

DE EDUCACIÓN PARA ADULTOS A EDUCACIÓN PARA PERSONAS MAYORES. UNA EXPERIENCIA DE FORMACIÓN EN PEDAGOGÍA GERONTOLÓGICA.

María Fernanda Marín Duen¹, Raúl Jiménez Guillén².

Resumen

Este artículo presenta la experiencia adquirida en la planificación y el acompañamiento de un taller titulado "La vejez y el cuidado de uno mismo: una mirada filosófica y literaria" con personas mayores en la Universidad para/con Personas Mayores de la Universidad Autónoma de Tlaxcala. El estudio se apoya en un marco de referencia basado en las Convenciones Mundiales sobre Envejecimiento, las Conferencias Regionales Intergubernamentales sobre Envejecimiento en América Latina y el Caribe, y las Conferencias Internacionales de Educación de Adultos. La intervención se realizó en 14 sesiones con un grupo de 26 adultos mayores, y terminó con un ejercicio de reflexión sobre la experiencia en el proceso de formación como pedagoga gerontológica.

Palabra clave:

Envejecimiento poblacional, Educación, Personas mayores, Programas universitarios para personas mayores.

¹Artículo derivado del trabajo de memoria realizado para la obtención del grado de Licenciatura en Pedagogía Gerontológica de la Facultad de Ciencias para el Desarrollo Humano de la Universidad Autónoma de Tlaxcala. mariafernandaduen@gmail.com

²Académico emérito de la Universidad Autónoma de Tlaxcala, Facultad de Ciencias para el Desarrollo Humano. Asesor del trabajo.

Introducción

El envejecimiento de la población es uno de los fenómenos sociodemográficos más relevantes del siglo XXI. La comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL, 2024) define el envejecimiento poblacional como el aumento progresivo de la proporción de personas de 60 años o más en relación con toda la población. Este fenómeno, considerado un logro de la humanidad, también presenta desafíos que requieren nuevas políticas y estrategias para que las personas mayores puedan vivir sus años con salud, seguridad y participación social.

La educación ha sido constantemente vista como una herramienta clave para afrontar estos desafíos del envejecimiento poblacional. Desde la Primera Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento (ONU, 1982) hasta las últimas Conferencias Internacionales de Educación de Adultos (UNESCO, 2022), se ha reconocido que la educación no solo ayuda al desarrollo económico, sino que también es un derecho humano que debe ofrecerse sin discriminación y que desempeña un papel importante en promover un envejecimiento activo y adecuada calidad de vida.

El artículo aquí documenta y analiza la experiencia de intervención educativa en la Universidad para/con Personas Mayores de la Universidad Autónoma de Tlaxcala durante el ciclo otoño 2024, en el taller "La vejez y el cuidado de sí mismo: Una mirada filosófica y literaria". Esta experiencia forma parte del proceso de formación profesional en Licenciatura en Pedagogía Gerontológica y sirve como una práctica sistematizada que busca apoyar el crecimiento en el campo emergente de la educación gerontológica en México.

El objetivo de este trabajo es comprender cómo un programa educativo basado en perspectivas filosóficas y literarias sobre la vejez puede

ayudar a cultivar la sabiduría, la tranquilidad y la plenitud en personas mayores, mientras se reflexiona sobre el aprendizaje y el desarrollo profesional como pedagoga en gerontología.

Antecedentes

El envejecimiento de la población como fenómeno global y regional

La preocupación sobre el envejecimiento de la población empezó a ser más visible en la Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento en Viena, Austria, en 1982. Este reconoció que la longevidad es un logro importante, pero trae desafíos que requieren políticas y acciones nuevas. El Plan de Acción de Viena busca promover políticas y programas que garanticen la seguridad social y económica de las personas mayores, que les permitan contribuir y beneficiarse de la sociedad, además de fomentar la educación, la capacitación y la investigación sobre el envejecimiento a nivel mundial (Plan de Acción Internacional de Viena sobre el Envejecimiento, 1987, p. 2).

La Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento en Madrid, en 2002, introdujo el concepto de "aprendizaje a lo largo de la vida", que complementa el de educación continua, y destaca que, mediante el derecho a la educación y a la capacitación, las personas mayores pueden reintegrarse y participar activamente en la economía, política y comunidad.

A nivel regional, las Conferencias Intergubernamentales sobre el Envejecimiento, organizadas por CEPAL (2003, 2007, 2012, 2017, 2022), han adaptado estas políticas para el contexto latinoamericano. La Primera Conferencia Regional (Santiago, 2003) señala que en América Latina y el Caribe, el envejecimiento tiene características específicas por el impacto de la pobreza, el crecimiento de la economía informal, las tensiones sociales, el bajo desarrollo institucional y la poca cobertura de la seguridad social.

La Declaración de Santiago (CEPAL, 2022) reafirma la importancia de crear sistemas de cuidado para las personas mayores en un enfoque que considere varias dimensiones.

La educación de adultos: de la alfabetización al aprendizaje a lo largo de toda la vida

Las Conferencias Internacionales sobre la Educación de Adultos (CONFINTEA) han cambiado mucho desde su primera edición en 1949. La CONFINTEA I, celebrada en Dinamarca, estableció que la educación de adultos es un derecho fundamental. En ese momento, se enfocó en alfabetización y en la reconstrucción social después de la Segunda Guerra Mundial.

El cambio en las ideas se refleja claramente en la CONFINTEA III (Tokio, 1972), donde se introduce el concepto de "educación permanente" o "educación a lo largo de la vida". Esto significa un proceso continuo que acompaña a las personas en todas las etapas de su vida. Este concepto va más allá de la simple alfabetización y busca responder a una sociedad en constante cambio y con transiciones complejas.

La CONFINTEA VI (Brasil, 2009) refuerza la idea de aprender toda la vida, incluyendo formación formal, no formal e informal. También pone de manifiesto las desigualdades relacionadas con el género y el entorno rural, que pueden causar discriminación. Finalmente, La CONFINTEA VII (Marrakech, 2022) trata el impacto de la pandemia de COVID-19 en los sistemas educativos y resalta la importancia de la educación digital para todos, ayudando al desarrollo de las comunidades y reduciendo la vulnerabilidad de algunos grupos.

Los programas universitarios para personas mayores

Los Programas Universitarios para Personas Mayores (P.U.M.) comenzaron en 1973 en Toulouse, Francia, con la iniciativa del profesor Pierre Vellas, quien fundó la Universidad para la Tercera Edad (U3A).

Este modelo está abierto a cualquier persona que haya llegado a la edad de jubilación, con actividades en horarios regulares y de nivel superior (Formosa, 2013).

Luego aparecen otros modelos: el británico o de Cambridge, que busca que las personas mayores participen activamente y sean autónomas, mediante actividades culturales y educativas que no exigen cumplir con requisitos estrictos de créditos; y el modelo mixto, que combina la flexibilidad del británico con la interacción académica del modelo francés (Montoro-Rodríguez, 2005).

En México, la lista actualizada por Jiménez y Fernández (2018) tiene 11 Programas Universitarios para Personas Mayores en estados como Jalisco, Nuevo León, Puebla, Mérida, Baja California, Cancún, Ciudad de México y Tlaxcala. Estos programas muestran diferentes requisitos de edad (desde 35 hasta 60 años), precios, ofertas educativas y enfoques conceptuales, que van desde "educación permanente" hasta "educación como derecho" y "educación inclusiva".

La Universidad para/con Personas Mayores de la Universidad Autónoma de Tlaxcala ofrece servicios gratuitos, requiere que las personas tengan al menos 60 años y se basa en un modelo propio que fomenta la autonomía, la experiencia, el diálogo y la participación activa.

Metodología

Diseño del estudio: Esta investigación sigue un enfoque cualitativo y usa la sistematización de experiencias como método principal. La sistematización ayuda a reconstruir, analizar y aprender de una experiencia de educación, considerando tanto elementos objetivos (actividades, participantes, contexto) como aspectos subjetivos (percepciones, reflexiones, cambios personales).

Contexto y participantes: La intervención se realizó en la Universidad Autónoma de Tlaxcala durante el ciclo otoño 2024 con personas mayores.

El taller "La vejez y el cuidado de sí mismo: Una mirada filosófica y literaria" reunió a 26 participantes: 18 mujeres y 8 hombres, entre 60 y 80 años.

Para conocerlos mejor, se agrupó a los participantes en cuatro edades según la clasificación del INEGI: 60-64 años (9 personas), 65-69 años (6 personas), 70-74 años (6 personas) y 75-80 años (5 personas). Se recopilaron datos sobre dónde viven, su nivel de estudio, ocupación, si están jubilados o reciben pensión, su estado civil y si tienen enfermedades.

La mayoría vive en Tlaxcala centro, con estudios que van desde primaria hasta posgrado, siendo comunes las carreras técnicas y licenciaturas. La mayoría recibe pensión por jubilación, aunque algunas mujeres dependen de pensiones por viudez o apoyo gubernamental. En cuanto al estado civil, predomina la gente casada, seguida de solteros y viudos. En salud, las enfermedades más frecuentes son hipertensión, diabetes y problemas articulares, con más mujeres afectadas y algunas con varias enfermedades.

El taller: estructura y fundamentos

El taller se basó en explorar ideas filosóficas y literarias sobre la vejez y el cuidado de uno mismo, desde las ideas antiguas hasta las de pensadores actuales como Simone de Beauvoir, Hannah Arendt y Martha Nussbaum.

Los objetivos fueron: (1) reflexionar de forma crítica y creativa sobre la vejez y cuidarse a uno mismo; (2) practicar ideas filosóficas y ejercicios espirituales inspirados en esas tradiciones; (3) formar una comunidad de aprendizaje y discusión filosófica entre las personas mayores.

El taller duró 14 semanas, con sesiones de 3 horas cada una. Incluyó lectura compartida, reflexión personal, diálogos en pequeños grupos, debates y ejercicios prácticos.

La metodología se basó en cinco principios: 1) lectura atenta y dialogada:

se proporcionaron selecciones de pasajes clave que se leyeron en voz alta y se comentaron colectivamente. 2) Reflexión individual y escritura autobiográfica: se invitó a realizar ejercicios de escritura inspirados en los textos trabajados. 3) Diálogo socrático y discusión en grupos: se promovió la exploración colectiva de preguntas filosóficas desde las propias vivencias. 4) Ejercicios y prácticas filosóficas: se propusieron ejercicios inspirados en las tradiciones estudiadas, como la meditación estoica, paseos contemplativos y ejercicios de atención plena y, 5) Aprendizaje colaborativo: se fomentó la creación de una comunidad de indagación filosófica. Recolección y análisis de datos.

La recolección de datos se realizó mediante: Observación participante durante las 12 sesiones en las que estuvo presente la investigadora Registro de producciones escritas de los participantes. Documentación fotográfica de actividades Diario reflexivo de la experiencia.

El análisis se centró en identificar patrones en las narrativas de los participantes sobre la vejez, cambios en sus concepciones a lo largo del taller, y reflexiones sobre el propio proceso de formación como pedagoga gerontológica.

Consideraciones éticas: La participación en el taller fue voluntaria y los participantes fueron informados sobre el uso académico de las producciones realizadas. Se garantizó la confidencialidad de los datos personales y se obtuvo consentimiento para el uso de fotografías y textos con fines educativos.

Resultados y discusión.

Concepciones iniciales sobre la vejez

En uno de los primeros ejercicios del taller, se pidió a los participantes que respondieran a la pregunta: "¿Qué me viene a la mente cuando escucho la palabra vejez?" Las respuestas se dividieron en dos grupos: positivas y negativas.

Entre las positivas, los participantes dijeron que se ven como "personas

adultas respetables y trabajadoras", "afortunadas por llegar a esa edad", consideran la vejez como "un privilegio" y un proceso lleno de sabiduría y experiencia. Esto indica que las personas mayores no ven la vejez como una etapa concreta, sino como una parte de la vida que incluye experiencia, que quieren compartir para fortalecer su existencia.

Las respuestas negativas dicen que la vejez es "el final de la vida", "no hay más tiempo", o que "la etapa de mi vida se ha terminado". Hablan de problemas físicos, emocionales, sexuales, discapacidades, y de no ser escuchados ni considerados en su entorno.

Estos resultados coinciden con lo que dijo De Beauvoir (2013), quien describe la vejez como una construcción social y cultural marcada por la marginación, el abandono y la pérdida de sentido.

La ambigüedad que explicó Beauvoir –entre la caída física y la madurez espiritual– se refleja claramente en las ideas opuestas expresadas por los participantes.

Transformación de las narrativas sobre el envejecimiento

En un ejercicio posterior, se solicitó completar la frase: "Envejecer bien, para mí significa...". Los resultados muestran un cambio significativo en la narrativa: "Para mí la vejez es una etapa de felicidad, de sí mismo, un tiempo propio para mí misma, cuidar de mí misma y cambiar la paz y la tranquilidad en la vida cotidiana." "Envejecer para mí es vivir más tranquila, sin estrés o sin tantas responsabilidades." "Darme tiempo suficiente para platicarme, apapacharme, sentirme plena y realizada en esta etapa de la vida, sin miedos, y segura muy segura de lo que soy y lo que hago. Y simplemente amarme y ser feliz." "La vejez nos hace más tolerantes y menos críticos de nuestros semejantes y familiares, claro más lentos en nuestros movimientos, pero menos violentos, y más humanitarios. Se nos aleja la angustia y envidia, nos enfocamos en ser mejores personas."

A diferencia del primer ejercicio, donde las respuestas describían la vejez como algo externo o lejano, en este segundo momento los participantes asumen la vejez como una característica propia. Más importante aún, la vejez es concebida como un estadio de parsimonia –tolerancia, felicidad y paz– considerándola parte del proceso de sabiduría y humanización como resultado del trayecto de vida recorrido.

Esta transformación narrativa puede interpretarse a la luz de las enseñanzas estoicas y epicúreas trabajadas en el taller. Cicerón (2001) presenta una visión de la tercera edad como tiempo de plenitud intelectual y espiritual, mientras que Séneca (2000) invita a prepararse para la vejez a través del cuidado constante de sí mismo, el cultivo de las virtudes y la aceptación serena del paso del tiempo.

La sesión sobre el perdón: una experiencia transformadora

La sesión número 11, coordinada por la prestadora de servicio social, abordó el texto "Los cuatro caminos del perdón" de Úrsula Le Guin (1995), explorando el sentido del perdón en la vejez y el duelo. La sesión se desarrolló en tres momentos: presentación de la trayectoria de la autora, socialización de respuestas sobre qué es el perdón y si existen distintos tipos, y compartir experiencias personales sobre el perdón.

Una de las conclusiones más significativas fue la concepción del perdón como un acto necesario, como parte del cierre del proceso existencial. Los participantes identificaron la necesidad de perdonar y perdonarse, acercándose a la espiritualidad como filosofía de vida. La sesión se desarrolló en un clima de confianza y armonía, convirtiéndose en un ejemplo de lo que la universidad denomina autorrealización.

Para el cierre, se solicitó escribir una carta o poema dirigiéndose a sí mismos, pidiéndose perdón, con la opción de compartirlo voluntariamente. Todos los participantes compartieron su escrito, evidenciando el nivel de confianza y apertura alcanzado.

Este ejercicio refleja lo planteado por Butler (2009) sobre la ética de la autobiografía y la responsabilidad hacia los otros en la construcción del yo. El perdón, como acto reflexivo y narrativo, permite a las personas mayores dar cuenta de sí mismas, asumiendo la responsabilidad de sus acciones y omisiones, y construyendo redes de solidaridad y reciprocidad.

Caracterización sociodemográfica y su relación con la participación

El análisis de los cuatro grupos etarios revela aspectos contextuales relevantes. El género femenino predomina significativamente, con mayor diversidad educativa que va desde primaria hasta posgrado. Los varones muestran mayor homogeneidad en estado civil (mayormente casados) y en el origen de sus ingresos (pensión por jubilación).

La residencia en Tlaxcala centro suele motivar que las personas mayores asistan, debido a su cercanía. Esto coincide con lo que se encontró en las Conferencias Regionales (CEPAL, 2012, 2017, 2022) sobre la falta de acceso a servicios educativos para mayores en áreas rurales.

En cuanto a la salud, las mujeres muestran más enfermedades y problemas asociados, como hipertensión, diabetes y dolores en las articulaciones. Esta situación coincide con lo dicho en la Primera Conferencia Regional (CEPAL, 2003), que habló de las desigualdades que enfrentan las personas mayores por su género, nivel de estudio y otras condiciones, lo cual afecta su calidad de vida.

Reflexividad: el proceso de formación profesional

La experiencia de coordinar una sesión completa y participar como observadora en las demás permitió internalizar varios aprendizajes fundamentales para la formación como pedagoga gerontológica: el valor del diálogo horizontal: La primera experiencia en el taller "En busca de sentido" (2022) modificó radicalmente la concepción inicial de la educación gerontológica. El descubrimiento de que las personas mayores no están en el aula para recibir información, sino para compartir

conocimientos y experiencias sin miedo a la censura, transformó la perspectiva de trabajo. Esto contrasta con una pedagogía tradicional donde el maestro dicta y no se permite cuestionar.

La gestión de conflictos en el trabajo grupal: La experiencia en el taller "Creatividad en el arte" (2023) evidenció las dificultades que surgen cuando el grupo es numeroso y se trabaja en subgrupos con diferentes intereses. La necesidad de negociación y la importancia de establecer reglas claras desde el inicio fueron aprendizajes fundamentales.

El servicio como valor profesional: Como señala Carl Jung, "al tocar un alma humana, sea apenas otra alma humana". La experiencia mostró que "servir" no tiene una connotación negativa, sino que se convierte en la principal forma de acercamiento e intervención en la pedagogía gerontológica. El servicio implica acompañar con paciencia e interés para que las personas mayores encuentren nuevas herramientas en el curso de su vida.

La necesidad de formación teórica sólida: Se requiere un sólido conocimiento científico que permita acompañar el enriquecimiento cultural, educativo y de conocimiento que se genera en las interacciones intergeneracionales. El trabajo con personas mayores no es improvisado, sino que demanda preparación académica rigurosa.

El aprendizaje intergeneracional: La experiencia personal de enfrentar una condición médica grave durante el proceso formativo permitió experimentar en primera persona la amabilidad y servicio de las personas mayores. La preocupación genuina de los participantes por la situación de salud de la facilitadora evidenció que el aprendizaje es bidireccional y que la educación humanista implica reconocimiento mutuo.

Aportes del taller al envejecimiento activo

El taller contribuyó a varios de los objetivos planteados en las conferencias mundiales y regionales sobre envejecimiento.

En primer lugar, promovió el concepto de "envejecimiento activo" que se puso en marcha en la Primera Conferencia Regional (CEPAL, 2003). Es un proceso que dura toda la vida y busca mejorar las condiciones de salud, participación y seguridad para las personas mayores.

En segundo lugar, ayudó a crear redes sociales y fortalecer los vínculos entre adultos mayores. Esto es importante para una participación activa y positiva en la comunidad, como se indicó en la Segunda Asamblea Mundial (ONU, 2002).

En tercer lugar, se afirmó el derecho a la educación a lo largo de la vida. Esto ha sido reconocido desde la CONFINTEA III (UNESCO, 1972) hasta la más reciente, CONFINTEA VII (UNESCO, 2022). La educación no solo es útil para trabajos sino también para el desarrollo personal completo.

Por último, el taller ayudó a crear conciencia sobre el envejecimiento y promover los derechos de las personas mayores. Esto fue parte de la Declaración de Asunción (CEPAL, 2017) y fue reafirmado en la Declaración de Santiago (CEPAL, 2022).

Limitaciones y desafíos

El presente trabajo presenta algunas limitaciones que deben ser consideradas. La participación de la investigadora como prestadora de servicio social hizo que no estuviera presente en todas las sesiones del taller, lo que limitó la observación del proceso completo. En Segundo, el análisis se centró principalmente en una sesión concreta (sesión 11), aunque también se observaron otras sesiones.

Un gran desafío fue no contar con instrumentos formales para evaluar el impacto del taller a largo plazo. Aunque se registraron cambios en las historias de los participantes durante el taller, sería útil hacer un seguimiento después para ver si esas transformaciones siguen presentes.

Por último, aunque el taller tuvo 26 participantes, la mayoría vive en Tlaxcala centro.

Esto limita lo representativo respecto a personas mayores en zonas rurales o en municipios alejados, quienes, como se ha mencionado, enfrentan mayores dificultades para acceder a servicios educativos.

Conclusiones

La experiencia de intervención educativa en el taller "La vejez y el cuidado de sí mismo: Una mirada filosófica y literaria" permite extraer varias conclusiones significativas tanto para el campo de la educación gerontológica como para la formación profesional en pedagogía gerontológica.

Sobre la educación de personas mayores: La educación para personas mayores va más allá de solo transmitir información o alfabetizar. Se convierte en un espacio donde diferentes generaciones se encuentran, comparten experiencias, y aprenden juntos. También genera pensamiento crítico sobre la vida misma. El método de enseñanza debe basarse en el diálogo igualitario, valorar las experiencias de cada uno y fomentar comunidades de aprendizaje.

Las personas mayores pueden cambiar cómo ven la vejez si tienen un espacio para reflexionar sobre ella a través de la filosofía y la literatura. El cambio de ideas negativas hacia una visión de la vejez como una etapa de calma, sabiduría y plenitud muestra el poder transformador de la educación para personas mayores.

Sobre los Programas Universitarios para Personas Mayores: Los PUM reflejan el derecho a aprender a lo largo de la vida y ayudan a promover un envejecimiento activo. La Universidad para Personas Mayores de la UATx, con su modelo basado en la autonomía, experiencia, diálogo y participación activa, ofrece una opción adecuada para México. Es gratuita, lo que facilita el acceso a quienes tienen menos recursos.

Existen diferentes tipos de PUM en México, desde aquellos que necesitan inversión económica hasta los gratuitos. Algunos ofrecen talleres, otros

entregan diplomas o incluso carreras completas. Esto muestra que el envejecimiento es muy diverso y que las ofertas educativas deben adaptarse a las características y necesidades de cada grupo.

Para la formación en pedagogía gerontológica: Es importante que los futuros pedagogos tengan una sólida base teórica, que incluya conocimientos sobre el envejecimiento, la educación de adultos, métodos participativos y gerontología social. También deben desarrollar habilidades prácticas y una actitud adecuada. Destacan habilidades como escuchar con empatía, facilitar grupos, manejar conflictos y entender que el servicio es un valor profesional importante.

La experiencia directa con personas mayores es esencial en su formación. La observación, la coordinación de actividades y la reflexión sobre su propia práctica son fundamentales para formar buenos pedagogos gerontológicos.

La enseñanza entre generaciones enriquece a todos. Las personas mayores aprenden de los pedagogos y, a la vez, estos se benefician mucho de la sabiduría y humanidad de los mayores con quienes trabajan.

Reflexión final:

La convergencia entre las líneas de trabajo de las Conferencias Mundiales sobre Envejecimiento, las Conferencias Regionales de CEPAL y las CONFINTEA ha sido más conceptual que práctica. Aunque todas reconocen la educación como herramienta fundamental para enfrentar el envejecimiento poblacional, han corrido como "vías paralelas" sin puntos de encuentro significativos. Es necesario construir puentes más sólidos entre estas agendas para desarrollar políticas integrales que efectivamente materialicen el derecho a la educación a lo largo de la vida para las personas mayores.

En México, el envejecimiento de la población va en aumento, pero las políticas públicas y los recursos para este grupo todavía son insuficientes.

Experiencias como la Universidad para Personas Mayores de la UATx son ejemplos importantes que deberían ser documentados, organizados y repetidos. Capacitar en pedagogía gerontológica es clave para garantizar acciones educativas de buena calidad que realmente ayuden a mejorar el bienestar y la vida de las personas mayores.

Finalmente, como señala Séneca (2000, p. 100): "no es que tengamos poco tiempo, sino que perdemos mucho". Que la vejez sea un tiempo ganado para el cultivo de sí y la transmisión de la sabiduría a las nuevas generaciones, y que la educación se constituya en el puente que haga posible este florecimiento humano en todas las etapas de la vida.

Bibliografía

- Arendt, H. (2009). *La condición humana*.
https://drive.google.com/file/d/1JaYNG44wMxHv9sjDq3_5xlerYN-WfJ1s/view?pli=1
- Butler, J. (2009). *Dar cuenta de sí mismo: Violencia ética y responsabilidad*. Amorrortu.
https://www.academia.edu/9665968/Judith_Butler_Dar_cuenta_de_s%C3%AD_mismo_Violencia_%C3%A9tica_y_responsabilidad
- Cicerón, M. T. (2001). *Sobre la vejez*. Tal-Vez.
https://www.academia.edu/40190911/MARCO_TULIO_CICERO%C3%93N_SOBRE_LA_VEJEZ
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2003). *Declaración de Santiago: Primera Conferencia Regional Intergubernamental sobre Envejecimiento en América Latina y el Caribe*. Naciones Unidas.
<https://www.cepal.org/es/publicaciones/1056-estudio-economico-america-latina-caribe-2002-2003>

- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2007). *Declaración de Brasilia: Segunda Conferencia Regional Intergubernamental sobre Envejecimiento en América Latina y el Caribe*. Naciones Unidas.
<https://www.cepal.org/es/publicaciones/21505-declaracion-brasil-ia-segunda-conferencia-regional-intergubernamental>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2012). *Carta de San José sobre los Derechos de las Personas Mayores de América Latina y el Caribe: Tercera Conferencia Regional Intergubernamental sobre Envejecimiento en América Latina y el Caribe*. Naciones Unidas.
<https://repositorio.pucp.edu.pe/server/api/core/bitstreams/ac553a4e-1f90-43ef-88ce-21673995ae0d/content>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2017). *Declaración de Asunción: Cuarta Conferencia Regional Intergubernamental sobre Envejecimiento y los Derechos de las Personas Mayores en América Latina y el Caribe*. Naciones Unidas.
<https://ageco-derechospersonasmayores.org/wpcontent/uploads/2020/12/Declaracion-de-Asuncion-y-Declaracion-de-Ypacarai.pdf>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2022). *Declaración de Santiago: Quinta Conferencia Regional Intergubernamental sobre Envejecimiento y los Derechos de las Personas Mayores en América Latina y el Caribe*. Naciones Unidas.
https://mexico.un.org/sites/default/files/202208/S2200607_es.pdf
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2024). *Envejecimiento poblacional*. <https://www.cepal.org>

- De Beauvoir, S. (2013). *La vejez*. <https://archive.org/details/la-vejez-simone-de-beauvoir/page/n1/mode/2up>
- Formosa, M. (2013). University of the Third Age: A place for living. *Journal of Adult and Continuing Education*, 19(1), 121-140. https://www.researchgate.net/publication/336702123_Universities_of_The_Third_Age
- Jiménez, R., & Fernández, M. (2018). *Programas universitarios para adultos mayores*. En Memorias del Segundo Congreso Internacional de Envejecimiento en América Latina: Vulnerabilidad, Trayectorias y Cuidados