acompañar a las personas en los diferentes procesos que afrontan a lo largo de la vida, con el objetivo de que logren una construcción de su personalidad a nivel integral, tomando en cuenta aspectos como lo emocional, social, moral, vocacional y físico, según lo señalan Ortega y Gómez (2014).

La Disciplina de Orientación tiene como eje central el acompañamiento de la persona durante todo el ciclo vital, es importante señalar que, en todo proceso de Orientación, es la persona orientada quien es libre de tomar sus decisiones con responsabilidad.

En los procesos de acompañamiento se trabajan áreas específicas que van dirigidas al mejoramiento personal, grupal o colectivo, mediante una mediación pedagógica y profesional. Según Ken citado en Naranjo (2016), se considera que el ser humano nunca sabe si está haciendo o tomando las elecciones más correctas de su vida, es aquí donde la labor orientadora cumple una función importante en el proceso de acompañamiento.

En la actualidad, las personas adultas mayores se han convertido en el grupo etario con más crecimiento, por lo que se estima que se deben enfocar los estudios e investigaciones en función a las necesidades de esta población.

En la búsqueda de literatura vemos como se destaca que la población adulta mayor es el grupo etario mayoritario del país, según Alfaro y Espinoza (2021), las proyecciones realizadas por el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC) en el 2018, estiman que la PAM llegará a conformar el 19,7% de la población total, para el año 2048.

Estas proyecciones han venido en aumento y según el Estado de la situación actual de la PAM, se estiman que para el 2050 de cada seis personas, una será adulta mayor a nivel mundial, siendo Costa Rica uno de los países con el ritmo más acelerado de crecimiento de población mayor, lo cual se espera que para el 2050, un 23,7% de la población nacional, sean personas adultas mayores, esto de acuerdo con el CONAPAM (2023).

Debido a esto, se ve la necesidad de trabajar en esta población y construir herramientas para el abordaje de la PAM, lo que será posible tras la realización de diferentes investigaciones, tal es el caso de los trabajos finales de graduación, artículos y otros tipos de literatura.

Considerando que el aprendizaje es significativo a lo largo de todo el ciclo vital, es necesario reconocer cuál es la mejor forma en la que aprenden las personas que atraviesan la

etapa de la vejez, para así promover estrategias de acuerdo con sus características físicas y cognitivas.

Ante este escenario, se debe volver la mirada a la población adulta mayor y desde la labor orientadora realizar investigaciones que favorezcan el bienestar integral de estos individuos en las diversas áreas que le conforman, permitiendo así ver más allá de la persona y reconocer sus fortalezas, tal es el caso del aprendizaje significativo en contextos formales y no formales, considerando como punto de partida los estilos de aprendizaje predominantes en esta población.

Tomando en cuenta que las investigaciones con enfoque educativo están prioritariamente dirigidas a la población infantil, adolescente y algunas pocas a la etapa adulta, no así en las personas adultas mayores, por lo que es de suma importancia que desde la disciplina de Orientación se aborde el tema de educación con las personas que atraviesan la etapa de la adultez mayor.

Por su parte, se considera conveniente esta investigación, porque la misma permitirá sentar precedentes que resulten como futuros insumos de trabajo para la intervención con la población adulta mayor, lo que se convierte en una necesidad, ya que son pocas las investigaciones realizadas bajo la dimensión educativa en la PAM, y específicamente en relación con los estilos de aprendizaje en este grupo etario, este vacío encontrado permite hacer un llamado a la disciplina de Orientación para la investigación en dichas áreas.

El desarrollo de esta investigación permite el fortalecimiento de la disciplina y el quehacer profesional, ya que, el dar a conocer datos respecto al aprendizaje en personas adultas mayores, beneficia futuras intervenciones a nivel individual y grupal en los centros diurnos del cantón central de Heredia, tanto desde la Orientación como desde otras disciplinas.

La relevancia social de esta investigación se ve reflejada en los datos que nos permiten visualizar un estilo de aprendizaje predominante en las personas adultas mayores, con base en los cuales se podrá favorecer estrategias para un aprendizaje significativo. Por lo que se podría señalar, que los datos arrojados por la investigación serán de beneficio tanto para la población de estudio como para las personas profesionales que trabajen con los y las adultas mayores.

Es importante señalar que el aprendizaje contribuye a la plasticidad del cerebro a lo largo de la vida, lo cual permite el desarrollo de reservas cognitivas, ayudando así al mantenimiento de funciones ejecutivas activas, esto según lo expuesto por Mogollón (2012). Los datos anteriores señalan la necesidad de que la persona permanezca en un continuo

aprendizaje, en el caso de las personas adultas mayores, desde la gerontagogía, se asume a esta población con capacidades cognitivas, físicas, psicológicas y sociales para seguir aprendiendo.

En el caso del aprendizaje significativo, se puede destacar que este beneficia la calidad de vida de las personas adultas mayores, sin embargo, ante una sociedad que envejece con rapidez, se requiere de profesionales preparados para asumir este reto con dicha población mayor.

La PAM es una población con necesidades propias según su constructo de vida, y el tener datos específicos respecto a los estilos de aprendizaje predominante en las personas adultas mayores, servirá para darle significado a proyectos e intervenciones futuras, de la misma forma en que se empezará a suprimir la brecha de investigación existente en esta área.

Resulta claro que esta investigación posee un alto valor teórico, ya que los datos que se van a recolectar permitirán contribuir a llenar el vacío investigativo a nivel educativo respecto a la etapa de la adultez mayor, ya que los diferentes estudios han demostrado un conocimiento teórico respecto al aprendizaje en la niñez, la adolescencia y la etapa adulta, pero no de la vejez, esto evidenciado en la construcción del Estado del Arte. Lo que favorece que desde la Orientación y otras disciplinas se promuevan estrategias pedagógicas según las necesidades y las preferencias de los y las adultas mayores, esto con el objetivo que la PAM adquiera aprendizajes significativos, además fortalece el empoderamiento de esta población, ya que, con mayor nivel educativo, mayor calidad de vida.

Por su parte, la investigación a realizar será desde la disciplina de Orientación, misma que tiene como sujeto de estudio a la persona, lo que permitirá que cada uno de los individuos participantes sean protagonistas del proceso, durante la investigación y la indagación de los datos.

### **Planteamiento del problema**

Esta investigación tiene como propósito trabajar los estilos de aprendizaje en las personas adultas mayores. Desde la perspectiva de Alonso, Gallego y Honey (2007), los estilos de aprendizaje están relacionados como la forma en que la mente procesa información desde la percepción propia de cada persona, también se puede concebir como las diferencias individuales en el momento de investigar, absorber y sintetizar información en las diferentes experiencias educativas.

Según datos del Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (2021), la población mayor de 65 años constituía el 6% en el 2008 y un 8,9% en el 2020, de acuerdo con las proyecciones poblacionales, se estima que para 2030 llegará a 13% y a más de 20% en 2050, este dato indica que se está frente a una población que va envejeciendo y requiere de personas profesionales con capacidades que potencien el desarrollo integral en esta etapa del ciclo vital.

Es importante señalar que se reconoce que las personas tienen la posibilidad de aprender a lo largo de las diferentes etapas del ciclo vital, según lo señalan Alonso, Gallego y Honey (2007), en diferentes investigaciones se prueba que es más efectivo que la persona aprenda cuando la enseñanza es desde su estilo de aprendizaje predominante.

A raíz de lo anterior y del panorama de las investigaciones revisadas, nace la interrogante, ¿Cuáles son los estilos de aprendizaje predominantes en las personas adultas mayores que asisten a centros diurnos del cantón central de Heredia?

### **Objetivo General**

Analizar los estilos de aprendizaje de las personas adultas mayores que asisten a los centros diurnos del cantón central de Heredia.

### **Objetivos específicos**

1. Identificar el tipo de aprendizaje que predomina en la PAM según su participación activa.
2. Determinar en la PAM el estilo de aprendizaje con base en sus habilidades prácticas.
3. Reconocer el estilo de aprendizaje de la PAM basados en sus capacidades analíticas y de planificación.
4. Determinar las características reflexivas, de observación e introspección que prevalecen en el estilo de aprendizaje de la PAM.

## **Capítulo II**

### **Marco Teórico**

El presente apartado corresponde a la recopilación de fundamentos teóricos que dan sustento a los objetivos de la investigación, en este se definen conceptos relevantes desde lo expuesto por diferentes personas autoras y sus teorías, este bagaje teórico permite visualizar desde diferentes perspectivas los componentes que tienen relación con los estilos de aprendizaje.

#### **Aprendizaje**

El aprendizaje es un fenómeno bastante estudiado por distintos autores que se han sentido interesados en comprender la forma individual en la que la persona adquiere el conocimiento respecto a las diversas áreas del saber, tanto en contexto de educación formal o no formal, López (2017) menciona que existe una realización propia como persona en el acto de aprender y está rodeado de factores afectivos y de motivación como parte de la vida.

De este modo se puede decir que el aprendizaje se da de forma natural, ya que se está expuesto a eventos significativos en el diario vivir a lo largo de todo el ciclo vital, ya que, en todas las actividades que realiza el ser humano está inmerso el aprendizaje, cada tarea o acción que se realiza implica adquirir algún tipo de conocimiento. Por su parte, Escorza y Aradillas (2020) definen el aprendizaje como el resultado que se genera a partir de un cambio relativo y de la experiencia o en representaciones mentales.

Desde el punto de vista de Sáez (2018) confirma la postura, de que el aprendizaje es ese cambio en el comportamiento a partir de la experiencia y la práctica, además es un proceso de construcción individual. A lo anterior se puede agregar que existen algunas condiciones que influyen en el logro de un aprendizaje significativo, tal es el caso de la motivación y la práctica.

Es importante destacar que el aprendizaje se da a lo largo toda la vida, sin embargo, no se da igual en todas las personas, ya que cada individuo es diferente, por lo que el proceso de construcción del aprendizaje puede ser más lento para una persona que para otra, lo que puede ser el resultado de diversos factores y componentes que influyen o inciden en el aprendizaje y que se detalla más adelante.

Por su parte (Bain, 2006, citado en Ibarrola, 2014), menciona que hay diferentes maneras de aprender, destacando tres, específicamente el aprendizaje profundo, que tiene

relación con el reto de aprender por un beneficio, así como comprender y entender algo totalmente desconocido, también se menciona el aprendizaje estratégico, este tiene que ver más con el hecho de ser competitivo ante una tarea y demostrar que se es mejor que los demás, por último, se destaca el aprendizaje superficial, este se da cuando se aprende algo solo para una situación significativa como un examen, pero se olvida de forma rápida, ya que no existió una motivación para que este aprendizaje fuese profundo.

Retomando lo anterior, se puede señalar que el aprendizaje es un proceso complejo en el que intervienen diferentes aspectos, queda demostrado que existen diferentes maneras de aprender y que en cada individuo este proceso es diferente, esto de acuerdo con sus características, gustos e intereses, por lo que se puede señalar que también existen algunas fases que intervienen en dicho proceso, mismas que están enlazadas para la optimización de los resultados y se desarrollan en el siguiente apartado.

### **Jerarquía y fases del aprendizaje.**

Tal como se ha hecho mención, en los procesos de aprendizaje influyen diferentes factores externos e internos, de los cuales se puede mencionar la motivación, las habilidades personales, el entorno y el interés por lo que se va a aprender.

En la literatura se identifican jerarquías de aprendizaje, mismas que son importantes de identificar, estas habilidades permiten reconocer lo que se necesita para aprender, así como el orden según la importancia de cada tema. Schunk (1998, p. 392) las define como “conjuntos organizados de habilidades intelectuales.”

Los factores externos son parte de los diferentes elementos que influyen en los contextos de enseñanza, por lo que se proponen nueve fases del aprendizaje las mismas se identifican en atención, expectativas, recuperación, percepción selectiva, codificación semántica, recuperación y respuesta, refuerzo, claves para la recuperación y generalización, (Schunk, 1998).

En este mismo orden de ideas, es importante destacar algunas fases del aprendizaje, como lo mencionan Pozo y Moreno, 1999, citado en Yanez Moretta, 2016) están relacionadas directamente al proceso de aprendizaje y se vinculan entre sí, las mismas son, la motivación, el interés, la atención, la asimilación, la comprensión, la aplicación, la transferencia y la evaluación. Retomando lo anterior, se destaca que las fases del aprendizaje tienen como

finalidad servir de acompañamiento a la persona que aprende y que esta logre construir aprendizajes significativos.

### **Aprendizaje significativo.**

El aprendizaje significativo nace de una teoría propuesta por Ausubel en los años sesenta, en la que se destacan características como la interacción de los conocimientos que ya tenemos y los que adquirimos de forma voluntaria, mismos que pueden cambiar con el tiempo siendo de vital importancia para el aprendizaje del ser humano y reforzando la estabilidad cognitiva, así lo señala Moreira (2012).

Acotando a lo anterior, es importante señalar que la teoría de aprendizaje significativo fue propuesta, inicialmente, por el psicólogo y pedagogo estadounidense David Ausubel en el año 1963, el mismo autor hace una síntesis de su teoría y la menciona como el proceso por el cual se hace la relación de nuevos aprendizajes con la estructura cognitiva que ya se tiene, destacando las ideas importantes o relevantes del nuevo aprendizaje (Matienzo, 2020). Se destaca que el aprendizaje significativo va más allá de memorizar o recordar, se trata de la construcción de nuevos saberes de manera voluntaria que perduran durante más tiempo en la memoria de la persona y que al mismo tiempo influyen en la adquisición de nuevos saberes, lo cual ocurre en otros ámbitos además del educativo.

Cuando se habla del aprendizaje significativo se puede llegar a pensar que la persona que aprende nunca va a olvidar los conocimientos adquiridos. Por su parte, Moreira (2012) menciona que no se presenta el olvido total, pero sí se da una pérdida discriminatoria de la información, cuando se da el olvido total, quiere decir que no fue un aprendizaje significativo, sino más bien, algo aprendido de forma mecánica o memorística, por ejemplo, para una evaluación.

En la construcción de los aprendizajes significativos, influyen una serie de elementos y factores que ya se mencionaron anteriormente, sin embargo, también es importante tener en cuenta que para facilitar el proceso de aprendizaje en la persona, se pueden considerar sus habilidades, gustos y preferencias, mismas características que van de la mano con los estilos de aprendizaje, los cuales facilitan a la persona la construcción de aprendizajes más efectivos, por lo cual, estos estilos de aprendizaje se desarrollan a continuación desde la perspectivas de diferentes autores.

## **Estilos de aprendizaje**

Los estilos de aprendizaje han sido un fenómeno estudiado a través de los años por diferentes personas autoras que han querido entender cuál es la forma más efectiva para que las personas adquieran aprendizajes significativos tanto en contextos de educación formal como no formal.

Por su parte, López y Zuluaga (2016), definen los estilos de aprendizaje como rasgos cognitivos y psicosociales que permiten que la persona pueda autorregular la mejor manera de aprender, lo cual sucede en todas las etapas del ciclo vital y reconocer cómo le es más sencillo interactuar en un determinado ambiente de aprendizaje, que es fundamental para que sea efectivo, los estilos de aprendizaje también pueden ser vistos como características propias y estables de cada individuo a lo largo de la vida, mismas que pueden ser expresadas a través de su conducta y mediadas en parte por su personalidad.

En esta misma línea de ideas y empleando las palabras de Sáez (2018), quien a su vez menciona a Keefe (1988), los estilos de aprendizaje son un conjunto de elementos externos e internos a la persona que influyen en el contexto de aprendizaje, mismos que son clasificados en rasgos cognitivos, afectivos y fisiológicos, estos tres se convierten en indicadores que le permiten a la persona estudiante percibir interacciones y responder a los diferentes elementos en el ambiente de aprendizaje.

Desde el punto de vista de Ruiz y Sánchez (2019), cuando se habla de estilos de aprendizaje se hace referencia a las características personales, comportamentales, emocionales, actitudinales, sociales y culturales que son propias de cada individuo y que influyen en cómo la persona aprende, mismas cualidades que le permiten al individuo pensar, interactuar y responder en el contexto de aprendizaje.

A raíz de lo descrito, se puede señalar que un estilo de aprendizaje se convierte en la forma individual en la que una persona identifica, adquiere y construye el significado de la información frente a los diferentes estímulos de aprendizaje.

### **Tipos de estilos de aprendizaje.**

A lo largo de la historia, muchos autores han planteado diferentes estilos de aprendizaje que influyen según cada personalidad, en el aprendizaje social están presentes elementos importantes como el factor cognitivo y el social. Rodríguez-Rey y Cantero-García (2020),

mencionan que Bandura basó su modelo en la observación y para poder aprender mediante la observación es importante prestar atención a las cosas, en especial si las tareas son muy complejas, aquí se destacan capacidades del ser humano que tienen relación con el área cognitiva.

También se destaca que Albert Bandura enfocó su atención en la capacidad del ser humano para resolver diferentes situaciones en la vida, esta auto eficacia lo define como “las creencias en la propia capacidad para organizar y ejecutar las acciones requeridas para manejar las situaciones futuras” (Bandura, 1997, p.2, citado en Rodríguez-Rey y Cantero-García, 2020).

Como lo hace notar García (2016), existen diferentes teorías de aprendizaje planteadas a largo de los años, en el caso del aprendizaje implícito, este se caracteriza por darse de una manera no intencional, el aprendizaje explícito se da desde la intencionalidad por aprender, el aprendizaje asociativo es el que requiere de dos estímulos, el no asociativo que es cuando se adapta un estímulo continuo o repetido, el aprendizaje significativo se da cuando se relaciona la información nueva con la que ya se posee, el cooperativo en sesiones colectivas con el aprendizaje grupal, el aprendizaje emocional tiene relación con el cómo se gestiona las emociones, el aprendizaje experiencial que se da por medio de las experiencias nuevas y el aprendizaje memorístico, que es el que permite memorizar pero no necesariamente comprender.

En concordancia con lo anterior Sáez (2018) añade que existe el aprendizaje observacional, que es el proceso de aprender por conductas repetidas y es desde la infancia que aprende este estilo, también se conoce el aprendizaje de la enculturación, mismo que hace referencia a los aspectos de la cultura, el lenguaje, los valores y los comportamientos, en este estilo se marca muy definido según el lugar nacimiento o crianza de las personas y de origen, el aprendizaje episódico se relaciona con los cambios en el comportamiento tras un evento vivido y que se recuerdan en un momento determinado.

Como se ha hecho notar, existe un sinnúmero de estilos y teorías de aprendizaje, todas con características propias que le permiten a la persona estudiante la adquisición de nuevos saberes desde su individualidad y percepción. En el caso de Alonso, Gallego y Honey (2007), proponen cuatro estilos de aprendizaje; activo, reflexivo, pragmático y teórico, mismos que se pueden medir con el cuestionario CHAEA y son estos los principales referentes de este trabajo final de graduación.

### **Estilos de aprendizaje según el cuestionario CHAEA: Estilo activo**

Desde la posición de Alonso, Gallego y Honey (2007), las personas que aprenden desde el estilo de aprendizaje activo les gusta involucrarse en experiencias nuevas, tienen una mente abierta y son bastante entusiastas en las tareas nuevas, les encanta vivir y proponer experiencias novedosas, les gusta disfrutar del momento presente y se caracterizan por necesitar la convivencia en grupos, suelen hacer caso a sus impulsos y a pensar después en las consecuencias.

Este estilo de aprendizaje permite el trabajo en equipo y el desarrollo de la autonomía, además permite que la persona interactúe al máximo en su proceso de aprendizaje, lo que le favorece que los conocimientos construidos sean de interés personal según las necesidades propias de cada persona en el contexto educativo.

### **Estilo pragmático**

Como lo hace notar Alonso, Gallego y Honey (2007), las personas que aprenden desde el estilo pragmático se caracterizan por la habilidad de buscar y aplicar ideas y teorías en la práctica, con el fin de evaluar si estas funcionan o no, descubren en la aplicación aspectos positivos y aprovechan las oportunidades para ejecutarlas, se vuelven impacientes frente a personas que teorizan y se aburren en las discusiones largas, suelen ser prácticos y apegados a la realidad, les gusta tomar decisiones y resolver problemas, así como buscar la mejor forma para hacer las cosas.

El estilo pragmático destaca el modo práctico de realizar las tareas, la utilidad en el ahorro del tiempo, la asertividad, el accionar concretamente evitando ser redundante, este estilo de aprendizaje se enfoca en la importancia de entender la teoría para posteriormente llevarla a la práctica y por último experimentarla.

### **Estilo reflexivo**

Alonso, Gallego y Honey (2007) proponen que quienes aprenden desde un estilo de aprendizaje reflexivo les gusta considerar las experiencias y observarlas de diferentes puntos de vista, reúnen datos y los analizan con detenimiento para posteriormente llegar a una

conclusión, consideran diferentes alternativas antes de tomar una decisión, tienden a observar y escuchar a los demás antes de dar sus propias opiniones.

En relación con este tipo de aprendizaje, se destaca que es un estilo propio de personas observadoras, que prefieren un poco la soledad para realizar los análisis, mismo que son pensados en detalle, se detienen a recolectar toda la información necesaria antes de emitir una conclusión referente a un tema.

### **Estilo teórico**

Como afirman Alonso, Gallego y Honey (2007), en las personas que predomina el estilo de aprendizaje teórico se pueden reconocer características como la adaptación e integración de las observaciones a teorías muy complejas, además enfocan los problemas en etapas lógicas, son perfeccionistas, hacen de los hechos teorías, analizando y sistematizando todo lo que pasa a su alrededor, en resumen, les parece que lo lógico es bueno.

El estilo teórico es el que predomina en personas analíticas, no se toman las cosas a la ligera y antes de emitir criterios tienen que haber pasado por un proceso de recolección de datos y análisis para poder realizar sus propias conclusiones.

Retomando lo anteriormente mencionado, se hace necesario señalar que de acuerdo a los cuatro estilos de aprendizaje CHAEA, existen componentes que inciden en que en una persona predomine más un estilo de aprendizaje que otro, los cuales se van a definir en el siguiente apartado.

### **Componentes que inciden en el aprendizaje**

Los procesos de aprendizaje se ven influenciados por una serie de elementos externos e internos a la persona estudiante, mismo que pueden incidir de manera positiva o negativa en la adquisición, interpretación y almacenamiento de la información nueva, para efectos de esta investigación se va a hacer énfasis en los componentes cognitivos afectivos y fisiológicos.

#### **Componentes cognitivos.**

Los componentes cognitivos tienen relación con la manera en la que la persona estructura los contenidos, forma y utiliza los conceptos, resuelve problemas e interpreta la

información (Medina, 2018). Estos componentes influyen directamente en la forma en la que las personas procesan la información y la almacenan.

Para realizar las diferentes tareas y actividades diarias se hace uso de las capacidades cognitivas, estas habilidades intrínsecas le permiten a la persona escuchar, prestar atención, procesar, comprender e interpretar la información que se recibe desde diferentes medios.

### **Componentes afectivos.**

Los componentes afectivos que influyen en el aprendizaje son entendidos como los rasgos que se vinculan con las motivaciones y expectativas que influyen en el aprendizaje del colectivo estudiantil. Se entiende que los rasgos afectivos pueden ser externos o internos, por ejemplo, el entusiasmo por aprender, lo cual es propio de la persona, en contraparte, la motivación que la o el aprendiz recibe por parte de su red de apoyo viene siendo algo extrínseco que se relaciona con los factores afectivos en el momento de aprender, lo que destaca la importancia del intercambio social para el logro de los diferentes ideales.

### **Componentes fisiológicos.**

De acuerdo con Medina (2018), los componentes fisiológicos tienen relación directa con los factores físicos externos, estos son el resultado de los sentimientos, pensamientos, actitudes y estados de ánimo que la persona estudiante manifieste.

Los cambios en la respiración, la presión sanguínea y las secreciones hormonales, son algunas manifestaciones del cuerpo como resultado de los cambios fisiológicos, y están relacionados a determinados estados emocionales, lo que a su vez se relaciona con el deseo de aprender de la persona.

Tanto los componentes cognitivos, como los afectivos y los fisiológicos, inciden en el aprendizaje de las personas, unos con mayor predominancia que otros, lo cual se ve reflejado en el deseo y el interés de la persona por aprender, en este caso se pretende tener un acercamiento con la población adulta mayor y así conocer cómo estos componentes inciden en la prevalencia de uno de los estilos de aprendizaje.

## **Adulthood**

La etapa de la adultez mayor es la última del ciclo vital, a la cual Erik Erikson llamó *Integridad del ego vs. Desesperación*; quienes atraviesan este periodo del ciclo vital, se enfrentan al análisis de su propia historia desde los triunfos y los fracasos, buscando el orden y el significado a la vida y el mundo que les rodea (Fadiman, 2010). En estos cambios que menciona el autor, se puede ver la importancia de que la PAM continúe en el proceso de aprendizaje lo cual contribuye a su calidad de vida.

Como lo hacen notar Czaja, Boot, Charness y Rogers (2019, p. 33) “El proceso de envejecimiento es multidimensional y generalmente involucra cambios físicos, psicológicos, sociales, ambientales y, a menudo, económicos. Este también puede estar asociado al desarrollo de una enfermedad crónica o a un deterioro funcional.”

Conforme aumenta la edad, algunas personas son más propensas a padecer enfermedades físicas y mentales como lo son la demencia, depresión, enfermedades cardiovasculares, respiratorias, entre otras, lo que puede verse como un proceso de envejecimiento natural.

### **Características de la adultez mayor.**

Desde el punto de vista de Papalia, Feldman, y Martorell (2012), las personas que atraviesan la etapa de la adultez mayor o adultez tardía son activas y sanas, sin embargo, es propio de esta edad que disminuyan las capacidades físicas, las personas adultas mayores tienden a estar mentalmente más alerta, algunas áreas de la inteligencia y de la memoria se pueden ver deterioradas, pero existen algunas formas de compensar ciertas limitantes.

Es una etapa donde la mayoría de las personas ya se han retirado del ámbito laboral, lo que les permite aprovechar el tiempo libre en otras actividades, tienden a trazar nuevas estrategias para afrontar las pérdidas personales y la inmediatez de la muerte, tanto la familia como los amigos son un apoyo importante para estas personas, se considera que lo más importante en esta etapa es buscar un sentido a la vida.

Esta etapa puede ser percibida como un proceso de transición, lo que puede generar un poco de resistencia en la persona para enfrentar los cambios naturales de la edad, la red de apoyo familiar y social puede convertirse en algo fundamental para la PAM.

Continuando con este tema es necesario entender que existen cambios que se presentan a nivel biológico y fisiológico, en el caso del ritmo cardíaco, este suele ser más lento, se da pérdida de sinapsis y debido a esto, pueden tener un tiempo de respuesta más lento; también se menciona el deterioro de la mielina del cerebro, lo que se asocia a una decadencia cognitiva y motora, también se da la pérdida visual y auditiva (Papalia, Feldman, y Martorell, 2012).

Pese a todo lo que los autores señalan, es importante recalcar que los procesos de cambio vividos en la etapa de la adultez mayor pueden ser percibidos de diferentes formas, por lo que las características de cada persona van a influir directamente en la capacidad de adaptación, la participación en grupos, la socialización y el disfrute de otras actividades, va a permitir a la PAM gozar de un envejecimiento activo y saludable.

Continuando con la misma idea, es importante señalar que, como parte de una necesidad de atender y acompañar a las personas adultas mayores, nace la gerontología, ciencia que estudia todos aquellos cambios físicos, cognitivos, afectivos, sociales e incluso laborales, que atraviesan las personas a la hora de envejecer, es por esto por lo que más adelante, se hará más énfasis en dicha disciplina.

## **Gerontología**

Se han abarcado diferentes definiciones respecto a la etapa de la adultez mayor y las características que las personas presentan cuando atraviesan la vejez, sin embargo, para entender mejor los cambios de esta edad es importante hablar de Gerontología, misma que estudia los cambios que atraviesan las personas en la etapa de la adultez mayor, por lo que además es importante reconocer cómo estos cambios tanto físicos como cognitivos influyen en el aprendizaje de la PAM.

La gerontología es una disciplina científica que tiene sus orígenes en el siglo XX y nace de la necesidad de abarcar los aspectos que engloban a la población adulta mayor, en referencia a este concepto, Millán (2006) la define como “la ciencia que estudia el envejecimiento en todos sus aspectos, tanto biológicos como psicológicos o sociológicos, teniendo en cuenta, además, su evolución histórica y los factores referenciales a la salud de la persona mayor” (p.3).

En la búsqueda de teorías que estudian la etapa de la adultez mayor, autores como Sánchez (2000) menciona que la gerontología es una disciplina que estudia la vejez y nace en una época donde la población requería la atención y acompañamiento de la sociedad, la misma se nutre de diferentes disciplinas que la sustentan y apoyan.

Aportando a lo anterior, y como parte de las necesidades detectadas al estudiar a las personas en la adultez mayor, es que se da a conocer una rama de la gerontología, conocida como gerontagogía o gerontología educativa, misma que estudia el proceso de aprendizaje en las personas adultas mayores, la cual viene a fortalecer la idea de que las personas aprenden a lo largo de todo su ciclo vital.

### **Gerontología educativa.**

La gerontología educativa es un término que sigue en evolución y aunque su enfoque va dirigido al conocimiento de factores relacionados con la población adulta mayor, autores como Sánchez (2001) citando a Peterson (1976) la define como “el estudio y la práctica de la enseñanza a los mayores durante su envejecimiento.” (p.138).

Se puede decir que la Gerontología al estudiar aspectos relacionados al envejecimiento incluye también factores sociales y tiene relación directa con los conocimientos que una persona ha tenido a lo largo de su vida, mismos que han construido a las bases educativas con las que cuenta la PAM, de ahí que enfocar la disciplina al área de estudio es fundamental para abordar la población de una forma integral.

En concordancia con lo anterior Pocinho, Lacerda y Santos (2015) hacen referencia a la “Gerontología Educativa, que, como campo especializado de la gerontología, actúa desde un punto de vista educativo, con el objetivo de desmontar los estereotipos edadistas y promover el desarrollo, el aprendizaje y la participación social de las personas mayores” (p,3). A lo anterior se podría agregar la importancia de que esta disciplina se haya enfocado en estudiar los cambios que se presentan en las personas adultas mayores para un abordaje óptimo de los aspectos relacionados con esta área educativa y los procesos de aprendizaje.

En relación con los avances de la gerontología educativa, se puede mencionar que esta busca velar por los procesos educativos en las personas adultas mayores, con la finalidad de que esta población tenga acceso a las tecnologías para una mejor adaptabilidad a la sociedad cambiante, lo que beneficia la productividad en temas de política, cultura, economía y entretenimiento, esto según lo expuesto por Aguilar (2021)

### **Aprendizaje en personas adultas mayores.**

Queda claro que las personas pueden aprender a lo largo de todo su proceso vital, lo que desestima la creencia de que las personas que atraviesan la etapa de la adultez mayor ya no tienen la capacidad de adquirir aprendizajes.

En relación con lo expuesto por Pinazo y Sánchez (2003), las personas adultas mayores sienten ansias por aprender, aunque la mayor parte de los aprendizajes que adquieren es en contextos no formales, por ejemplo, por medio de la lectura y siendo participes en grupos sociales. La participación educativa en esta etapa corresponde a uno de los elementos del envejecimiento exitoso, el aprendizaje en la vejez es sinónimo de autorrealización personal, ya que en la mayoría de los casos se da por placer.

Por su parte, Yuni y Urbano (2005) señalan que la educación en personas adultas mayores es una paradoja de la modernidad, ya que se creía que lo natural es la educación en niños y niñas, además permite romper con la creencia que son los mayores los depositantes de los saberes y los encargados de transmitirlos, en la educación de las y los adultos mayores se destacan dos procesos educativos principales, como es el caso del incremento de competencias profesionales y personales, así como también se aumenta la capacidad del individuo para realizar diferentes actividades.

El aprendizaje en las personas adultas mayores en la mayoría de los casos se convierte en un proceso de autorrealización y empoderamiento, lo que les permite reconocer que están en la capacidad de seguir aprendiendo y mantenerse activos. Acotando a lo anterior, Machado y Laffin (2022) señalan que:

Por así decirlo, se entiende que en cualquier etapa de la vida es posible aprender y que cada persona en su historia (a la vez social y singular) establece una forma particular de relación con el conocimiento, por lo que no es esta conexión el mérito de unos y sí, posibilidad de todos, sin distinción. (p. 2)

En definitiva, se puede decir que la formación académica o profesional en las personas adultas mayores, beneficia su salud mental y física, contribuye en su proyecto de vida, en su proceso de autorrealización y de envejecimiento activo.

## **Envejecimiento activo**

El envejecimiento activo hace referencia al proceso de mejorar las oportunidades para la salud, la participación, la seguridad y la calidad de vida de las personas que envejecen, esto según lo señalado por la Organización Mundial de la Salud (2002). En este tema, la población adulta mayor debe de incluir en sus rutinas diarias actividades de ocio que les permitan ese compartir con demás grupos sociales y que logren esa participación necesaria para el bienestar de cada día.

Cuando se habla de envejecimiento activo se debe de pensar en el beneficio a nivel general de toda una comunidad, ya que se beneficia de contar con una población adulta mayor más independiente a nivel social, emocional, físico y mental, como lo señala la OMS, envejecer de manera activa es poder continuar participando en el mercado de trabajar, así como realizar otras actividades productivas remuneradas y no remuneradas, es vivir de forma saludable e independiente (Mendizábal, 2018).

Diferentes autores hablan del envejecimiento activo como un modelo que contiene características en función de envejecer bien, esto requiere un grado alto de compromiso y responsabilidad de quienes estén a cargo de las personas adultas mayores. Según como lo señalan Villar, Celdrán, Serrat y Cannella (2018), como ejes fundamentales para lograr este proceso de envejecimiento, se destacan dos, el primero referido a los recursos de tiempo, capital humano, capital social o grado de compromiso y un segundo referente a si la actividad tiene una orientación prioritariamente individual, es decir dirigida a uno mismo o prioritariamente social, encaminada a ayudar a otros.

Para envejecer óptimamente se debe de llevar una vida con actividad, la cual inicia desde la adultez y continúa con el envejecimiento, este concepto nace en los años 60 y habla de un envejecimiento saludable, satisfactorio y productivo, concretando finalmente en el término de envejecimiento activo, que incluye la salud, la participación, la seguridad y el aprendizaje permanente en la persona adulta mayor (Mendizábal, 2018).

Finalmente, es necesario destacar la labor que hacen algunas instituciones en beneficio de las personas mayores, apoyando lugares de acogida para la PAM, tal es el caso de los centros diurnos, lugares que ofrecen a las personas adultas mayores actividades en pro de su bienestar integral, con actividades culturales, físicas, sociales, recreativas y de ocio, todas las anteriores contribuyendo el envejecimiento de la población que asiste a estas instituciones.

## **Centros diurnos**

Por otro lado, es importante hacer énfasis en las diferentes instancias que ofrecen estadía diurna a las personas adultas mayores, mismas que ofrecen programas que le permiten a la persona la recreación, la socialización, el aprendizaje, la participación y el disfrute de actividades de ocio.

De acuerdo con el Sistema Costarricense de Información Jurídica (2001), los centros diurnos son instituciones que prestan atención para personas adultas mayores con un nivel físico funcional, estas organizaciones ofrecen servicios básicos como la alimentación, así como actividades recreativas, ocupacionales y de estimulación física y cognitiva.

Por su parte, Benet (2003) define los centros diurnos como centros de día que ofrecen servicios fundamentales de acogida y asistencia en actividades cotidianas para personas adultas mayores.

Tal como ya se mencionó, los centros diurnos son centros especializados para atender a las personas adultas mayores, entre los servicios que ofrece se destaca la alimentación saludable bajo criterios de nutricionistas, terapias recreativas, atención por medio de equipos interdisciplinarios, así como la interacción e integración en actividades sociales. Según el Consejo Nacional para la Persona Adulta Mayor (CONAPAM) los servicios en los centros diurnos están organizados por cada comunidad, ofreciendo atención diurna dirigida a las PAM de 60 años en adelante que sean de escasos recursos o estén en riesgo social, así como condición de soledad, maltrato, desnutrición, falta de interacción social y otros, (Umaña-Barboza, 2014).

Por último, es importante señalar que se hace referencia a los centros diurnos, ya que la población participante de esta investigación asiste a estos lugares de atención a personas adultas mayores.

## **La Orientación en la adultez mayor**

La Orientación, es vista como una disciplina que acompaña procesos personales, sociales, vocacionales y educativos, esto en el transcurso del ciclo vital del individuo, lo que permite el goce de un bienestar integral en las personas desde las diversas áreas que le conforman.

Tal como se mencionó anteriormente, la Orientación es una disciplina que permite acompañar a las personas en los diferentes procesos y a lo largo de toda la vida, es por esto que

la Orientación es vista como una necesidad para la PAM, lo que beneficiará el proceso de envejecimiento y dando continuidad al proyecto de vida de esta población.

En este mismo orden de ideas, es importante llegar a una definición de la Orientación, vista esta como una profesión de ayuda y acompañamiento, en donde se considera a la persona orientada como lo más importante en un proceso de intervención a nivel educativo, vocacional, personal y social, lo antes mencionado tiene como objetivo el bienestar integral de la persona orientada, considerando las áreas del círculo del bienestar integral, mismas que permiten potenciar aspectos como autoestima, autorrealización, proyecto de vida, sana convivencia social, hábitos saludables, salud mental, toma de decisiones, entre otros elementos.

Tomando en cuenta lo expuesto anteriormente, se visualiza la Orientación desde una dimensión educativa que involucra todas las etapas del ciclo vital desde la niñez hasta la adultez mayor, ya que, las personas evolucionan y de esta misma manera sus necesidades y su proyecto de vida, en el caso de las PAM, la mayoría se han retirado del mundo laboral y se dedican a otras actividades, hay quienes tienen ideales muy claros, sin embargo, hay otra parte de la población que necesita un proceso de acompañamiento que les permita conocerse a sí mismos y encaminar su proyecto de vida.

Por su parte, González-Benito (2018), señala que la Orientación es un proceso interdisciplinario y transdisciplinario, mismo que sustenta sus principios en la intervención preventiva, desarrollo y atención a la diversidad de la persona orientada, proceso que tiene como función facilitar y promover el desarrollo integral en los y las orientadas, para que así se constituyan en seres transformadores de sí mismos y de su entorno.

A la luz de los conceptos anteriores, es importante señalar que la Orientación es vista como disciplina, además, fundamenta su accionar desde diversas teorías, así también, existen métodos de intervención o enfoques para desarrollar procesos de manera individual y colectiva. A partir de lo anterior, se busca trabajar con las PAM y así fortalecer aspectos relevantes que le dan sentido a su vida, generando esa sensación de bienestar y control que algunos piensan que han perdido y mantener su motivación a pesar del estrés que se genera en algunas personas en esta etapa, Jiménez y Arguedas (2004).

Con respecto al sujeto de estudio, se puede señalar al ser humano como lo más importante en todos los procesos de acompañamiento desde la Orientación, misma disciplina que tiene diferentes enfoques, los que trabajan desde la prevención y el acompañamiento a las personas en las diferentes situaciones a las que se enfrenta.

Tal como ya se ha mencionado, el sujeto principal de estudio de la Orientación es la persona. De acuerdo con la Universidad de Costa Rica (2002) citada por Frías (2015), desde esta disciplina la persona es vista como:

...un ser con capacidad para aprender y desarrollarse; independiente, irreplicable, que se encuentra en un proceso de desarrollo individual y en relación con los grupos: familiar, comunal y nacional y que tiene capacidades para realizar su proyecto de vida en el aquí y ahora; para tomar decisiones, capacidad que está íntimamente relacionada con la naturaleza de las personas. (p. 19)

Según lo anterior, la Orientación acompaña el desarrollo integral de la persona y de la construcción de su proyecto de vida, lo que le permite un desenvolvimiento sano en todos los ámbitos internos y externos de su vida.

Es importante el trabajo desde el enfoque integral en donde se considera al ser humano como un todo, es decir, una persona abarca mucho más de lo que se puede observar a simple vista, cada individuo tiene sueños, proyectos de vida, sentimientos, emociones, autoestima, una familia, amigos, creencias, valores, un cuerpo y muchos otros elementos que forman parte de su diversidad.

Por otra parte, es necesario señalar que en todo proceso de acompañamiento existen dos sujetos, por un lado, el profesional en Orientación, mismo que acompaña y brinda diferentes herramientas para potenciar el desarrollo integral del individuo; y como protagonista en el proceso de cambio, está la persona orientada, quien desde la libertad con responsabilidad dirige su camino para la construcción de su proyecto de vida.

En relación con la importancia de la disciplina de Orientación y el sujeto de estudio de la misma (Morales, 2020) afirma que orientar es un proceso centrado en atender las necesidades de las personas, con el objetivo de dar sentido a las experiencias, potenciar la autorrealización y motivar el cumplimiento de propósitos colectivos, aspectos que por su relevancia apuntan a la evolución de todas las dimensiones del ser humano, la Orientación también es un proceso de ayuda a lo largo del todo el ciclo vital, trabajando desde la prevención y el desarrollo humano.

También es necesario señalar, que tal como se ha mencionado, la población adulta mayor se está convirtiendo en el grupo etario más grande del país, es por esto que se hace necesario destacar que desde la Orientación se debe de volver la mirada a las necesidades de la población, así como desestimar mitos y creencias respecto a la adultez mayor, demostrando

así que quienes atraviesan esta etapa, tienen la capacidad de construir aprendizajes significativos, mismos que benefician su proceso de envejecimiento, de autorrealización y construcción del proyecto de vida.

Los procesos educativos que asume la Orientación demandan en las personas aprendizajes de conocimiento y estrategias para la inteligencia intrapersonal, es decir la comprensión de sí mismas, la interpersonal para la comprensión de los demás y la transpersonal para la autorrealización y misión de vida, además, la Orientación trabaja en desarrollar habilidades de introspección, interrelación y las relacionadas con la vivencia social, Villarreal (2020).

Por último, se destaca que la investigación de estilos de aprendizaje con PAM desde la disciplina de Orientación, permitirá dar a conocer que las personas adultas mayores tienen capacidades físicas y cognitivas que les posibilita seguir aprendiendo, sin embargo, este aprendizaje es más efectivo cuando la persona conoce sus preferencias y habilidades, lo que se relaciona con su estilo de aprendizaje.

## Capítulo III

### Marco metodológico

El presente capítulo muestra el orden en el proceso metodológico que fundamentan esta investigación, iniciando con los paradigmas, el enfoque, el diseño y el método investigativo, mismos que permitirán entender el proceso en cada una de sus fases, así como dar respuesta al problema de investigación y con ello a los objetivos del estudio. Más adelante, en este mismo apartado se presentará la muestra, así como el instrumento utilizado para la recolección de datos.

#### Paradigma

Para el desarrollo de este TFG se plantea el paradigma positivista, propio de las investigaciones con diseño cuantitativo. Para entrar en contexto, es importante iniciar definiendo la palabra paradigma, que desde la perspectiva de Mejía-Rivas (2022), es una guía filosófica y teórica, al mismo tiempo que es una percepción propia de la persona investigadora del cómo realizar el estudio y de la aplicación de los instrumentos para el descubrimiento de nuevos conocimientos, poniendo así a prueba las diferentes hipótesis planteadas y al mismo tiempo corroborando lo que dice la comunidad científica en relación al fenómeno de estudio.

A su vez, De Franco y Solórzano (2020), señalan que el paradigma cuantitativo positivista es un fundamento de la investigación, mismo que asegura el alcance de la verdad como vía de razonamiento, operando desde la lógica deductiva y la lógica inductiva.

Las premisas paradigmáticas que justifican este trabajo de investigación se basan en los fundamentos filosóficos presentes en labor orientadora, mismas que se puede definir como epistemología, ontología, axiología y metodología, las que mencionan aspectos de la naturaleza de los valores, lo bello, lo bueno, el amor, aspectos como la esencia del ser humano, del conocimiento de la persona y el orden del desarrollo de la investigación.

Ceberio y Watzlawick (1998), citados por Jaramillo (2003), mencionan respecto a la epistemología, que este es un término derivado del griego episteme lo que significa conocimiento o rama filosófica que se ocupa de todos los elementos que procuran la adquisición de conocimiento, además investiga los fundamentos, límites, métodos y la validez de los procesos de aprendizaje. La base epistemológica en esta investigación es un aspecto fundamental, ya que se trabaja desde los conocimientos de la población adulta mayor y los estilos de aprendizaje que predominan en sus procesos individuales de aprendizaje.

Desde la presente investigación se analizan cuáles son esos factores que determinan el estilo de aprendizaje de la PAM que asiste a los centros diurnos del cantón central de Heredia, mediante la aplicación del cuestionario CHAEA de estilos de aprendizaje, tomando en cuenta aspectos como la participación activa, la acción práctica, la teoría y la conceptualización, así como la reflexión en el proceso de aprendizaje, características propias de cada uno de los estilos de aprendizaje.

Es importante considerar que estas características tienen diferentes grados de predominancia en la persona que aprende y su proceso educativo, de ahí la importancia de reconocer cual es el estilo de aprendizaje que prevalece en la población adulta mayor, lo que permitirá un proceso de aprendizaje significativo.

Desde la premisa ontológica, se percibe la realidad desde un punto de vista objetivo, asumiendo a la población de este estudio, con capacidades, habilidades y cualidades que se deben de tomar en cuenta para poder cumplir con los objetivos propuestos, siendo necesario para identificar cada estilo de aprendizaje.

Esta premisa tiene relación con las formas de interpretar la realidad, por su parte, Hincapié (2017, citando a Carrizo y León, 2011), relaciona la objetividad con los preceptos propuestos por Richard Mattessich, quien considera que la realidad está construida por diferentes niveles o capas de cebolla, dependientes pero relacionadas entre sí, lo que se circunscriben a cuatro capas: realidad físico-química, realidad biológica, realidad mental y realidad social.

En relación con la premisa axiológica, Lalonde citado en Manjón (2009), la define como la ciencia de los valores morales, lógicos o estéticos. De acuerdo con lo anterior, se adquiere en este trabajo de investigación un compromiso con la población participante, siendo el objeto de estudio, lo más importante dentro de la investigación, en este caso específico los estilos de aprendizaje en la PAM, tema del área educativa, la cual es de interés para la disciplina de Orientación, ya que forma parte del bienestar integral del individuo.

Es importante, asumir a la persona adulta mayor con capacidades y habilidades para seguir aprendiendo, para lo cual, se tiene en cuenta valores morales como el respeto, el compromiso, la igualdad y la honestidad, al igual que los valores éticos como la confidencialidad, la responsabilidad y la autonomía.

Tomando en cuenta la importancia de trabajar el área educativa, esta investigación nos permitirá recolectar datos respecto a los estilos de aprendizaje en la población adulta mayor y justificar desde datos cuantitativos y teoría, cuál es la mejor forma en que les facilita aprender.

Mediante la aplicación del Cuestionario Honey-Alonso de estilos de aprendizaje (CHAEA) se va a recolectar información que servirá para dar respuesta a los objetivos planteados, respecto a los estilos de aprendizaje en la PAM, siendo este un tema poco investigado.

Según lo anterior, es importante abordar la premisa metodológica desde el paradigma positivista, la que pretende dar respuesta a la pregunta de investigación, mediante las mediciones respecto al fenómeno de estudio (Ramos, 2015).

### **Enfoque de investigación**

En este mismo orden de ideas, es importante señalar que la presente investigación se desarrolló desde el enfoque cuantitativo, teniendo en cuenta a De Franco y Solórzano (2020), quienes señalan que este enfoque se basa en modelos matemáticos que facilitan insumos para la organización, asociación y análisis de datos, las personas investigadoras abordan el objeto de estudio con neutralidad, el rigor científico viene dado por la validez y confiabilidad de los instrumentos que se aplican, además es necesario seguir una secuencia en el proceso investigativo, iniciando por el planteamiento del problema, seguido de la revisión de la literatura y teoría, la formulación de hipótesis, la definición de la metodología con el respectivo diseño, la selección de la población y muestra, la aplicación de las técnicas e instrumentos de recolección de datos y el análisis de los resultados.

Para efectos de este TFG, el enfoque cuantitativo permitirá que por medio de los datos estadísticos recolectados con la aplicación del CHAEA, la presentación de datos y el análisis de resultados, se dé respuesta a los objetivos y el problema de investigación, y así cuantificar cuál es el estilo de aprendizaje que predomina en la población adulta mayor que asiste a los centros diurnos del cantón central de Heredia.

Continuando con este mismo orden de ideas, la investigación de enfoque cuantitativo permite el análisis de datos estadísticos, lo cual según Hernández, Fernández y Baptista (2014) mediante esa recolección de información se prueban las hipótesis o planteamiento del problema con base en esa medición numérica y esto con el objetivo de establecer pautas de comportamiento y probar teorías.

Es importante señalar que, la presente investigación es de enfoque cuantitativo y solamente cuenta con una variable, la cual corresponde a los Estilos de aprendizaje en las personas adultas mayores, al ser una investigación con diseño no experimental no cuenta con

hipótesis. Tal como lo afirma Hernández-Sampieri y Mendoza Torres (2018), en el caso de los estudios no experimentales, no se genera ninguna situación, sino que estas ya existen y se observan, no son provocadas de manera intencionada por las personas investigadoras, en esta indagación las variables ocurren y no es posible manipularlas, no se tiene control directo sobre estas, porque son situaciones que ya sucedieron, al igual que sus efectos.

### **Diseño de investigación**

Para efectos de la presente investigación, se va a utilizar el diseño no experimental, transeccional, de alcance descriptivo, lo que permitió describir el fenómeno de estudio, es decir, los estilos de aprendizaje que predominan en la PAM. Para Ramos (2015) las investigaciones con este diseño buscan caracterizar, exponer, describir, presentar o identificar aspectos propios de una determinada variable.

A lo que se podría añadir que esta investigación no busca interferir en la variable (estilos de aprendizaje), ni probar relaciones de causa-efecto, por lo tanto, se utiliza el diseño no experimental para el acopio de datos con la aplicación del instrumento una única vez, y tras el análisis de los datos, dar respuesta a la pregunta de investigación,

De acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2010) este diseño busca describir “propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice, este describe la tendencia de un grupo o población” (p.80).

Se considera pertinente trabajar desde este diseño, ya que en este tipo de estudio el investigador no tiene manera de manipular variables, sino que se observan tal cuál como se presentan en su contexto natural.

En función a este TFG, se entiende el método de investigación como un proceso, visto también como las fases que se deben de cumplir, así como el orden que se debe de seguir, lo que permite cuantificar los datos recolectados. Para la aplicación de este método, es importante tener en cuenta que el proceso investigativo es lineal y rígido, así como el papel de la persona investigadora, quien debe comportarse de manera objetiva durante todo el proceso de recolección y análisis de los datos, esto con el propósito de no incurrir en los resultados de la investigación.

Es necesario seguir cada una de las fases, es decir, tener en consideración el planteamiento del problema de investigación, la fundamentación teórica, la formulación de hipótesis, la definición de la metodología, la selección de la población y muestra, la aplicación

del instrumento de recolección de datos, el análisis de los resultados y la presentación de los principales hallazgos, esto según De Franco y Solórzano (2020).

Aunado a lo anterior, otras personas autoras también justifican la necesidad de tener en cuenta cada una de las fases, así como aplicar la metodología del enfoque cuantitativo de manera estricta, es decir, siguiendo cada uno de los pasos, tal como se realizó en esta investigación. Por su parte, Hernández, Fernández y Batista (2010) señalan cuáles son las fases del proceso investigativo de cuantitativo, así como el orden de estas.



Es importante que, para lograr los objetivos planteados del método de investigación, se cumpla con el orden establecido de la investigación cuantitativa, fundamentando las premisas paradigmáticas que son parte del pilar fundamental de este trabajo de investigación, al igual que el diseño de estudio, el cual corresponde el no experimental (ex post facto), transeccional, de alcance descriptivo.

### **Definición de la muestra y de las personas participantes**

En concordancia con el proceso investigativo, el presente apartado enfatiza en el proceso de selección y delimitación de la muestra participante de la investigación respecto a

los estilos de aprendizaje de las personas adultas mayores, de acuerdo con Hernández-Sampieri y Mendoza (2018):

Una muestra es un subgrupo de la población o universo que te interesa, sobre la cual se recolectarán los datos pertinentes, y deberá ser representativa de dicha población (de manera probabilística, para que puedas generalizar los resultados encontrados en la muestra a la población). El universo o población es definido o, al menos perfilado, desde el planteamiento del problema. (p.196)

Es por lo anterior, que se ha definido a la población meta, la cual corresponde a personas adultas mayores de 65 a 90 años, mismas que asisten a los centros diurnos del cantón central de Heredia.

Acotando a lo anterior, las personas participantes de la investigación asisten regularmente a uno de los tres centros diurnos del cantón central de Heredia, los cuales llevan por nombre: Asociación Pro-Atención de Ancianos de Heredia, Centro diurno los Lagos y Casa de los abuelos.

En relación con la muestra, esta se define con la fórmula para poblaciones finitas, lo que permite conocer el nivel de confianza que se quiere para el alcance de los datos, según Arnal, Rincón y Latorre (1992), la muestra de poblaciones finitas debe de ser aplicada en 100000 individuos o menos, frecuentemente se opta por un nivel de confianza del 95 o 99,7%, y un error de estimación máximo de un 5%. La muestra se obtuvo por medio de QuestionPro® y da como resultado una cantidad de 74 personas, de una población de 93 PAM que asisten a los 3 centros diurnos del cantón central de Heredia.

### **Definición de variables**

Tabla 1

*Definición conceptual e instrumental de la variable*

<b>Variable</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Definición instrumental</b>
Estilos de aprendizaje en las personas adultas mayores.	Se entiende por estilos de aprendizaje en la PAM, aquellos comportamientos que influyen en la persona y	El instrumento corresponde a un cuestionario del modelo de estilos de aprendizaje CHAEA, este instrumento de

su forma de actuar además intervienen factores tanto externos como internos, así como características personales y necesidades individuales, todas estas anteriores influyendo en los procesos de construcción de aprendizajes (Alonso, Gallego y Honey, 2007).

medición es aplicado para identificar el estilo de aprendizaje predominante en los procesos de aprendizaje. El cuestionario consta de 80 ítems de respuesta dicotómica, se estructura en cuatro grupos de 20 preguntas, cada uno corresponde a un estilo de aprendizaje. Por su parte Domínguez, Pacheco y González (2018) mencionan que el cuestionario es un instrumento de medición que contiene preguntas escritas respecto a un tema, por lo que es importante traducir los objetivos de la investigación de tal modo que cada uno de los ítems estén en función al tema de investigación.

Tabla 2

*Definición operacional de la variable*

<b>Variable</b>	<b>Definición operacional</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Criterios de medición</b>
Estilos de aprendizaje en las personas adultas mayores.	El cuestionario CHAEA es un instrumento de respuesta	<b>Participación Activa</b>	Participación activa. Experiencias prácticas para el aprendizaje.

dicotómica, que permite medir 4 estilos de aprendizaje, específicamente el estilo activo, pragmático, teórico y reflexivo. De acuerdo con Méndez, Rodríguez y Ospina (2018), el modelo CHAEA, es un instrumento de medición que se aplica para identificar el estilo de aprendizaje predominante, no hay un límite de tiempo para responder, este instrumento cuenta con 80 preguntas, 20 preguntas por cada uno de los estilos.

**Habilidades prácticas**

Ser partícipe y no solo oyente.

Aprenden mediante ejemplos.

Prefiere lo concreto y no lo teórico

Prefieren ser directos y claros.

**Capacidades analíticas y de planificación**

Aprenden a través de la lectura.

Habilidad para sintetizar la información.

Prefieren los textos académicos y libros.

**Características reflexivas, de observación e introspección**

Se toman el tiempo necesario para profundizar lo estudiado.

No se toman las respuestas a la ligera.

Hacen un análisis crítico antes de responder respecto a un tema.

---

**Criterios de evaluación**

---

**Estilo de aprendizaje activo**

Cumple con un grado positivo a características como participación activa, experiencias prácticas y ser partícipe y no solo oyente.

---

---

<b>Estilo de aprendizaje pragmático</b>	Cumple con un grado positivo a características como aprender mediante ejemplos, no le gusta la teoría abstracta y prefieren lo concreto, tienen habilidades prácticas y prefiere ser directo y claro.
<b>Estilo de aprendizaje teórico</b>	Cumple con un grado positivo a características como capacidades analíticas y de planificación, aprenden a través de la lectura, tienen habilidad para sintetizar la información, prefieren aprender con textos académicos y libros.
<b>Estilo de aprendizaje reflexivo</b>	Cumple con un grado positivo a características como la observación e introspección, dedica tiempo para profundizar lo estudiado, no se toman las respuestas a la ligera, el análisis crítico antes de responder respecto a un tema.

---

### **Definición de técnicas e instrumentos de recolección y generación de la información**

En este proceso investigativo se trabajó con las personas adultas mayores que asisten a los centros diurnos del cantón central de Heredia, para ello se requirió de un instrumento que permitiera la recolección de la información de una forma organizada para el respectivo análisis.

Mediante el cuestionario CHAEA de estilos de aprendizaje (ver *apéndice A*), se pretendió dar respuesta a los cuatro objetivos específicos, mismos que corresponden a cada uno de los estilos de aprendizaje, con características específicas como la participación activa, las habilidades prácticas, las capacidades analíticas y de planificación y las características reflexivas, de observación e introspección, las cuales permiten medir cada uno de los estilos de aprendizaje e identificar cuál es el que predomina en la población de personas adultas mayores de los tres centros diurnos del cantón central de Heredia.

### **Validez y confiabilidad**

Para la recolección de los datos, se aplicó el cuestionario CHAEA, este instrumento ha sido validado por parte de las personas autoras desde el análisis de contenido, de ítems y factorial, lo que permite que se pueda medir la variable mediante los cuatro estilos de aprendizaje, concretamente el activo, el pragmático, el teórico y el reflexivo.

En relación con la fiabilidad, las personas autoras utilizaron el coeficiente Alfa de Cronbach, aplicado a cada grupo de los 20 ítems que corresponden a un estilo de aprendizaje, y con ello medir la consistencia interna de la escala, lo que permite la confianza de que el instrumento genera resultados precisos.

El cuestionario CHAEA también se ha sometido a criterio de expertos, específicamente por 3 personas académicas de la carrera de Orientación de la Universidad Nacional.

Es por lo anterior, que en la presente investigación se aplica el cuestionario como técnica de recolección de datos, instrumento propio de investigaciones cuantitativas. Según Meneses (2016), el cuestionario es una herramienta que permite a la persona investigadora plantear un conjunto de preguntas para recoger información respecto a una muestra de personas.

Para efectos de la investigación y de acuerdo con la población participante, se aplicó el cuestionario CHAEA, el cual consta de 80 preguntas de respuesta dicotómica, sin embargo, este fue modificado a 48 preguntas, de las cuales 12 pertenecen a cada estilo.

Esta modificación se realiza para facilitar la aplicación del cuestionario a la población participante, lo cual según Ortega (2013), no afecta el resultado final, ya que en su TFG; *Modificación y aplicación del Cuestionario Honey Alonso sobre Estilos de Aprendizaje (CHAEA), en una muestra de alumnos de la carrera de QFB de la FES Zaragoza*, la autora logra modificar el instrumento a 48 ítems y mediante cinco filtros o depuraciones, realizó los análisis de confiabilidad y de factores en forma simultánea, generando un cuestionario de 48 preguntas de confiabilidad y validez significativas y confiables, con un Alfa de Cronbach de 0.92, con esto se puede decir que el instrumento está equilibrado.

El cuestionario CHAEA fue aplicado en los 3 centros diurnos del cantón central de Heredia, los cuales suman una población total de 93 personas, y se les aplicó el instrumento a 74 PAM, es importante señalar que, de las 19 personas a las que no se les aplicó el instrumento fue por situaciones de ausentismo y problemas de salud.

Para la aplicación del instrumento, se cuenta con la autorización de Domingo J. Gallego, autor del cuestionario CHAEA, (ver *apéndice E*), quien además aprobó algunos cambios de palabras y extensión, los mismos hechos a partir de las experiencias en contactos previos con la población adulta mayor.

## **Ingreso al campo**

Para el proceso de recolección de datos, es necesario la inmersión al campo, lo que facilita el cumplimiento de las fases del proceso investigativo. La población participante de esta investigación corresponde a las personas adultas mayores de los tres centros diurnos del cantón central de Heredia, específicamente; la Casa de los abuelos, la Asociación Pro-Atención de Ancianos de Heredia y el Centro diurno los Lagos.

Para un primer contacto con las instituciones se realiza una llamada telefónica, en la que se solicitan datos como el nombre de la persona administradora y el correo, al que posteriormente se envía una carta de solicitud y respaldo para tener acceso a la población de estudio, y de esta forma, dar inicio con la presentación del trabajo de investigación (ver *apéndice B, apéndice C y apéndice D*).

## **Tratamiento de la información**

El presente apartado corresponde a un insumo que permite el tratamiento de los datos recolectados tras la aplicación del cuestionario CHAEA en el proceso investigativo. Es importante señalar que la información recolectada mediante el instrumento se tratará mediante la tabulación de los datos que se presentará en tablas y figuras, lo que permitirá el análisis de los resultados.

Es preciso mencionar que para el tratamiento de la información del presente estudio, se utilizó el programa informático denominado *Excel* de *Microsoft*, el cual, de acuerdo con Cárdenas (2018), destaca entre los principales recursos tecnológicos como lo son también *SPSS*, *PSPP*, *Stata* y *R*, entre otros programas, que han sido utilizados en las ciencias sociales para la realización de diversos análisis estadísticos sobre datos cuantitativos, pues una de las funciones de este tipo de programas es justamente permitir análisis con cantidades considerables de información, según lo señala Ángeles (2016), este es un software de hojas de cálculo que desde 1988 se ha considerado líder en este campo.

Acotando a lo anterior, el *Excel* es un programa que facilita el trabajo en el uso de fórmulas, operaciones aritméticas, introducción de datos, el trabajo por rangos, la creación de tablas dinámicas, gráficos y más (Ángeles, 2016). Es importante destacar que este programa de análisis de datos cuenta con la confiabilidad de uso por parte de la Universidad Nacional, ya que, por medio de los beneficios otorgados a las personas estudiantes de esta institución, se

tiene acceso a *Excel* de manera gratuita por medio de la licencia de Microsoft Office brindada por la universidad.

Autores como Domínguez (2007), mencionan que los datos que se muestran en el informe final deben tener relación directa con la o las variables que se presentaron en el inicio de la investigación y los resultados obtenidos deben brindar una realidad específica respecto a la realidad de las personas participantes.

En el momento de la presentación de los hallazgos de la investigación, se pueden tomar en cuenta los siguientes puntos (Barrasa y Fuentelsaz, 2002, citado en Bermúdez, Cuenca, García, Gutiérrez y Portela, 2021):

1. Los datos que corresponden a la pregunta de investigación.
2. El análisis contextual de los datos que explique su significado de forma breve.
3. Los resultados más relevantes respecto a la pregunta de investigación.
4. En los hallazgos estadísticos se informan los resultados del estudio, pero no se enseña a los lectores a analizar o interpretar las estadísticas.

Como personas investigadoras se reconoce que el programa informático *Excel*, aparte de ser un programa familiar, se convierte en una herramienta apta, confiable y segura para el análisis de la información.

Ahora bien, una vez recolectada la información y resguardada en la herramienta tecnológica *Google Form* se procede a la generación de una matriz de manera automática en un libro de *Excel* de *Microsoft*, cuyo resultado se convierte en una base de datos denominada materia prima para el análisis posterior. Ante esto, con el uso de *Excel* se obtiene en primer lugar un ordenamiento de la totalidad de las respuestas de las personas participantes con los respectivos ítems propios del cuestionario; en segundo lugar, se genera tablas con filtros apropiados para la selección de las respuestas afirmativas dadas por las personas participantes según cada estilo de aprendizaje con el motivo de establecer la predominancia de cada uno con base en los cálculos respectivos; en tercer lugar se calcula los porcentajes de predominancia del estilo de aprendizaje con diversas características de acuerdo con el centro diurno y el sexo, y; en cuarto y último lugar, con la elaboración de tablas dinámicas se crea los gráficos con base en los porcentajes obtenidos para dar respuesta a la pregunta de investigación y objetivos específicos.

## **Consideraciones éticas**

Como profesionales en la disciplina de Orientación, es fundamental tener en cuenta las consideraciones éticas que establece el Colegio de Profesionales en Orientación para el trabajo con las personas orientadas, por su parte, en este proceso investigativo se considera que lo más importante es la persona y su integridad, por lo tanto, las personas participantes tienen la libertad de decidir participar o no en el proceso de recolección de datos.

Además, se trabaja desde un principio ético básico, teniendo en cuenta el artículo 7 y 8, en los que se hace referencia al principio de confidencialidad, en donde se señala que la información que se obtiene en los procesos orientadores es confidencial, pero que se rompe cuando la persona orientada por razones justificadas lo solicita, así como cuando exista un alto riesgo para la persona orientadora, orientada o para terceros, también se señala que la persona profesional en Orientación tiene la obligación de informar a quienes orienta respecto a las limitaciones de la confidencialidad, y deberá tomar las precauciones necesarias para proteger, la información obtenida en la relación entre profesional y orientado, (Colegio de Profesionales en Orientación, 2012)

## **Capítulo IV**

### **Presentación de datos y análisis de resultados**

Al ser una investigación de enfoque cuantitativo los resultados se presentan por medio de tablas, figuras y porcentajes que ayudan a la comprensión de estos, en otras palabras, el análisis es una actividad intelectual que logra el arte de perfeccionar capacidades profesionales por parte del analista, gracias al empleo de métodos y procedimientos de investigación, ya sea en métodos cuantitativos o cualitativos (Domínguez, 2007).

El análisis de la información se realizó a partir de gráficos y tablas que dan respuesta de lo general a lo más específico dando inicio con objetivo general y la pregunta de investigación, continuando con cada uno de los objetivos específicos. Se destaca la predominancia de los estilos de aprendizaje en cada uno de los centros diurnos y preguntas con mayores respuestas afirmativas por parte de los participantes.

Tomando en cuenta aspectos importantes que señalan autores como Bermúdez, Cuenca, García, Gutiérrez y Portela (2021), para el análisis de la información:

- Usar los verbos en pasado (por ejemplo, *se encontró, se evidenció, etc.*).
  - Ser conciso y objetivo. Las interpretaciones y explicaciones han de estar en la sección de discusión.
  - Incluir el tamaño de los efectos para apreciar la importancia de los hallazgos obtenidos.
  - Socializar los resultados para obtener una segunda opinión.
  - Concluir la sección con un párrafo corto que resuma los resultados clave del estudio.
- (p. 3)

#### **Análisis de los datos recolectados**

A continuación, se presenta el análisis de los datos, tomando en consideración los aspectos más relevantes encontrados en los resultados del instrumento, en principio se muestra la información de los centros diurnos y la muestra estudiada (ver tabla 3), a partir de la figura 2 se da respuesta a los objetivos y a la pregunta de investigación.

En el trabajo con la población adulta mayor, es importante lograr reconocer con cuál estilo de aprendizaje se identifican más las PAM, es parte de un cambio en el que se va haciendo

conciencia del porque es trascendental que esta población continúe activa en sus procesos de convivencia, socialización y aprendizaje. En esta nueva era de crecimiento poblacional de la PAM, cada día se debe de ver a las personas adultas mayores como contribuyentes al desarrollo del país, donde su capacidad para trabajar en la sociedad y en su propio beneficio, hacen ver importante su integración en políticas y programas nacionales en diferentes niveles (Naciones Unidas, 2019).

La población total de los tres centros diurnos del cantón central de Heredia es de 93 PAM, de las cuales 74 son parte la muestra y se presentan en la tabla 3, se destaca un alto porcentaje de mujeres participantes el cual corresponde a un 75,6%.

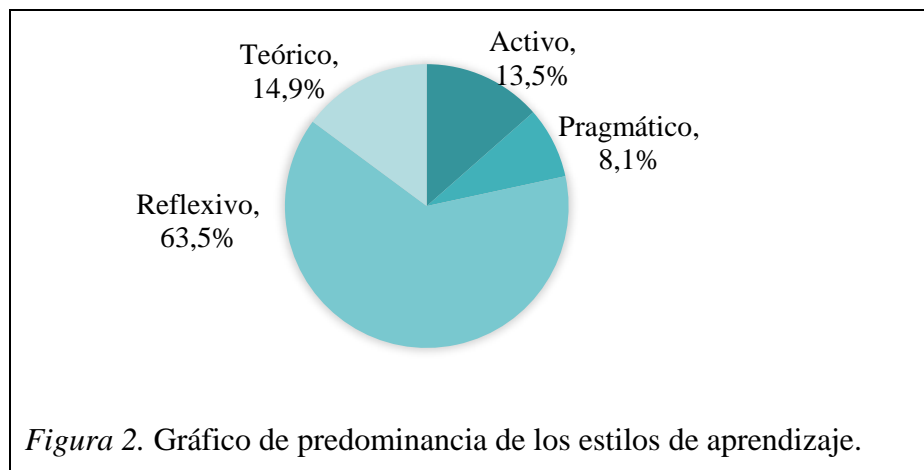
Tabla 3

*Descripción de la población y muestra*

<b>Centros Diurnos del cantón central de Heredia</b>	<b>Muestra</b>	<b>Mujeres</b>	<b>Hombres</b>	<b>Sexo sin definir</b>
<b>Cubujuquí</b>	26	17	6	3
<b>Los Lagos</b>	25	23	2	
<b>Heredia</b>	23	16	6	1
<b>Total</b>	74	56	14	4
<b>Total porcentual</b>	100%	75,6%	18,9%	5,4%

### **Estilo de aprendizaje predominante en la PAM.**

En la figura 2, se puede observar el orden de predominancia entre los 4 estilos de aprendizaje en las personas adultas mayores que asisten a los tres centros diurnos del cantón central de Heredia, siendo el estilo reflexivo el que recibe un mayor puntaje.

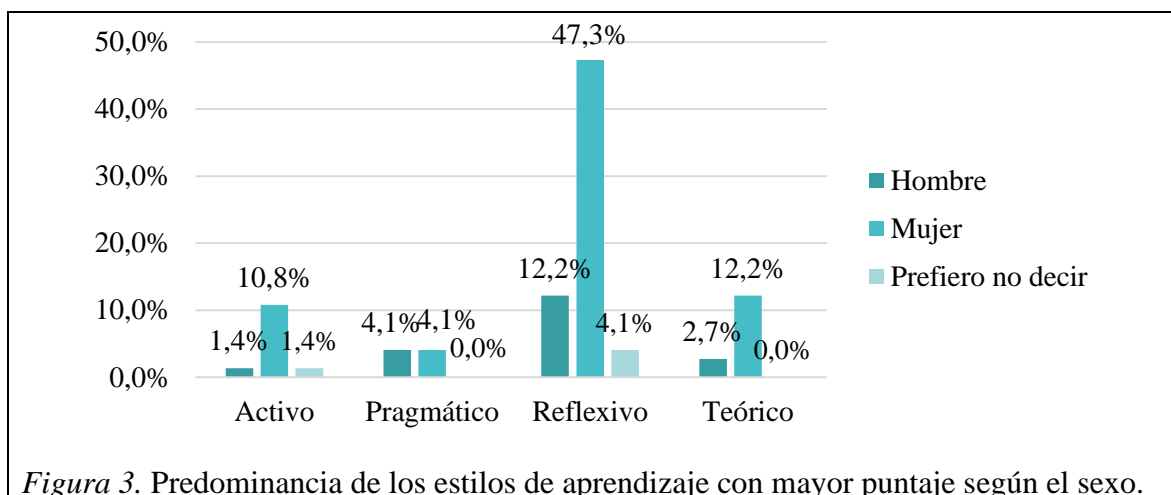


Dando respuesta a la pregunta de investigación y al objetivo general, en la figura 2 se evidencia que en las personas adultas mayores sobresale el estilo de aprendizaje reflexivo con un 63,5%, lo que quiere decir que las PAM que asisten a los centros diurnos del cantón central de Heredia, les gusta un poco de soledad para realizar sus análisis desde diferentes puntos de vista y brindar conclusiones.

En segundo lugar, se encuentra el estilo de aprendizaje teórico con un 14,9% de predominancia, este se caracteriza porque las personas tienden a ser perfeccionistas, hacen de los hechos teorías, analizando y sistematizando todo lo que pasa a su alrededor, lo lógico les parece bueno.

En este mismo orden, es importante señalar que, en un tercer lugar, se encuentra el estilo de aprendizaje activo, el cual se caracteriza porque a las personas les gusta involucrarse en actividades nuevas, son de mente abierta, viven el aquí y el ahora, tienden a pensar las consecuencias después de tomar sus decisiones y necesitan de la convivencia y del trabajo en grupo para aprender.

Con el menor porcentaje de predominancia, se destaca el estilo pragmático, quienes aprenden desde este estilo, se caracterizan por tener habilidades para aplicar sus conocimientos, ideas y teorías a la práctica, evalúa la funcionalidad de las cosas, son impacientes con personas muy teóricas, les gusta resolver problemas y tomar decisiones, no les gusta lo redundante.



Con respecto a la figura 3, es importante destacar que el estilo de aprendizaje reflexivo es el que tiene mayor predominancia en las PAM del cantón central de Heredia, en donde se visualiza un 47,3% en mujeres, un 12,2% en hombres y un 4,1% en personas que no definieron su sexo, los datos anteriores demuestran que hay más participación de mujeres que de hombres en los centros diurnos participantes de nuestra investigación.

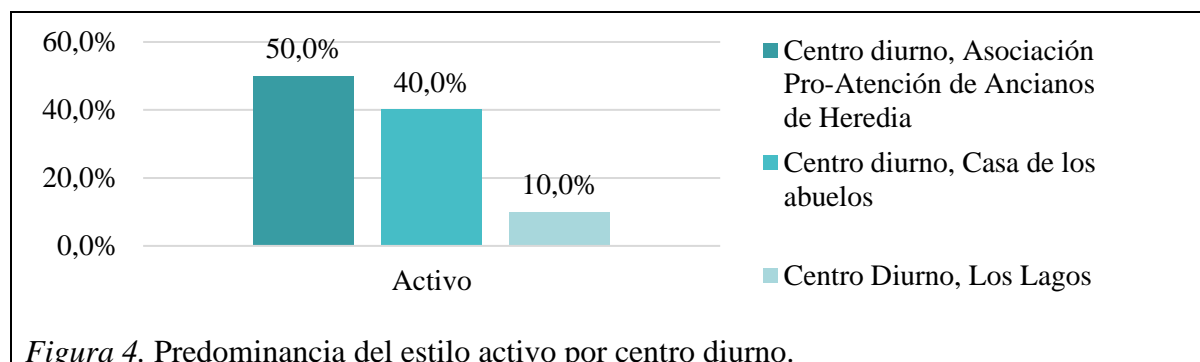
En el caso del estilo de aprendizaje pragmático, se puede señalar que este es el que tiene menores porcentajes de preferencia en las PAM, ya que, tanto en los hombres como en las mujeres, el porcentaje de predominancia respecto a este estilo, es de un 4,1%, lo que deja en evidencia que para las personas adultas mayores que asisten a los centros diurnos del cantón central de Heredia, no es tan necesario aplicar la teoría en la práctica, ni experimentar aquello que pueda funcionar, sino más bien prefieren escuchar opiniones y ser personas observadoras.

Con lo expuesto previamente, es importante señalar que de las 74 personas adultas mayores participantes en la investigación, 56 son mujeres, 14 son hombres y 4 personas que decidieron no referirse a su sexo. Es por lo anterior, que autores como Molina-Luque, Casado y Sanvicen-Torné (2018), señalan que la población adulta mayor es mayoritariamente femenina, además, mencionan que el proceso de envejecimiento es una oportunidad para ser creativos y el no tener las responsabilidades familiares, puede ser beneficioso y se percibe como una fase de enriquecimiento.

### **Aprendizaje que predomina en la PAM según su participación activa.**

Se realiza un análisis a partir de los datos recolectados que darán respuesta al primer objetivo específico planteado, mediante dos figuras y una tabla.

En la figura 4, se visualiza en detalle la predominancia del estilo de aprendizaje activo en cada centro diurno. Este estilo se destaca por involucrar experiencias nuevas y actividades grupales, así como la interacción de las personas en su proceso de aprendizaje, esto según Alonso, Gallego y Honey (2007).



Según lo anterior, en el centro diurno, Asociación pro-atención de Ancianos en Heredia, un 50% de las PAM que asiste, se identifican con el estilo activo, siendo lo opuesto con el centro diurno Los Lagos, en el que solo un 10% de la población lo elige con un estilo preferente. Por otra parte, se puede observar que, en el centro diurno, Casa de los Abuelos, un 40% de la población se identifica con este estilo de aprendizaje.

Tras la aplicación del instrumento, se observa que algunas preguntas obtienen un alto grado de respuestas afirmativas, de los 74 cuestionarios aplicados 73 personas apuntan una respuesta positiva, las cuales se destacan en la siguiente tabla:

Tabla 4

*Respuestas con predominancia de ítems del estilo activo*

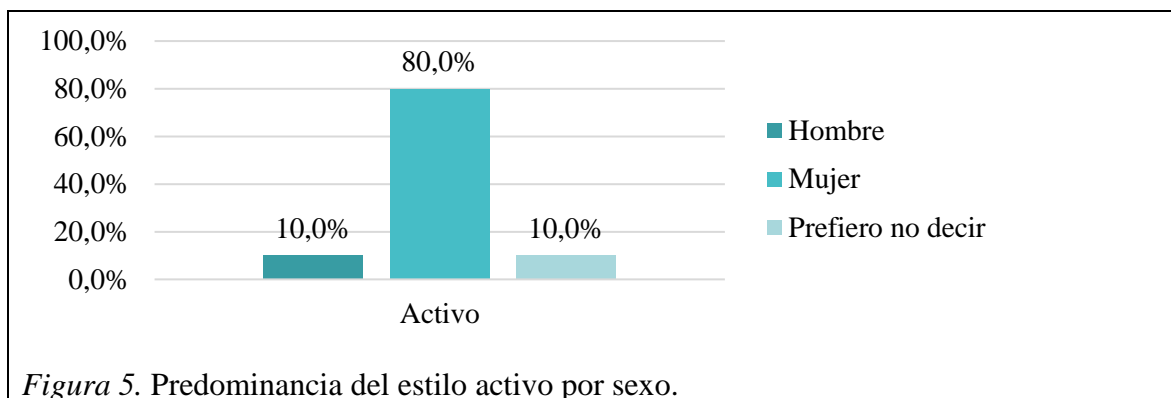
Ítem	Fi	Fr%
5. Procuero estar al tanto de lo que ocurre aquí y ahora.	73	99%
14. Me entusiasmo con el reto de hacer algo nuevo y diferente.	73	99%
18. Me siento a gusto con personas espontáneas y divertidas.	73	99%

En la tabla 4 se observa que en la pregunta cinco, las PAM procuran estar al tanto de lo que ocurre aquí y ahora, ya que a nivel de todos los centros diurnos la población dio una

respuesta positiva a este ítem, lo cual nos permite ver cómo afrontan las oportunidades que se les presentan en la etapa del ciclo vital en la que se encuentran, viviendo el presente y de lo que se puede resolver.

Al igual que en la pregunta anterior, se observa una respuesta positiva en el ítem catorce, en el que un 99% de los participantes afirman que les entusiasma el reto de hacer cosas nuevas y diferentes, mismo caso que en la pregunta dieciocho, donde la mayoría de la población menciona sentirse a gusto con las personas espontáneas y divertidas, propio de una característica del estilo activo en el que es particular el involucramiento de la persona en experiencias nuevas.

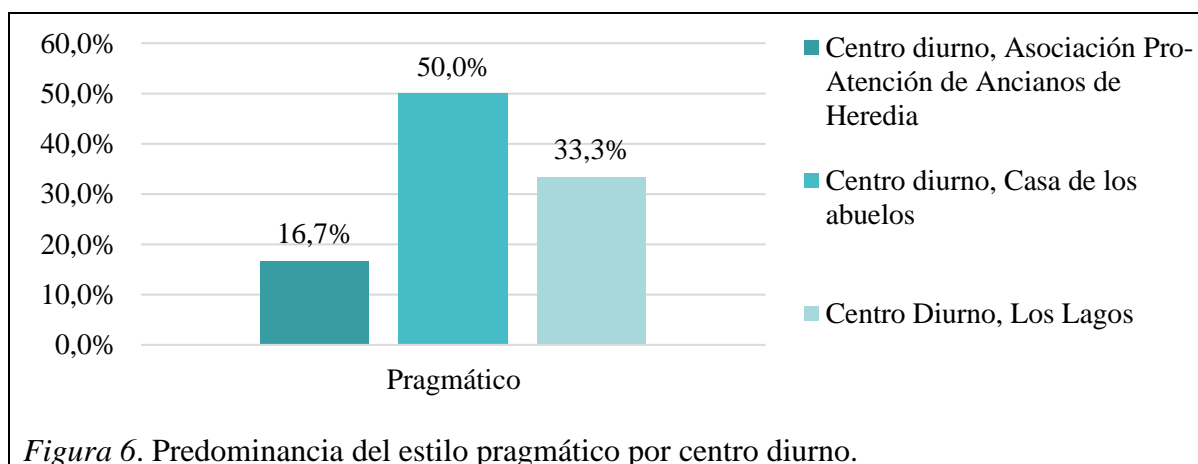
Desde el punto de vista de Salgado, Matos, Castillo, Cardero (2017), las personas adultas mayores destacan por su tendencia social proactiva en la búsqueda de la interacción social, la flexibilidad también es uno de los indicadores funcionales de la creatividad en esta etapa del desarrollo, de la cual tienen conciencia y se pone de relieve en su capacidad de ser críticos y autocríticos.



En la figura 5 se puede observar que el estilo de aprendizaje activo es predominante en las mujeres con un 80%, en contraparte con el porcentaje de hombres, el cual es de un 10%, es importante señalar que se destaca la participación de las mujeres dentro de la población que asiste a los tres centros diurnos del cantón central de Heredia, mismos que formaron parte de la muestra de esta investigación. Estos datos concuerdan con lo que Molina, Casado, Sanvicen (2018) mencionan, del cómo se han incorporado nuevos conceptos a esta fase de vida como la autonomía y la calidad de vida, que son parte de la gerontología moderna y dejar de lado la relación que se tenían de que el envejecer es sinónimo de enfermedad y dependencia.

### Dominio del estilo de aprendizaje en la PAM con base en sus habilidades prácticas

Para dar respuesta al segundo objetivo específico, este relacionado con las habilidades prácticas del estilo pragmático, se analizan los resultados por medio de dos figuras y una tabla.

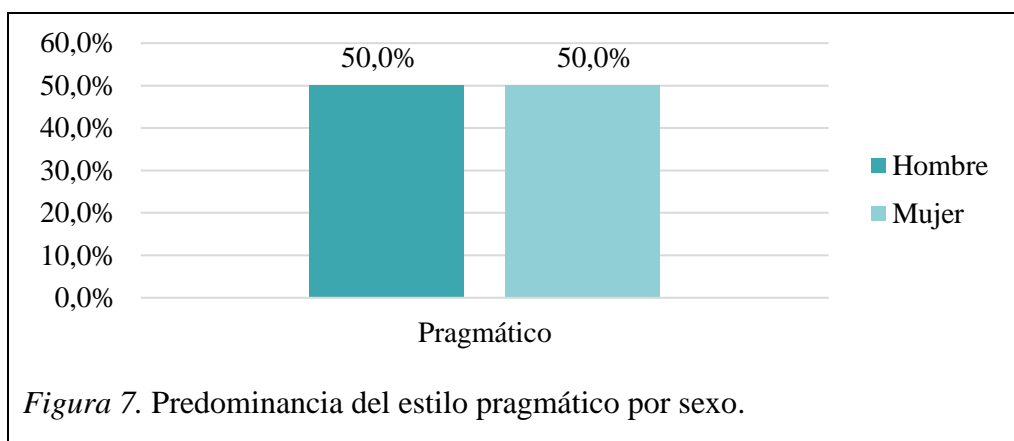


En la figura 6 se puede observar que un 50% de la población que asiste al centro diurno, Casa de los abuelos, tiene mayor preferencia hacia el estilo de aprendizaje pragmático, por lo que estas personas adultas mayores se caracterizan por tener la capacidad de poner en práctica sus ideas.

En el caso del centro diurno Los Lagos, este estilo es el preferido en un 33,3% de la población y con el menor porcentaje se evidencia que en el centro, Asociación Pro-Atención de ancianos de Heredia, solamente un 16,7% de las PAM no les gusta lo teórico ni lo reiterativo.

Teniendo en cuenta a Casasola-Rivera (2023), es importante señalar que, en el proceso de envejecimiento, el sistema nervioso experimenta diferentes alteraciones por la influencia de factores genéticos, sociales e incluso ambientales, por lo que se presentan cambios morfológicos en el cerebro que pueden llegar a afectar los procesos cognitivos, mismos que podrían provocar una disminución en la capacidad para tomar decisiones, procesar instrucciones, comunicar ideas y ejecutar tareas.

Es por lo anterior, que las personas tienden a tener mayor preferencia hacia un estilo de aprendizaje, esto de acuerdo con sus necesidades, habilidades e inclusive por las características de su personalidad, lo mismo sucede con las PAM, quienes mantiene su interés de aprender pese a los cambios físicos o cognitivos que trae consigo la etapa del desarrollo en la que se encuentran.



Con los datos mostrados en los gráficos anteriores, se evidencia que el estilo de aprendizaje pragmático tiene el mismo porcentaje de predominancia en los hombres y en las mujeres que actualmente asisten a los tres centros diurnos del cantón central de Heredia, esto según los datos de la figura 7.

Por su parte, Casasola-Rivera (2023) menciona que el cerebro de las personas adultas mayores mantiene plasticidad neuronal, lo que permite conservar muchas de las capacidades cognitivas, en el caso de las neuronas funcionales, estas ejercen una proliferación que compensan el deterioro neuronal de otras células, a su vez, el cerebro mantiene ciertos mecanismos compensatorios que permiten la funcionalidad motora y cognitiva, lo que retrasa el deterioro cognitivo en la etapa de vejez.

Acotando a lo anterior, se podría señalar que las PAM que cuentan con capacidades cognitivas, tienen facilidad para poner en práctica sus ideas, recibir indicaciones, experimentar, así como practicar técnicas novedosas, lo que les beneficia su proceso de envejecimiento.

Tabla 5

*Respuestas con predominancia de ítems del estilo pragmático*

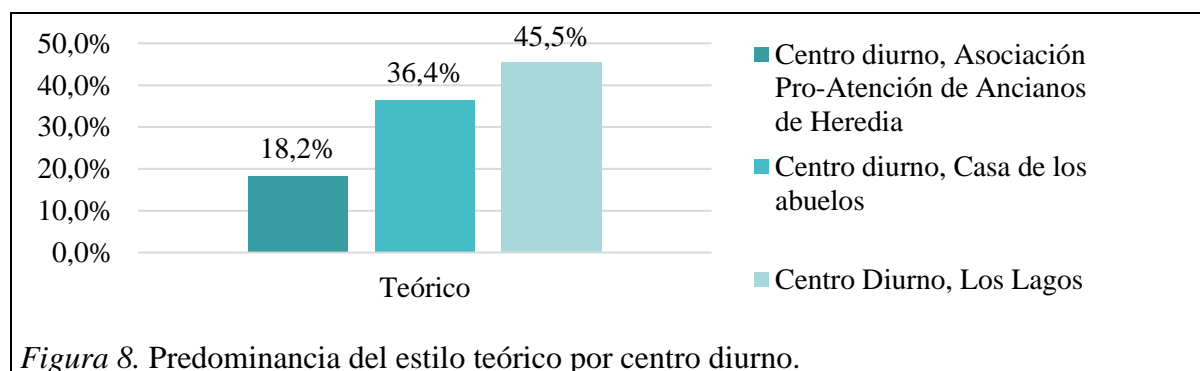
Ítem	Fi	Fr%
4. Creo que lo más importante es que las cosas funcionen.	72	97%
17. Me gustan más las personas realistas y concretas que las teóricas.	72	97%
26. En las reuniones apoyo las ideas prácticas y realistas.	72	97%

Continuando en el mismo orden de ideas, es importante señalar algunos ítems que destacan en la tabla 5 con mayores respuestas afirmativas en la medición del estilo de aprendizaje pragmático, en el caso específico de las preguntas con la numeración cuatro, diecisiete y veintiséis, las cuales obtuvieron una 97% de respuesta positivas, es por esto que los procesos de aprendizaje en la PAM deben de estar guiados hacia sus preferencias, lo que va a facilitar la adquisición y construcción de conocimientos.

Los tres ítems anteriores dejan en evidencia que para la población adulta mayor es importante lo práctico, lo concreto y lo realista, tomando en cuenta lo que menciona Casasola (2023), el cerebro de la PAM no es un cerebro desnudo, por lo que se requiere una particular especialidad para abordar su aprendizaje, contemplando aspectos psicoeducativos y neuropsicológicos que integren un conjunto de disciplinas científicas que estudian a la PAM, lo que tiene implicaciones directas en la formación para la atención de la población.

#### **Estilo de aprendizaje que domina en la PAM según sus capacidades analíticas y de planificación.**

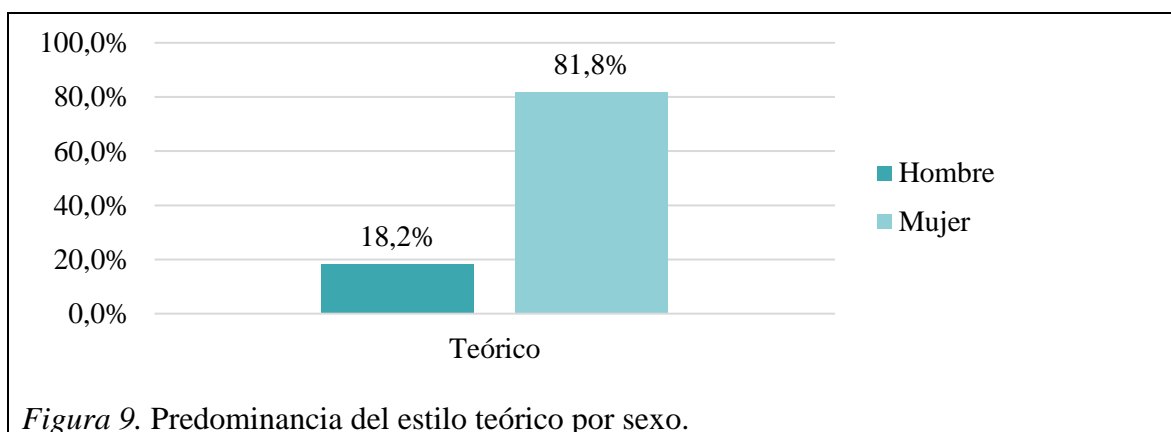
Continuando con el análisis de la información recolectada, se considera el estilo de aprendizaje teórico, con el que se da respuesta al tercer objetivo planteado, esto mediante dos figuras y una tabla en la que se destacan las preguntas con un alto porcentaje de respuestas positivas.



Se observa en la figura 8, la preeminencia del estilo teórico en cada centro diurno. Se destaca el Centro diurno Los Lagos con un alto porcentaje de este estilo siendo, un 45,5% de la PAM participante, esto evidencia que quienes asisten a este centro diurno les gusta las cosas bien planificadas, son perfeccionistas y les gusta analizar bien las cosas que van a realizar.

Con menor porcentaje de preferencia a este estilo, se destaca las PAM que asisten al centro diurno Asociación Pro-Atención de Ancianos de Heredia, con un 18,2%, donde se refleja que el ser muy analítico no es importante para ellos.

En diferentes estudios se menciona que las personas conforme avanzan en edad van perdiendo algunas funciones ejecutivas, algunas conclusiones del trabajo de investigación de Lepe-Martínez, Cancino-Durán, Tapia-Valdés, Zambrano-Flores, Muñoz-Veloso, Martínez y Ramos-Galarza (2020) destacan cómo las funciones más deficientes en esta población la atención y la memoria, son las responsables de la actualización de información, por esto se van modificando algunas funciones cognitivas.



En la figura 9 se destaca significativamente la preferencia del estilo de aprendizaje teórico, ya que, un 81,8% de mujeres así lo indican, caso contrario con la población masculina, la cual llega al 18,2%. Se puede notar la tendencia de las mujeres a ser más perfeccionistas y analíticas en las tareas que realizan.

Tabla 6

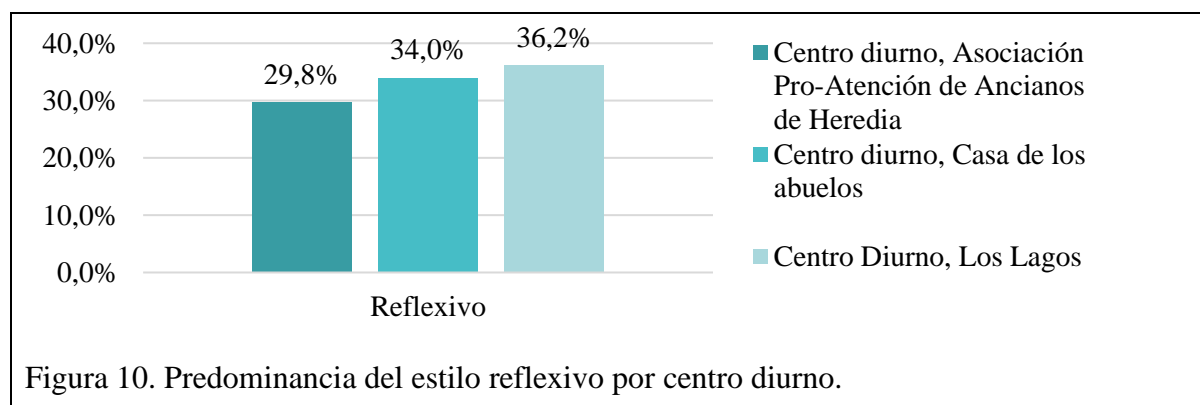
*Respuestas con predominancia de ítems del estilo teórico*

Ítem	Fi	Fr%
34. Siempre trato de conseguir conclusiones e ideas claras.	73	99%
7. Estoy a gusto siguiendo un orden en las comidas, en el estudio, haciendo ejercicio regularmente.	72	97%
32. Estoy convencido/a que debe imponerse la lógica y el razonamiento.	71	96%

En el análisis de la tabla 6, se muestran las preguntas con el mayor porcentaje de respuestas positivas donde se destaca el orden y la planificación como una prioridad en la población participante, siendo la pregunta treinta y cuatro la que tiene el mayor porcentaje de respuestas afirmativas.

### **Características reflexivas, de observación e introspección que prevalecen en el estilo de aprendizaje de la PAM.**

Para dar respuesta al que sería el cuarto objetivo, se analizan los datos obtenidos respecto al estilo de aprendizaje reflexivo, esto por medio de dos figuras y una tabla que se detallan a continuación.

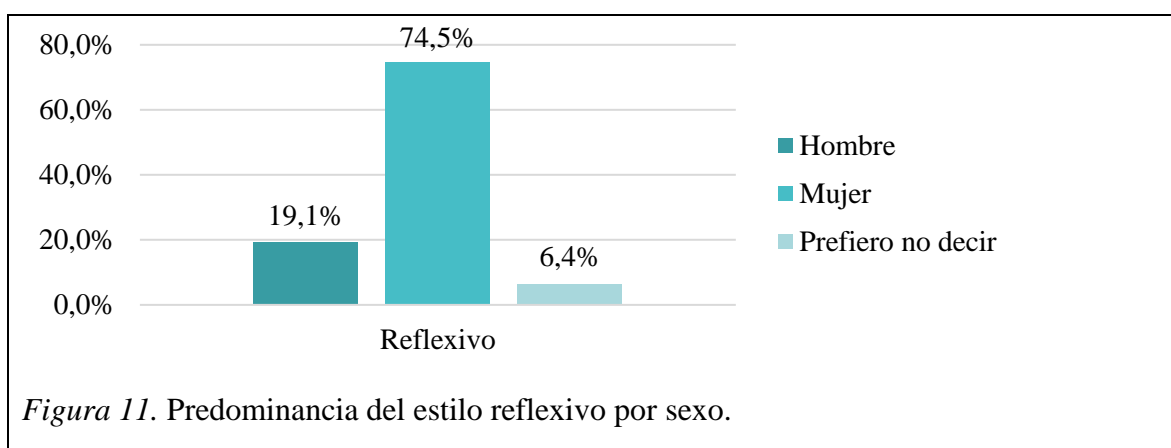


En el caso de la figura 10, se puede observar que el estilo de aprendizaje reflexivo posee porcentajes muy homogéneos entre los resultados de los tres centros diurnos del cantón de Heredia, siendo este estilo el que predomina en las personas adultas mayores de este cantón. La mayor predominancia está en el centro diurno Los Lagos, con un 36,2%, seguido del centro diurno Casa de los abuelos, con un 34% y con el porcentaje más bajo, el centro diurno Asociación Pro-Atención de ancianos de Heredia, en donde se demuestra que el 29,8% prefieren este estilo de aprendizaje, lo anterior deja en evidencia que a las PAM les gusta observar desde la soledad y realizar sus análisis desde diferentes puntos de vista para posteriormente brindar conclusiones.

De acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (2016), el aprendizaje y la educación de adultos mayores es un componente básico del aprendizaje a lo largo de toda la vida, comprende todas las formas de educación y aprendizaje, es decir, los procesos educativos formales y no formales, cuya finalidad es lograr que todos los adultos participen en sus sociedades y enriquezcan sus capacidades para la vida,

tanto en provecho propio como en el de sus comunidades, el aprendizaje y la educación de la PAM, supone actividades y procesos constantes de adquisición, reconocimiento, intercambio y adaptación de sus capacidades.

En concordancia a lo anterior, es importante señalar que la persona aprende a lo largo de toda la vida y este aprendizaje se vuelve un componente esencial para la autorrealización y construcción del proyecto de vida de la persona adulta mayor, ha quedado evidenciado que la persona nunca deja de aprender, lo que se hace importante y necesario es facilitar el proceso de aprendizaje según las capacidades y preferencias de la persona aprendiz.



En la figura 11 se evidencia que el estilo de aprendizaje reflexivo sobresale en el sexo femenino, siendo un 74,5% de las mujeres que asisten a los centros diurnos del cantón central de Heredia, quienes prefieren lo reflexivo, seguido por un 19,1% de los hombres y de un 6,4% de personas que prefirieron no decir cuál es su sexo.

Tabla 7

*Respuestas con predominancia de ítems del estilo reflexivo*

Ítem	Fi	Fr%
20. Soy cauteloso/a la hora de sacar conclusiones.	73	99%
6. Disfruto cuando tengo tiempo para preparar mi trabajo y realizarlo a conciencia.	72	97%
22. Prefiero oír las opiniones de los demás antes de exponer la mía.	71	96%

Para concluir con el análisis del cuarto objetivo específico, se hace importante tener en cuenta los datos de la tabla 7, en la que se puede observar que tres ítems que miden el estilo reflexivo son los que obtuvieron mayores porcentajes con respuestas afirmativas, siendo la pregunta veinte con un 99%, el ítem seis con un 97% y el veintidós con un 96%. Lo que deja en evidencia que las PAM que aprenden desde lo reflexivo son cautelosas para sacar conclusiones, les gusta hacer su trabajo con tiempo y les gusta escuchar opiniones antes de brindar la suya.

El proceso investigativo permitió reconocer que la población de PAM tiene como estilo de aprendizaje predominante, el estilo reflexivo, esto significa que son personas más analíticas, observadoras, pacientes y cuidadosas.

Alonso, Gallego y Honey (2007), autores del cuestionario CHAEA, en su libro *Los Estilos de Aprendizaje: Procedimientos de diagnóstico y mejora*, mencionan que todas las personas tienen preferencia en diferentes estilos de aprendizaje y que puede predominar uno o varios estilos más que los otros. Por lo anterior, es que se evidencia que el conocer con cuál estilo de aprendizaje se identifica la población adulta mayor, permite que quienes vayan a trabajar con la PAM enfoquen las actividades en una misma línea, considerando las características de los estilos de aprendizaje y de la población, lo que permite que estas personas mayores continúen aprendiendo según sus capacidades, que son muchas.

En esta misma línea de ideas, es importante dar un aporte como profesionales en Orientación e investigadoras, ya que se hace necesario explicar dónde y cómo la Orientación tiene su espacio en el proceso investigativo de este TFG, tomando en cuenta que el ser humano está en constante evolución, es donde como profesionales se hace necesario el acompañamiento a la persona a lo largo todo su ciclo vital.

La disciplina de Orientación tiene una visión educativa, reconociendo la experiencia como elemento esencial para la introspección y el autoaprendizaje, el cual se da durante todo el ciclo vital, ya que se trata no solo de tener experiencias sino de vivirlas para así asimilarlas e incorporarlas a la vida y las tareas diarias, Villarreal (2020).

De la mano con lo anterior, es fundamental tener en cuenta el concepto de ser humano desde la disciplina de Orientación, en el que se visualiza y entiende a la persona como un todo, un ser integral conformado por diversas áreas, las mismas están en un constante cambio a lo largo de las diferentes etapas de vida.

Desde Orientación se acompaña a la persona con la intención de buscar su bienestar, como profesionales se contribuye en el crecimiento de la persona, facilitando herramientas para

que pueda tomar sus propias decisiones desde la libertad con responsabilidad, en el ámbito personal, emocional, social, cultural, moral, académico y profesional. Que la persona orientada pueda potenciar sus habilidades, es parte fundamental para la construcción de su proyecto y sentido de vida, así como de su proceso de autorrealización.

A partir de lo mencionado anteriormente y enfocadas en una población que crece día con día, tal como lo es las personas adultas mayores, se hace notar que la educación y autoeducación en la PAM es parte de un proceso que le permitirá adaptarse a nuevas condiciones, considerando que esto logrará retardar los efectos del envejecimiento y le ayudará a la persona a mantenerse en condiciones óptimas (González, 2018).

Considerando lo antes expuesto, es que se puede hacer relación en cómo las PAM participantes de la investigación tienen como preferencia el estilo de aprendizaje reflexivo y por ello sacan provecho de la experiencia adquirida tras su historia de vida y transformando estas en aprendizajes significativos, tal como se puede observar en la tabla 7, las PAM tienden a ser personas cautelosas, disfrutando de realizar sus tareas diarias a conciencia, así como también prefieren escuchar las opiniones de los demás individuos antes de dar la suya.

La persona aprende a lo largo de toda su vida, lo que favorece en la persona adulta mayor su proceso de envejecimiento, así como otras áreas que le conforman, tal como la vocacional, la educativa y la personal-social, estas anteriores contribuyendo a su bienestar integral y su envejecimiento activo.

Siendo el área educativa una parte fundamental en el desarrollo de todas las personas a lo largo de todo su ciclo vital, se hace importante reconocer cuál es la forma más fácil de que la persona aprenda, en el caso de la población adulta mayor, el reconocimiento de sus características y preferencias va a permitir a la PAM adquirir y construir aprendizajes significativos, tanto en contexto formales como no formales.

El cuestionario aplicado a la población participante que asiste a los tres centros diurnos del cantón central de Heredia, permitió conocer esas características que ellos y ellas tienen, de esta manera se destaca que el 63,5% de la población se identifica con el estilo de aprendizaje reflexivo como su primera opción de preferencia, esto significa que cuentan con el tiempo necesario para planificar y pensar las cosas, al igual que el gusto por escuchar paciente las indicaciones de un trabajo o proyecto, características propias de este estilo.

Tal como menciona González (2018), es necesario facilitar a la PAM recursos para su desarrollo intelectual y emocional, de esta forma se pueden conocer mejor las características de la población y así lograr relaciones más positivas en el ambiente inmediato que les rodea,

esto con la intención de lograr que estos recursos sean eficientes y efectivos, además se deben considerar sus gustos y preferencias a la hora de adquirir aprendizajes.

Como se nota en la tabla 5, en relación con el estilo pragmático, las personas que prefieren este estilo creen importante que las cosas funcionen, les gusta lo realista y lo concreto, lo que se debe considerar en los procesos de aprendizaje formal y no formal, con la intención de que estos estén orientados hacia las preferencias de las PAM. Es por lo antes mencionado que se hace importante promover TFG enfocados en el área educativa con población adulta mayor, desde una perspectiva orientadora, velando siempre por la integralidad del ser humano en todas las áreas que les conforman.

Las personas adultas mayores siguen siendo productivas, conservan sus capacidades físicas y cognitivas, lo que les permite continuar con su proceso formativo y de aprendizaje, es tarea de los y las profesionales que trabajan con esta población el adaptar sus estrategias según las necesidades de la PAM. Según Jara (2007) el envejecimiento cognitivo es diferente en todos los seres humanos ya que depende de diferentes factores que inciden en el estilo de vida de cada persona, esto se ve reflejado en los resultados del instrumento ya que no toda la población coincide con el mismo estilo de aprendizaje preferente.

Si bien, con la aplicación del instrumento se buscó dar respuesta a la pregunta de investigación y conocer el estilo de aprendizaje con mayor predominancia en la PAM, es importante considerar, en el caso del estilo pragmático, es el que tiene menores índices de preferencia, con un 4,1% en mujeres y hombres, tanto, se podría evidenciar que el envejecimiento cognitivo es diferente para todas las personas, aunque se desenvuelven en un mismo contexto, ver figura 3.

Como ya antes se ha dejado en evidencia, la población adulta mayor del país es el grupo etario con mayor crecimiento, por ende, como profesionales en Orientación se brinda acompañamiento a las personas en sus procesos personales, sociales, educativos y vocacionales, trabajando siempre en función de buscar el desarrollo integral de la persona en las diferentes etapas y circunstancias de vida, brindándoles herramientas de adaptación ante los cambios evolutivos a los que se enfrentan.

La tarea ir más allá de lo tradicional, siempre desde los principios éticos y morales que rigen nuestra profesión, teniendo en cuenta que lo más importante en todo proceso individual o colectivo, es la persona orientada y su bienestar. Aquí se destaca la pregunta 7 (ver tabla 6), en donde un 97% de los participantes respondieron afirmativa a esta pregunta, que se enfoca en el orden de aspectos fundamentales para el bienestar del ser humano y que a gran parte de

la población les gusta seguir, es una pregunta del estilo de aprendizaje teórico, este obtuvo un 14,9% de preferencia en toda la población, siendo el segundo estilo con más predominancia.

Tal como afirma González (2020), la Orientación con la población adulta mayor juega un papel muy importante, ya que busca que la persona se mantenga productiva, se ve a la PAM como un ser humano autónomo, capaz, inteligente, único y diferente, respetando siempre su historia de vida y potenciando su desarrollo personal. Esto se evidencia en la pregunta 14 (ver tabla 3), donde el 99% de los participantes coinciden con que les gusta los retos al hacer cosas nuevas característico del estilo de aprendizaje activo.

La aplicación del instrumento permitió a la PAM hacer una introspección de sus características, gustos y preferencias, lo cual es fundamental en toda etapa de vida.

Teniendo en cuenta los principios de nuestra disciplina en los procesos orientadores, se destaca que el proceso de Orientación en la PAM es una herramienta capaz de posibilitar un cambio de perspectiva acerca de la vejez, (Vega, 2018 citado por González, 2020). Por ello también acompañamos a la persona el proceso transitorio de la jubilación, para que este sea vivido con plenitud, y que la persona se pueda ocupar y aprovechar su tiempo libre realizando actividades de su disfrute que le permitan sentirse útil. Un ejemplo se da en la respuesta 26 (ver tabla 5) donde el 97% coinciden de forma positiva que les gusta ser parte de un grupo y poder apoyar ideas que se plantean.

La Orientación forma parte importante en el ámbito educativo en todas las etapas del ciclo vital del ser humano, ya que, sin importar la edad el aprendizaje se dará a lo largo de la vida y contar con la ayuda de personas profesionales que pueda guiar en estos procesos es indispensable, esto de acuerdo con las características y necesidades individuales de las PAM.

Las personas profesionales en Orientación son guía y acompañamiento para que la persona adulta mayor redescubra su sentido de vida, brindando herramientas a la persona para tomar sus decisiones con libertad y responsabilidad, buscando siempre su beneficio en pro de su calidad de vida y su bienestar integral.

## Capítulo V

### Conclusiones

Se presentan las conclusiones de la investigación con base en los cuatro objetivos específicos, dando así respuesta a la pregunta de investigación, ¿Cuáles son los estilos de aprendizaje predominantes en las personas adultas mayores que asisten a centros diurnos del cantón central de Heredia?, lo que permite reconocer el estilo de aprendizaje que predomina en la población estudiada, lo que facilita guiar los procesos de aprendizaje de forma más específica.

- **Identificar el tipo de aprendizaje que predomina en la PAM según su participación activa.**

En relación con el estilo de aprendizaje activo, según los resultados de la investigación se denota que un 13,5% de las PAM que asiste a los 3 centros diurnos del cantón central de Heredia, lo identifica como preferente.

Se concluye que al ser un estilo que demanda un aprendizaje más de competencia, de intervención activa, de asumir riesgos ante situaciones adversas y diversas, solo un bajo porcentaje de la población participante se identifican con este.

- **Determinar en la PAM el estilo de aprendizaje con base en sus habilidades prácticas.**

Se concluye que de la población adulta mayor participante de la investigación, solo un 8,1% muestran mayor afinidad de aprender desde el estilo pragmático, ya que prefieren lo concreto.

Por otra parte, se evidencia que las PAM de los 3 centros diurnos del cantón de Heredia, evitan tener que elaborar planes de acción, concentrarse en cuestiones muy prácticas o tener que recibir muchas indicaciones a la hora de realizar un trabajo.

- **Reconocer el estilo de aprendizaje de la PAM basados en sus capacidades analíticas y de planificación**

Como resultado de la investigación se evidencia que el estilo de aprendizaje teórico tiene un 14,9% de predominio en la población participante de los 3 centros diurnos, siendo Los Lagos el centro donde más prefieren las PAM este estilo.

Los porcentajes evidencian que las personas adultas mayores no se sienten del todo bien con tener que estar en situaciones que requieren de mucha planificación, es decir, actividades o proyectos muy estructurados.

Las PAM prefieren las situaciones menos analíticas y complejas, así como las circunstancias en donde no se sientan presionados, se evidencia que el porcentaje de la población que elige lo analítico es bajo.

- **Determinar las características reflexivas, de observación e introspección que prevalecen en el estilo de aprendizaje de la PAM**

El estilo de aprendizaje reflexivo es el que predomina en las PAM de los 3 centros diurnos del cantón central de Heredia, ya que un 63,5% de la población participante, tiene como predominante este estilo.

Se puede decir que las personas adultas mayores de los 3 centros diurnos de la investigación, les gusta observar, trabajar sin presiones, pensar antes de decir las cosas, escuchar y tener el tiempo de poder analizar.

Se puede concluir que la población participante de los centros diurnos donde se realizó este trabajo investigativo tiene preferencia por los cuatro estilos de aprendizaje que se plantearon, en algunos se muestra mayor predominancia que en otros, esto nos da respuesta a la pregunta de investigación planteada ¿Cuáles son los estilos de aprendizaje predominantes en las personas adultas mayores que asisten a centros diurnos del cantón central de Heredia? En concreto, el estilo reflexivo con una predominancia de un 63,5%, seguido por el estilo teórico con un 14,9%, en tercer lugar de preferencia los datos obtenidos indican que es el estilo activo con un 13,5% y el estilo pragmático con 8,1% es el cuarto estilo con menor predominancia en la población participante, estos datos permiten que disciplinas como la Orientación, se enfoquen en esta área educativa y con ello fomentar un envejecimiento activo, ya que independiente de la edad, las personas se pueden identificar con uno o más estilos de aprendizaje, el reconocerlos permite que la forma de aprender de cada individuo sea más satisfactoria.

Este trabajo de investigación aporta a la disciplina de Orientación bases para futuros trabajos en el ámbito educativo con las PAM, tomando en cuenta que esta población va en crecimiento, es fundamental que las personas profesionales de distintas áreas o disciplinas conozcan las capacidades de la población para potenciar su proceso de envejecimiento, considerando que las PAM cuentan con las competencias para seguir aprendiendo, solamente es necesario que se adapten los procesos de aprendizaje según sus necesidades y preferencias.

## Capítulo VI

### Recomendaciones

En este apartado se presentan recomendaciones que nacen a partir del proceso investigativo, las mismas están redactadas en función de cada uno de los objetivos. Se han dirigido a los centros diurnos, a las personas profesionales en Orientación, a la División de Educación para el Trabajo como instancia formadora, así como a las personas facilitadoras de procesos de aprendizaje en la PAM, tanto en contextos formales como no formales.

- **Identificar el tipo de aprendizaje que predomina en la PAM según su participación activa.**

En este primer objetivo, se recomienda a las personas encargadas de los centros diurnos fomentar actividades que contribuyan a que la PAM, se interese más por los retos, la resolución de problemas y la participación en grupos sociales y recreativos.

A los y las profesionales que imparten talleres, sesiones colectivas, procesos de aprendizaje y diferentes actividades a la población adulta mayor, que tomen en cuenta que hay personas que les gusta trabajar en solitario, seguir instrucciones y que estas sean claras, todo lo anterior contribuirá a que las PAM de los centros se interesen por las actividades facilitadas.

- **Determinar en la PAM el estilo de aprendizaje con base en sus habilidades prácticas.**

En relación con este segundo objetivo del TFG, se recomienda que las actividades a realizar con la población que asisten a los centros diurnos no sean de carácter muy práctico, ni trabajos muy técnicos, es decir muy elaborados, tampoco de experimentos complejos.

Tomando en cuenta que este estilo pragmático obtuvo el cuarto lugar en la preferencia de las PAM, se sugiere fomentar el gusto por este estilo, mediante actividades que les permita desarrollar destrezas y sugerir opciones para la elaboración de trabajos.

- **Reconocer el estilo de aprendizaje de la PAM basados en sus capacidades analíticas y de planificación.**

Se recomienda a las personas que son facilitadoras de procesos de aprendizaje con la PAM de los centros diurnos del cantón central de Heredia, considerar que el estilo teórico se ubica en un segundo grado de preferencia por parte de la población, por lo que es importante promover actividades planificadas y que al mismo tiempo tengan una finalidad clara en donde la persona adquiera un aprendizaje y se alcance el objetivo de

la actividad, así como brindar espacios para explorar situaciones, con la posibilidad de cuestionar y obtener preguntas y respuestas.

- **Determinar las características reflexivas, de observación e introspección que prevalecen en el estilo de aprendizaje de la PAM**

A partir de los resultados y de la alta predominancia del estilo reflexivo en la población de los 3 centros diurnos de la investigación, es que se recomienda que tanto las personas que trabajan en estos centros, así como otras personas facilitadoras de procesos de aprendizaje y otras formas de intervención, consideren que a esta población de PAM les gusta prestar atención, trabajar sin limitaciones de tiempo, así como escuchar y observar, realizar análisis para llegar a conclusiones y tomar sus decisiones, al igual que trabajar con dedicación disfrutando del aquí y el ahora.

Para finalizar este capítulo de recomendaciones, es de suma importancia para la Orientación tener un espacio dentro de los centros diurnos, ya que en el trabajo realizado se ve la necesidad de una persona profesional de esta disciplina, dado que en algunos casos se desconoce las funciones y los alcances de la Orientación en estos centros con las PAM.

Se recomienda a las y los profesionales en Orientación que asisten a los centros diurnos, elaborar talleres, charlas y otros procesos de intervención que permitan a la población el fortalecimiento de sus habilidades y capacidades, así como otras investigaciones en diversas temáticas, con el propósito de nutrir el conocimiento de este grupo etario, promoviendo así el envejecimiento activo.

A la División de Educación para el Trabajo como instancia formadora de personas profesionales en Orientación de la Universidad Nacional, se recomienda promover el trabajo de campo, la investigación, así como pasantías que desde los diferentes cursos que se imparten en la carrera permitan a las personas estudiantes adquirir experiencias con este grupo etario.

## Capítulo VII

### Referencias

- Aguilar, N. (2021). Gerontagogía como vía para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores desde un enfoque histórico cultural. *Revista Conexión*. (28). 47-58. Recuperado de: <http://aliatuniversidades.com.mx/conexxion/wp-content/uploads/2016/09/Art4C-28.pdf>
- Alfaro Vargas, N. y Espinoza Herrera, R. (2021). Adultos mayores en Costa Rica: Una aproximación a las percepciones sobre su Calidad de Vida. *Revista ABRA*, 41 (63), 99-123. Recuperado de: <https://doi.org/10.15359/abra.41-63.5>
- Alonso, C., Gallego, G. y Honey, P. (2007). *Los Estilos de Aprendizaje: Procedimientos de diagnóstico y mejora*. Ediciones Mensajero. Recuperado de: [https://www.researchgate.net/profile/Domingo-Gallego/publication/311452891\\_Los\\_Estilos\\_de\\_Aprendizaje\\_Procedimientos\\_de\\_diagnostico\\_y\\_mejora/links/5847158708ae8e63e6308a5d/Los-Estilos-de-Aprendizaje-Procedimientos-de-diagnostico-y-mejora.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Domingo-Gallego/publication/311452891_Los_Estilos_de_Aprendizaje_Procedimientos_de_diagnostico_y_mejora/links/5847158708ae8e63e6308a5d/Los-Estilos-de-Aprendizaje-Procedimientos-de-diagnostico-y-mejora.pdf)
- Ángeles Ángeles, F. (2016). ¿Por qué es importante el uso de Excel?. *Con-Ciencia Boletín Científico De La Escuela Preparatoria*, 3(5). Recuperado de: <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/prepa3/article/view/1717>
- Arnal, J., Rincón, D. D., & Latorre, A. (1992). *Investigación Educativa. Fundamentos y metodologías*. Editorial Labor, S.A. Recuperado de: <https://www.icmujeres.gob.mx/wp-content/uploads/2020/05/InvestigacionEducativa.pdf>
- Benet, A. S. (2003). *Los centros de día para personas mayores*. Universitat de Lleida. Recuperado de: [https://books.google.co.cr/books?id=k2X3Y5HckfgC&printsec=frontcover&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.cr/books?id=k2X3Y5HckfgC&printsec=frontcover&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
- Bermúdez Rubio, D., Cuenca Rivera, P. E., García Murillo, P. G., Gutiérrez Gómez, G. y Portela Ramírez, A. J. (2021). Sugerencias para escribir análisis de resultados, conclusiones y recomendaciones en tesis y trabajos de grado. *Revista digital CITAS*, 7(1). Recuperado de: <https://doi.org/10.15332/24224529.6608>
- Cárdenas, J. (2018). *Manual de Curso. Investigación Cuantitativa*. Programa de Posgrado en Desarrollo Sostenible y Desigualdades Sociales en la Región Andina.

- [https://refubium.fu-berlin.de/bitstream/handle/fub188/22407/Manual\\_Cardenas\\_Investigaci%  
c3%b3n.pdf?sequence=5&isAllowed=y](https://refubium.fu-berlin.de/bitstream/handle/fub188/22407/Manual_Cardenas_Investigaci%c3%b3n.pdf?sequence=5&isAllowed=y)
- Casasola-Rivera, W. (2023). Hoy en el TEC. *Educación y funcionalidad social de las personas adultas mayores: hacia una neuropsicoandragogía integradora*. Obtenido de: <https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/2023/06/09/educacion-funcionalidad-social-personas-adultas-mayores-neuropsicoandragogia-integradora>
- Cisterna Zenteno, C. y Díaz Larenas, C. (2022). Estilos de aprendizaje predominantes en adultos mayores: una primera aproximación. *Perspectiva Educacional*, 61(1), 181-195. Recuperado de: <https://dx.doi.org/10.4151/07189729-vol.61-iss.1-art.1237>
- Colegio de Profesionales en Orientación. (2012). Colegio de Profesionales en Orientación. *Código de ética CPO*. Recuperado de: [https://www.cpocr.org/wp-content/uploads/2012/10/C%  
C3%93DIGO-DE-%  
C3%89TICA-CPO-5-nov-12.pdf](https://www.cpocr.org/wp-content/uploads/2012/10/C%<br/>C3%93DIGO-DE-%<br/>C3%89TICA-CPO-5-nov-12.pdf)
- Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor. (2015). *Construyendo Lazos de Solidaridad*. Recuperado de: [https://fodesaf.go.cr/prog\\_soc\\_selectivos/programacion\\_anual/fichas\\_cronogramas/2015/fichas/Ficha%  
20descriptiva%  
20CONAPAM%  
202015.pdf](https://fodesaf.go.cr/prog_soc_selectivos/programacion_anual/fichas_cronogramas/2015/fichas/Ficha%<br/>20descriptiva%<br/>20CONAPAM%<br/>202015.pdf)
- Czaja, S. J., Boot, W. R., Charness, N., & Rogers, W. A. (2019). *Designing for older adults: Principles and creative human factors approaches*. CRC press. Recuperado de: [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=PuiIDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=older+adults&ots=Od6oy6sDcF&sig=-0WHTgCdAILXgBTs6EK37SZtlkQ#v=onepage&q=older%  
20adults&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=PuiIDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=older+adults&ots=Od6oy6sDcF&sig=-0WHTgCdAILXgBTs6EK37SZtlkQ#v=onepage&q=older%<br/>20adults&f=false)
- De Franco, M. F. & Solórzano, J. L. V. (2020). Paradigmas, enfoques y métodos de investigación: análisis teórico. *Mundo Recursivo*, 3(1), 1-24. Recuperado de: <https://atlantic.edu.ec/ojs/index.php/mundor/article/view/38>
- Domínguez, I. H., Pacheco, N. S. H., & González, S. H. (2018). *Inducción a la validez y confiabilidad de instrumentos de medición en estudios de opinión*. Recuperado de: <https://acortar.link/QIEBnq>
- Domínguez, Y. S. (2007). El análisis de información y las investigaciones cuantitativa y cualitativa. *Revista Cubana de salud pública*, 33(3), 0-11. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/214/21433320.pdf>
- Durán Azofeifa, C. y Gómez Leiva, M. M. (2021). *Análisis del proceso de desarrollo vocacional a partir de la perspectiva de las personas adultas mayores en su etapa del*

- ciclo vital*. [Tesis de licenciatura]. Universidad Nacional de Costa Rica. Recuperado de: <https://repositorio.una.ac.cr/handle/11056/22542>
- Escorza, Y. H. y Aradillas, A. L. S. (2020). *Teorías del aprendizaje en el contexto educativo*. Editorial Digital del Tecnológico de Monterrey. Recuperado de: <https://books.google.co.cr/books?hl=es&lr=&id=5-LuDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT7&dq=teor%C3%ADa+del+aprendizaje+social+de+bandura+libros+&ots=CCz6pFVvLA&sig=UZA3u7rGJdcjUZhuNj9dormFVXs#v=onepage&q=teor%C3%ADa%20del%20aprendizaje%20social%20de%20bandura%20&f=false>
- Espinoza, E. y Serrano, O. (2019). Estilos de aprendizaje. Aplicación del Cuestionario Honey-Alonso en estudiantes de la Universidad Técnica de Machala, Ecuador. *Revista Espacios*, 40(23), 4-13. Recuperado de: <https://www.revistaespacios.com/a19v40n23/a19v40n23p04.pdf>
- Fadiman, J. (2010). *Teorías de la personalidad*. (Cap. 6). México: Alfaomega.
- Frías, C. (2015). La Orientación como disciplina y profesión. En A. Mata (Ed.) *El desarrollo Teórico de la Orientación. Un aporte de la Universidad de Costa Rica*. (pp. 15 – 50). San José, Costa Rica: Universidad de Costa Rica.
- García-allen, J. (2016). Los 13 estilos de aprendizaje: Una clasificación con los tipos de aprendizaje y las características de cada uno. *Psicología y Mente*. Recuperado de: <https://psicologiymente.com/desarrollo/tipos-de-aprendizaje>
- Giacoman, C., Funes, D., Guzmán, L. y Montiel, T. (2011). Depresión y escolaridad en adultos mayores. *Diálogos sobre educación*, 2(2), 1-11. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=553457068005>
- González, H. (2020) *Importancia de la orientación gerontológica para fortalecer la calidad de vida en personas adultas mayores del Sector A, la Lameda 2020*. [Tesis de licenciatura]. Universidad Especializada de las Américas. Recuperado de: [http://repositorio2.udelas.ac.pa/bitstream/handle/123456789/414/Heidy\\_Gonzalez.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio2.udelas.ac.pa/bitstream/handle/123456789/414/Heidy_Gonzalez.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- González Terán, V. R. (2018). Educación del adulto mayor para enfrentar limitaciones derivadas del envejecimiento. *Transformación*, 14(1), 70-80. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2077-29552018000100007&script=sci\\_arttext&tlng=en](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2077-29552018000100007&script=sci_arttext&tlng=en)

- González, M., Rubio, M. y Grasso, L. (2018). Evaluación del potencial de aprendizaje en adultos mayores: influencia de la mediación en una prueba de memoria. *Ciencias Psicológicas*, 12(2), 215-222. Recuperado de: <https://doi.org/10.22235/cp.v12i2.1684>
- González-Benito, A. (2018). Revisión teórica de los modelos de orientación educativa. *RECIE. Revista Caribeña De Investigación Educativa*, 2(2), 43-60. Recuperado de: <https://doi.org/10.32541/recie.2018.v2i2.pp43-60>
- Hernández, R., Baptista, P. y Fernández, C. (2014). *Metodología de la Investigación*. Sexta edición. Editorial. México, DF: Mc Graw Hill.
- Hernández, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio P. (2010). *Metodología de la Investigación*. Quinta edición. México: Mac Graw – Hill.
- Hernández-Sampieri, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la Investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mc Graw Hill.
- Hincapié, J. (2017). Elementos ontológicos, epistemológicos y metodológicos para la construcción de un marco teórico de estudio de los activos intangibles. *Revista Cuadernos de Contabilidad*, 18(45). Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/cuco/v18n45/0123-1472-cuco-18-45-00086.pdf>
- Ibarrola, B. (2014). *Aprendizaje emocionante: neurociencia para el aula* (Vol. 5). Ediciones SM España.
- Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. (2021). *Encuesta Nacional de Hogares*. Recuperado de: <https://www.inec.cr/social/poblacion-adulta-mayor>
- Jara Madrigal, M. (2007). La estimulación cognitiva en personas adultas mayores. *Revista cúpula*, 11, 4-14. <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v22n2/art1.pdf>
- Jaramillo, L. 2003. ¿Qué es epistemología? *Cinta moebio*, (18), 174-178. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/101/10101802.pdf>
- Lepe-Martínez, N., Cancino-Durán, F., Tapia-Valdés, F., Zambrano-Flores, P., Muñoz-Veloso, P., Martínez, G. S. y Ramos-Galarza, C. (2020). Desempeño en funciones ejecutivas de adultos mayores: Relación con su autonomía y calidad de vida. *Revista Ecuatoriana de Neurología*, 29(1), 92-103. [http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?pid=S2631-25812020000100092&script=sci\\_arttext](http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?pid=S2631-25812020000100092&script=sci_arttext)
- López, H. G. y Zuluaga, C. L. G. (2016). El modelo de aprendizaje experiencial como alternativa para mejorar el proceso de aprendizaje en el aula. *Ánfora: Revista Científica de la Universidad Autónoma de Manizales*, 23(41), 37-54. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/3578/357848839002.pdf>

- López, M. S. F. (2017). Evaluación y aprendizaje. *MarcoELE: Revista de Didáctica Español Lengua Extranjera*, (24), 1-43. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6145807>
- Machado, C. y Laffin, M. (2022). A relação com o saber e o empoderamento de idosos em processos de escolarização. *Educar Em Revista*, 38. Recuperado de: <https://doi.org/10.1590/0104-4060.82053>
- Manjón Ruiz, J. (2009). La axiología y su relación con la educación. *Cuestiones Pedagógicas. Revista De Ciencias De La Educación*, (12). Recuperado de: <https://revistascientificas.us.es/index.php/Cuestiones-Pedagogicas/article/view/1023>
- Mateu, K. A., Guzmán, M. de los Ángeles A. y Jiménez, L. F. H. (2014). Función ejecutiva en adultos mayores con patologías asociadas a la evolución del deterioro cognitivo. *Neuropsicología Latinoamericana*, 6(2). Recuperado de: [https://www.neuropsicolatina.org/index.php/Neuropsicologia\\_Latinoamericana/article/view/180](https://www.neuropsicolatina.org/index.php/Neuropsicologia_Latinoamericana/article/view/180)
- Matienco, R. (2020). Evolución de la teoría del aprendizaje significativo y su aplicación en la educación superior. *Dialektika: Revista de investigación filosófica y teoría social*, 2(3), 17-26. Recuperado de: <https://journal.dialektika.org/ojs/index.php/logos/article/view/15>
- Medina (2018). *Estilos de aprendizaje y hábitos para el estudio*. Universidad Autónoma de Aguascalientes. Recuperado de: <https://www.uaa.mx/portal/wp-content/uploads/2018/02/26-1.pdf>
- Mejía-Rivas, J. (2022). Los paradigmas en la investigación científica. *Revista Ciencia Agraria*, 1(3), 7-14. Recuperado de: <http://cienciaagraria.com/index.php/rca/article/view/10>
- Méndez, N., Rodríguez, P. y Ospina, A. (2018). Recomendación de Estrategias de Aprendizaje Personalizadas Basadas en el Test de CHAEA. *Scientia et Technica*, 23(2). 222-229. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6643338>
- Mendizábal, M. R. L. (2018). Envejecimiento activo: un cambio de paradigma sobre el envejecimiento y la vejez. *Aula abierta*, 47(1), 45-54. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6292831>
- Millán, J. (2006). Gerontología y Geriatria. En Millán Calenti, J. (Ed.), *Principios de geriatría y gerontología*. (Pp 3-20). España. McGraw-HILL.

- Mogollón, E. (2012). Una perspectiva integral del adulto mayor en el contexto de la educación. *Revista Interamericana de Educación de Adultos*, 34(1),56-74. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=457545090005>
- Molina-Luque, F., Casado Gual, N. y Sanvicen-Torné, P. (2018). Mujeres mayores también activas, creativas y fuertes: modelos para romper estereotipos. *Revista Prisma Social*, (21), 43–74. Recuperado a partir de <https://revistaprismasocial.es/article/view/2438>
- Morales, J. (2020). El rol del orientador como agente dinamizador del escenario educativo y social. *Revista Innovaciones Educativas*, 22(32), 184-198. Recuperado de: [https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S2215-41322020000100184&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S2215-41322020000100184&script=sci_arttext)
- Moreira, M. A. (2012). ¿Al final, qué es aprendizaje significativo?. *Revista Currículum*, 25, 29-56. Recuperado de: <https://riull.ull.es/xmlui/handle/915/10652>
- Naciones Unidas. (2019). *Envejecimiento*. Recuperado de <https://www.un.org/es/global-issues/ageing>
- Naranjo, M.L. (2016). *Enfoques humanístico-existenciales y un modelo ecléctico*. (3ª reimp.). San José: Editorial Universidad de Costa Rica.
- OMS (2002). *Active ageing: A policy framework*. Organización Mundial de la Salud.
- Ortega López, E. (2013). Modificación y aplicación del cuestionario Honey Alonso sobre estilos de aprendizaje (CHAEA), en una muestra de alumnos de la carrera de QFB de la FES Zaragoza. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Nacional Autónoma de México. México. Recuperado de: <https://repositorio.unam.mx/contenidos/109726>
- Papalia, D., Feldman, R. y Martorell G. (2012). *Desarrollo Humano*. México: McGraw-Hill.
- Pinazo y Sánchez, C. (2003) Gerontología. España: Pearson.
- Pocinho, R., Lacerda, J. y Santos, G. (2015). Perceções e ajustamentos dos Professores de Universidades Seniores nos contextos educacionais com pessoas idosas em Portugal. *Sinética*, (45), 1-16. Recuperado de: <https://sinectica.iteso.mx/index.php/SINECTICA/article/view/308/301>
- Ramos, C. A. (2015). Los paradigmas de la investigación científica. *Avances en psicología*, 23(1), 9-17. Recuperado de: <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/167/159>
- Rodríguez-Rey, R. y Cantero-García, M. (2020). Albert Bandura: Impacto en la educación de la teoría cognitiva social del aprendizaje. *Padres Y Maestros*, (384), 72–76. Recuperado de: <https://doi.org/10.14422/pym.i384.y2020.011>

- Ruiz Ospino, E. y Sánchez Fontalvo, I. (2019). *Qué piensan los profesores universitarios de los estilos de aprendizaje*. Ediciones Unimagdalena. Recuperado de: <https://www.digitaliapublishing.com/a/59702>
- Sáez López, J. (2018). *Estilos de aprendizaje y métodos de enseñanza*. Editorial UNED. Recuperado de: <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=fGVgDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=tipos+de++Estilos+de+aprendizaje+&ots=fSJ4JSiB94&sig=OgOLtzABDSK5OAEIVzk0x7SE8wE#v=onepage&q=tipos%20de%20%20Estilos%20de%20aprendizaje&f=false>
- Salgado Escalona, M., Matos Laffita, D., Castillo Pérez, Y. y Cardero Leyva, D. (2017). Evaluation of functional indicators associated with creativity in elderly. *MEDISAN*, 21(11), 3136-3144. Recuperado de: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30192017001100001&lng=es&tlng=en](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192017001100001&lng=es&tlng=en)
- Sánchez Martínez, E. (2001). La necesidad de confrontación para el enriquecimiento mutuo entre la Gerontología Educativa y la Gerontagogía. *Pedagogía social: revista interuniversitaria*, (8), 135-159. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1079208>
- Sánchez, C. (2000). *Gerontología social*. Buenos Aires.
- Schunk, D. H. (1998). *Teorías Del Aprendizaje*. Pearson educación. Recuperado de: [https://www.google.co.cr/books/edition/Teorias\\_Del\\_Aprendizaje\\_Hispa/4etf9ND6JU8C?hl=es&gbpv=1&dq=garner+que+es+un+estilo+de+aprendizaje&pg=PA443&printsec=frontcover](https://www.google.co.cr/books/edition/Teorias_Del_Aprendizaje_Hispa/4etf9ND6JU8C?hl=es&gbpv=1&dq=garner+que+es+un+estilo+de+aprendizaje&pg=PA443&printsec=frontcover)
- Sistema Costarricense de información Jurídica. (2001). *Sistema Costarricense de información Jurídica*. Recuperado de: [http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm\\_articulo.aspx?param1=NRA&nValor1=1&nValor2=46801&nValor3=89001&nValor5=3](http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_articulo.aspx?param1=NRA&nValor1=1&nValor2=46801&nValor3=89001&nValor5=3)
- Sistema Costarricense de información Jurídica. (2002). *Sistema Costarricense de información Jurídica*. Recuperado de: [http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm\\_texto\\_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=48479&nValor3=51657&strTipM=TC](http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=48479&nValor3=51657&strTipM=TC)
- Tigse Parreño, C. M. (2018). El constructivismo, según bases teóricas de César Coll. *Revista andina de educación*, 2(1), 25-28.

[http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?pid=S263128162018000200025&script=sci\\_arttext](http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?pid=S263128162018000200025&script=sci_arttext)

- Umaña-Barboza, S. (2014). *Centro diurno para la atención de la persona adulta mayor en San Isidro de Vázquez de Coronado*. [Tesis de licenciatura]. Instituto Tecnológico de Costa Rica. Recuperado de: <https://hdl.handle.net/2238/6977>
- Villar Posada, F., Celdrán Castro, M., Serrat Fernández, R. A. y Cannella, V. (2018). Abordando la diversidad en el envejecimiento activo: Una propuesta de clasificación. *Aula abierta*, 47(1), 55-62. Recuperado de: <https://reunido.uniovi.es/index.php/AA/article/view/12636/11584>
- Villarreal, C. (2020). *La Orientación es Educación Social*. Editorial Edinexo
- Yanez Moretta, P. (2016). El proceso de aprendizaje: fases y elementos fundamentales. *Revista San Gregorio*, (11), 70-81. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5585727>
- Yuni, J. A. y Urbano, C. A. (2005). *Educación de adultos mayores: teoría, investigación e intervenciones*. Editorial Brujas. Recuperado de: [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=BPjSLau0PFgC&oi=fnd&pg=PA20&dq=Gerontagog%C3%ADa+como+v%C3%ADa+para+mejorar+la+calidad+de+vida+de+los+adultos+mayores+desde+un+enfoque+hist%C3%B3rico+cultural&ots=jNi3-5ke8G&sig=blS\\_rUzAkxcFtffFQdyQMV6jYZk#v=onepage&q&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=BPjSLau0PFgC&oi=fnd&pg=PA20&dq=Gerontagog%C3%ADa+como+v%C3%ADa+para+mejorar+la+calidad+de+vida+de+los+adultos+mayores+desde+un+enfoque+hist%C3%B3rico+cultural&ots=jNi3-5ke8G&sig=blS_rUzAkxcFtffFQdyQMV6jYZk#v=onepage&q&f=false)

## *Apéndice*

### *Apéndice A*

Cuestionario HONEY-ALONSO de estilos de aprendizaje (CHAEA).

El siguiente instrumento forma parte de un trabajo final de graduación en la Universidad Nacional de Costa Rica (UNA), para optar por el grado de Licenciatura en Orientación, con el objetivo de *Analizar los estilos de aprendizaje de las personas adultas mayores que asisten a los centros diurnos del cantón central de Heredia*. Su participación es de suma importancia, sus respuestas serán anónimas y los resultados son exclusivos para el análisis de la información recolectada. La duración aproximada para contestar el cuestionario es de 15 minutos, su participación es voluntaria, si le surge alguna duda puede preguntar a las personas investigadoras.

GRACIAS POR SU PARTICIPACIÓN.

#### ***Instrucciones para responder al cuestionario:***

1. Este cuestionario ha sido diseñado para identificar tu estilo preferido de aprendizaje.
2. No hay límite de tiempo para contestar el cuestionario.
3. No hay respuestas correctas o erróneas. Será útil en la medida que seas sincero/a en tus respuestas.
4. Si estás más de acuerdo que en desacuerdo con la sentencia pon un signo más (+), si, por el contrario, estás más en desacuerdo que de acuerdo, pon un signo menos (-).
5. Por favor contesta a todas las preguntas.

Sexo: Hombre \_\_\_\_ Mujer \_\_\_\_ Prefiero no decir \_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_

Centro Diurno al que pertenece: \_\_\_\_\_

1. ( ) Tengo fama de decir lo que pienso claramente y sin rodeos.
2. ( ) Muchas veces actúo sin mirar las consecuencias.
3. ( ) Creo que los formalismos cortan y limitan la actuación libre de las personas.
4. ( ) Creo que lo más importante es que las cosas funcionen.

5. ( ) Procuro estar al tanto de lo que ocurre aquí y ahora.
6. ( ) Disfruto cuando tengo tiempo para preparar mi trabajo y realizarlo a conciencia.
7. ( ) Estoy a gusto siguiendo un orden en las comidas, en el estudio, haciendo ejercicio regularmente.
8. ( ) Cuando escucho una nueva idea enseguida comienzo a pensar cómo ponerla en práctica.
9. ( ) Prefiero las ideas originales y novedosas, aunque no sean prácticas.
10. ( ) Normalmente encajo bien con personas reflexivas, y me cuesta sintonizar con personas demasiado espontáneas, imprevisibles.
11. ( ) Escucho con más frecuencia que hablo.
12. ( ) Prefiero las cosas estructuradas a las desordenadas.
13. ( ) Antes de hacer algo estudio con cuidado sus ventajas e inconvenientes.
14. ( ) Me entusiasmo con el reto de hacer algo nuevo y diferente.
15. ( ) Casi siempre procuro ser coherente con mis criterios y sistemas de valores. Tengo principios y los sigo.
16. ( ) Me disgusta implicarme afectivamente en el ambiente de la escuela. Prefiero mantener relaciones distantes.
17. ( ) Me gustan más las personas realistas y concretas que las teóricas.
18. ( ) Me siento a gusto con personas espontáneas y divertidas.
19. ( ) La mayoría de las veces expreso abiertamente cómo me siento.
20. ( ) Soy cauteloso/a a la hora de sacar conclusiones.
21. ( ) Tiendo a ser perfeccionista.
22. ( ) Prefiero oír las opiniones de los demás antes de exponer la mía.
23. ( ) Me gusta afrontar la vida espontáneamente y no tener que planificar todo previamente.
24. ( ) Juzgo con frecuencia las ideas de los demás por su valor práctico.
25. ( ) Me agobio si me obligan a acelerar mucho el trabajo para cumplir un plazo.
26. ( ) En las reuniones apoyo las ideas prácticas y realistas.
27. ( ) Aporto ideas nuevas y espontáneas en los grupos de discusión.
28. ( ) Pienso que son más consistentes las decisiones fundamentadas en un minucioso análisis que las basadas en la intuición.
29. ( ) Detecto frecuentemente la inconsistencia y puntos débiles en las argumentaciones de los demás.

30. ( ) Creo que es preciso saltarse las normas muchas más veces que cumplirlas.
31. ( ) Prefiero distanciarme de los hechos y observarlos desde otras perspectivas.
32. ( ) Estoy convencido/a que debe imponerse la lógica y el razonamiento.
33. ( ) Me gusta experimentar y aplicar las cosas.
34. ( ) Siempre trato de conseguir conclusiones e ideas claras.
35. ( ) Prefiero discutir cuestiones concretas y no perder el tiempo con pláticas superficiales.
36. ( ) Me impaciento cuando me dan explicaciones irrelevantes e incoherentes.
37. ( ) Hago varios borradores antes de la redacción definitiva de un trabajo.
38. ( ) Soy consciente de que en las discusiones ayudo a mantener a los demás centrados en el tema, evitando divagaciones.
39. ( ) Cuando algo va mal, le quito importancia y trato de hacerlo mejor.
40. ( ) Me gusta sopesar diversas alternativas antes de tomar una decisión.
41. ( ) Con frecuencia miro hacia delante para prever el futuro.
42. ( ) Creo que el fin justifica los medios en muchos casos.
43. ( ) Suelo reflexionar sobre los asuntos y problemas.
44. ( ) Ante los acontecimientos trato de descubrir los principios y teorías en que se basan.
45. ( ) Con tal de conseguir el objetivo que pretendo soy capaz de herir sentimientos ajenos.
46. ( ) No me importa hacer todo lo necesario para que sea efectivo mi trabajo.
47. ( ) Con frecuencia soy una de las personas que más anima las fiestas.
48. ( ) Esquivo los temas subjetivos, ambiguos y poco claros.

## Apéndice B

### Carta de solicitud de inmersión al campo en Asociación Pro-Atención de Ancianos de Heredia



CENTRO DE INVESTIGACIÓN Y DOCENCIA EN EDUCACIÓN  
DIVISIÓN DE EDUCACIÓN PARA EL TRABAJO  
Teléfonos 2277-3766 / 2277-3369 / 2277-3813  
Correo electrónico det@una.cr



7 de noviembre de 2023  
UNA-DET-OFIC-307-2023

Sra. Marta Méndez  
Administradora  
Centro diurno Asociación Pro-Atención de Ancianos de Heredia



Estimada señora:

Respetuosamente, le solicito su aval para que las estudiantes de Licenciatura en Orientación de la Universidad Nacional: Stefanny Diaz Mena, cédula de identidad 1 1758 0291 y Karol Quiros Rojas, cédula de identidad 1 0949 0287; realicen su proceso de Trabajo Final de Graduación en la institución "Asociación Pro-Atención de Ancianos de Heredia".


La investigación para optar por el grado de Licenciatura, tiene como tema "Los estilos de aprendizaje que predominan en las personas adultas mayores que asisten a centros diurnos del cantón central de Heredia"; para esto, se van a aplicar diferentes estrategias para generar datos, que serán posteriormente analizados. La información respectiva será socializada oportunamente a las personas a cargo de la institución.

En el caso de contar con su aval, puede comunicar con las estudiantes, a los teléfonos:

- Karol Quiros Rojas: 8810-7765, correo: carol.quiros.rojas@est.una.ac.cr
- Stefanny Diaz Mena: 8628-1991

Agradezco la gestión respectiva, así como el apoyo que le puedan brindar a las estudiantes.

Atentamente,

 ANA LIDIETH MONTES RODRIGUEZ (FIRMA)  
PERSONA FÍSICA, CFP-01-1006-0248  
Fecha declarada: 07/11/2023 12:51:10 PM

M.Ed. Ana Lidieth Montes Rodríguez  
Subdirectora  
División de Educación para el Trabajo, CIDE



## Apéndice C

### Carta de solicitud de inmersión al campo en Centro Diurno Los Lagos



CENTRO DE INVESTIGACIÓN Y DOCENCIA EN EDUCACIÓN  
DIVISIÓN DE EDUCACIÓN PARA EL TRABAJO  
Teléfonos 2277-3766 / 2277-3369 / 2277-3813  
Correo electrónico det@una.cr



7 de noviembre de 2023  
UNA-DET-OFIC-305-2023



Sra. Jessica Campos Varela  
Administradora  
Centro Diurno Los Lagos



Estimada señora:

Respetuosamente, le solicito su aval para que las estudiantes de Licenciatura en Orientación de la Universidad Nacional, Stefanny Díaz Mena, cédula de identidad 1 1758 0291 y Karol Quirós Rojas, cédula de identidad 1 0949 0287; realicen su proceso de Trabajo Final de Graduación en la institución "Centro Diurno Los Lagos".

La investigación para optar por el grado de Licenciatura tiene como tema "Los estilos de aprendizaje que predominan en las personas adultas mayores que asisten a centros diurnos del cantón central de Heredia"; para esto, se van a aplicar diferentes estrategias para generar datos que serán posteriormente analizados y socializados con las personas a cargo de la institución.

En el caso de contar con su aval, puede comunicarse con las estudiantes, a los teléfonos:

- Karol Quirós Rojas: 8810-7765, correo: carol.quiros.rojas@est.una.ac.cr
- Stefanny Díaz Mena: 8628-1991

Agradezco de antemano la gestión realizada, así como el apoyo que le puedan brindar a las estudiantes.

Atentamente,

UNA  
ANA LIDIETH MONTES RODRIGUEZ (FIRMA)  
PERSONA FÍSICA, CPF-01-1009-0246.  
Fecha declarada: 07/11/2023 12:49:24 PM

M.Ed. Ana Lidieth Montes Rodríguez  
Subdirectora  
División de Educación para el Trabajo, CIDE  
(506) 2277-380.



## Apéndice D

### Carta de solicitud de inmersión al campo en Casa de los abuelos



CENTRO DE INVESTIGACIÓN Y DOCENCIA EN EDUCACIÓN  
DIVISIÓN DE EDUCACIÓN PARA EL TRABAJO  
Teléfonos 2277-3766 / 2277-3369 / 2277-3813  
Correo electrónico det@una.cr



7 de noviembre de 2023  
UNA-DET-OFIC-306-2023



Sra. Amira Bolaños Peinado  
Administradora  
Centro diurno Casa de los abuelos

Estimada señora:

Respetuosamente, le solicito su aval para que las estudiantes de la Licenciatura en Orientación de la Universidad Nacional: Stefanny Díaz Mena, cédula de identidad 1 1758 0291 y Karol Quiros Rojas, cédula de identidad 1 0949 0287; realicen su proceso de Trabajo Final de Graduación en la institución "Casa de los abuelos".


La investigación para optar por el grado de Licenciatura, tiene como tema "Los estilos de aprendizaje que predominan en las personas adultas mayores que asisten a centros diurnos del Cantón Central de Heredia"; para el desarrollo del estudio, se van a aplicar diferentes estrategias para generar información que será posteriormente analizada y socializada con ustedes.

En el caso de contar con su aval, puede comunicarse con las estudiantes, a los teléfonos:

- Karol Quiros Rojas: 8810-7765, correo: carol.quiros.rojas@est.una.ac.cr
- Stefanny Díaz Mena: 8628-1991

De antemano, se agradece la gestión que puedan realizar y el apoyo para las estudiantes.

Atentamente,

 ANA LIDIETH MONTES RODRIGUEZ (FIRMA)  
PERSONA FÍSICA, CPF-01-1009-0248  
Fecha declarada: 07/11/2023 12:50:22 PM



M.Ed. Ana Lidioth Montes Rodríguez  
Subdirectora  
División de Educación para el Trabajo, CIDE

## Apéndice E

## Correo de autorización para el uso del cuestionario CHAEA

Consulta respecto al cuestionario x +

mail.google.com/mail/u/0/#starred/QgrclHshKojKRbGKMbXKQtdDdbXVbwCCRNG

Gmail is:starred

Activo

UNA

Redactar

Mail 3,355

Chat

Destacados

Postpuestos

Enviados

Borradores

Más

Etiquetas +

Domingo J. Gallego <domingo.gallego@gmail.com>  
para mí

8 jun 2023, 5:42

Estimada Stefanny:  
Nos alegra que investigue en Estilos de Aprendizaje. Tiene nuestro permiso para utilizar CHAEA con fines educativos y de investigación.

**Le incluyo algunas sugerencias para investigar sobre la metodología de los Estilos de Aprendizaje**

1. Entre los documentos y libros sobre Estilos de Aprendizaje pensamos que conviene iniciarse leyendo el libro Alonso, C.M., Gallego, D.J., Honey, P. (2012) *Los Estilos de Aprendizaje*. Bilbao: Mensajero, 8ª edición que te ayudará a comprender e interpretar los datos. Le adjunto el libro. En la Bibliografía hay datos de las investigaciones y cuestionarios clásicos para diagnosticar los Estilos de Aprendizaje. Le adjunto el libro, que le puede ayudar en la comprensión e interpretación de los resultados
2. Compruebe con un pequeño grupo que entienden correctamente el significado de cada ítem del cuestionario, por si necesita cambiar alguna palabra.
3. Conviene revisar las tesis defendidas sobre Estilos de Aprendizaje, (TESEO y Biblioteca UNED) varias en la UNED, dirigidas por nosotros, y también en otras universidades y otros profesores.
4. En la Revista de Estilos de Aprendizaje: <http://revistaestilosdeaprendizaje.com/index> tiene 31 números editados, hay muchas investigaciones muy interesantes con Bibliografía actualizada.
5. Es útil revisar los artículos de *Education Resources Information Center, ERIC* sobre Learning Styles. Hay cientos de trabajos sobre Estilos de Aprendizaje. [www.eric.ed.gov](http://www.eric.ed.gov)

Nos encantaría publicar en la Revista de Estilos de Aprendizaje los resultados de su investigación.  
Si necesita algo estamos a su disposición.  
Un saludo

Domingo J. Gallego  
Profesor Emérito Universidad Camilo José Cela  
Académico Director [EBS-Exponential Business School](http://EBS-Exponential Business School)  
Revista de Estilos de Aprendizaje: <http://revistaestilosdeaprendizaje.com>

Buscar

28°C Parc. soleado

12:00 p. m.  
12/04/2024