

**LA CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES DE LAS
CASAS DE ABUELOS DEL MUNICIPIO DE CALIMETE, EN EL
PERIODO DEL 2015-2016.**

**Lic. Leydi L. Marín García- Pola¹, Lic. Leydiana Duquezne Amaro¹, Lic. Rolando
Pérez Vera¹, Lic. Delma Fernández García¹**

*1. Filial Universitaria Municipal “César M. Rodríguez Alayón”,
Calimete, Matanzas, Cuba.*



*CD de Monografías 2015
(c) 2015, Universidad de Matanzas “Camilo Cienfuegos”
ISBN: XXX-XXX-XX-XXXX-X*

Resumen

La presente investigación aborda importantes aspectos relacionados con el adulto mayor de las casas de abuelos. A partir de la intención de satisfacer sus necesidades socioculturales, se impone la implementación de acciones socioculturales en aras de elevar su calidad de vida. El diagnóstico realizado dotó a esta investigación de un nivel de implicación, cooperación y participación mayor. La metodología empleada fue la cualitativa y el método fue el estudio de caso único. Las técnicas de recogida de información fueron: la observación, la entrevista en profundidad, la entrevista estructurada y el análisis de documentos. Se demuestra su validez a través de la implementación de alguna de estas actividades para comparar los resultados antes y después de su aplicación, todo esto ofrece la posibilidad de evaluar el nivel alcanzado en la proyección del proceso de potenciación de la calidad de vida del adulto mayor que reside en una casa de abuelo.

Palabras claves: *Adulto mayor; Actividades socioculturales; Calidad de vida; Casas de abuelos.*

Cuerpo de la monografía

Toda persona en el mundo al nacer viene destinado a pasar por grandes transformaciones: crecer, desarrollarse y envejecer, para cualquier individuo vivir estas etapas de una forma sana, feliz y en compañía de los que le quieren bien es una necesidad. El interés por la vida y el envejecimiento, ha sido una constante en la historia de la humanidad.

El progresivo aumento del envejecimiento poblacional es uno de los fenómenos demográficos más significativos a nivel mundial en los últimos decenios y Cuba como país no es la excepción. Esta situación exige el desarrollo de una atención integral al adulto mayor.

“La llamada tercera edad, o como también se le conoce, vejez, adultez mayor o tardía, ha sido abordada en la literatura de manera aislada o como fase de involución, y no como una auténtica etapa del desarrollo humano. Se ubica alrededor de los sesenta años, asociada al evento de la jubilación laboral. Inclusive hoy comienza a hablarse de una llamada cuarta edad para referirse a las personas que pasan de ochenta años” (Colectivo de autores, 1996, 131).

La tercera edad constituye una etapa del desarrollo individual. Esta es una edad con características propias, que presenta irregularidades en su desarrollo, pero a la vez está determinada por influencias sociales, culturales, familiares, e individuales. Cuando el individuo arriba a la etapa del adulto mayor enfrenta una situación del desarrollo diferente que está muy determinada por la cultura, la familia y el propio desarrollo que él ha alcanzado.

“El envejecimiento es el conjunto de modificaciones morfológicas, fisiológicas, bioquímicas y psicológicas que aparecen como consecuencia de la acción del tiempo sobre



los seres vivos. La vejez se concibe como un proceso involutivo irreversible, que opera con el paso del tiempo y se manifiesta en diferentes aspectos funcionales, es una etapa del ciclo vital de la vida; la etapa final”. Ministerio de salud pública (MINSAP, EMAG, 2012, p 51). “Según el EMAG el fenómeno de envejecimiento en el país es muy acelerado en relación a otros países y se hace necesario, desarrollar para el futuro alternativas de servicios verticales que respondan a este problema, el estado de dependencia constituye elemento predicativo de institucionalización. Este grupo poblacional se encuentra en la necesidad de recibir atención y servicios dirigidos a lograr una longevidad saludable y satisfactoria representando esto un reto” Ministerio de salud pública (MINSAP, EMAG, 2012, p 52).

El envejecimiento poblacional ha impuesto un nuevo reto para los distintos países: hoy en día, lo más importante no es continuar aumentando la longevidad de las poblaciones, sino mejorar cualitativamente la salud y el bienestar de estas. Con tal fin, se ha desarrollado en las últimas décadas el término calidad de vida, que ha sido utilizado por especialistas de las más diversas disciplinas, como filósofos, economistas, sociólogos, psicólogos y médicos. Cada quien ha enfocado el término de manera diferente, en consonancia con su profesión.

La función social de las casas de abuelos consisten en ser una institución social que brinda atención integral diurna a los ancianos carentes de amparo filial en absoluto o de familiares que puedan atenderlos durante el día, teniendo como características desde el punto de vista funcional que se les dificulta la realización de las actividades de la vida diaria instrumentada y que mantengan las capacidades funcionales básicas para realizar las actividades de la vida cotidiana.

Las casas de abuelos necesitan de la integración de todos los niveles de atención y la preparación constante de especialistas, técnicos y personal de apoyo, vinculados al cuidado de los adultos mayores para el desempeño exitoso de su objeto social sin embargo, en dichas casas de abuelos se presenta una situación problemática pues existen condiciones negativas que afectan la calidad de vida de los adultos mayores que pasan el día en esta institución, esto fue constatado en visitas realizadas a algunas de las casas de abuelos del municipio, en la que se observó la poca actividad cultural y social que realizan los adultos mayores.

A pesar de ser un municipio que cuenta con un buen desarrollo cultural, se percibió que no se cuenta con todo el personal necesario para el cuidado y buen funcionamiento del lugar, afectando la calidad de vida de los adultos mayores.

Teniendo en cuenta esta problemática se realizó una investigación con el objetivo de proponer acciones socioculturales para contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de los adultos mayores en las casas de abuelos del municipio de Calimete, en el período del 2014-2015.

Para la obtención del resultado de investigación se ha utilizado el paradigma cualitativo, porque se comprendió a los adultos mayores dentro de su entorno, además ve las casas de abuelos, a las personas que trabajan en ella y a los adultos mayores como un todo, es decir, integralmente. Las categorías de análisis por los cuales se encaminó el estudio fueron: acciones socioculturales, calidad de vida del adulto mayor, casas de abuelos.

Esta investigación va más a los significados, las vivencias, las experiencias que se observan en las visitas realizadas a las casas de abuelos; se basa también en la intuición, la



creatividad y el amor por ese adulto mayor que va a esa casa de abuelos y que necesita ser reconocido como un ser natural y vivo. Todo esto parte de la interacción que desarrolla la investigadora, con el adulto mayor y las personas que trabajan en la institución, en el proceso de la investigación. (Rodríguez, 2004, 33-35).

El método fundamental para el trabajo de esta investigación es el estudio de caso único, que puede considerarse como diseño o estrategia si ocupa el lugar rector en el sistema de métodos concebidos para la investigación. (Colectivo de autores, 2008).

Las técnicas fundamentales de recogida de información aplicadas fueron: la observación, la entrevista en profundidad, la entrevista estructurada y el análisis de documentos.

El interés por la calidad de vida ha existido desde tiempos inmemorables. Sin embargo la aparición del concepto como tal y la preocupación por la evaluación sistemática y científica del mismo es relativamente reciente.

Durante la década de los 50 y a comienzos de los 60, el creciente interés por conocer el bienestar humano y la preocupación por las consecuencias de la industrialización de la sociedad, hacen surgir la necesidad de medir esta realidad a través de datos objetivos, y desde las Ciencias Sociales se inicia el desarrollo de los indicadores sociales, que permiten medir datos y hechos vinculados al bienestar social de una población.

La calidad de vida se fundamenta en el disfrute seguro de la salud y de la educación; de la alimentación suficiente y de una vivienda digna; de un medio ambiente estable y sano; de la justicia; de la igualdad entre los sexos y razas; de la participación en las responsabilidades de la vida cotidiana; de la dignidad y de la seguridad. Cada uno de estos elementos es importante en sí mismo y la ausencia de uno solo de ellos puede alterar el sentimiento subjetivo de la calidad de vida.

Es por ello que no es posible ni resumir una calidad de vida, ni definir una media de la misma. Culturalmente tiene un cierto significado pero incluso en el seno de una sociedad, puede variar sensiblemente lo que la constituya, según los tipos de cultura y según los individuos.

Así el concepto de calidad de vida contiene siempre una parte de subjetividad y de diversidad cultural. La seguridad del ser humano es lo que más cuenta en la calidad de vida. Los hombres tienen derecho a ella: no sólo a estar defendidos de los daños evitables, sino también a estar libres del temor a esos daños. La seguridad personal está vinculada estrechamente a la seguridad social, económica, y del medio ambiente, así como a la paz y seguridad nacional e internacional.

La calidad de vida del adulto mayor resulta de una combinación de factores objetivos y subjetivos, donde el aspecto objetivo depende del individuo, utilización y aprovechamiento de sus potenciales: intelectual, emocional siendo creador de las circunstancias externas estructura socioeconómica, socio psicológica, cultural y política que interactúan con él. El aspecto subjetivo viene dado por la mayor satisfacción del individuo, el grado de realización de sus aspiraciones personales y por la percepción que él o la población tenga de sus condiciones globales de vida, traducándose en sentimientos positivos o negativos.

“La calidad de vida se define en términos generales como el bienestar, felicidad y satisfacción de un individuo que le otorga a este, cierta capacidad de actuación, funcionamiento o sensación positiva. Su realización es muy subjetiva, ya que se ve



directamente influida por las personas, el entorno en que vive y se desarrolla el individuo. Tiene su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura, en el sistema de valores en los que vive, en relación con sus expectativas, sus normas y sus inquietudes. Se trata de un concepto muy amplio que está influido de modo complejo por la salud física del sujeto, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales así como su relación con los elementos esenciales de su entorno”. (Carrera, 2011,19).

Para hablar de acciones socioculturales se debe partir de que todas deben estar integradas a un plan de acción que tienen objetivos comunes y responden a intereses, necesidades a una planificación de objetivos que tengan un fin a mediano o largo plazo. El plan de acción es un instrumento de planificación que propicia la participación real de la comunidad en la dinámica de su vida.

Es una guía para la acción dirigida a la solución de las causas de los problemas y necesidades detectados a través del Diagnóstico. No es un listado de tarea a ejecutar, sino mucho más; la proyección del desarrollo comunitario y una vía fundamentalmente para el perfeccionamiento de la responsabilidad ciudadana.

El autor O. Fernández Muños, considera que un plan es “un elemento crucial de gestión consistente en un documento escrito que contiene la delimitación de los objetivos, análisis de la situación actual, definición de las estrategias, programas de acción, presupuesto disponible y medidas de control”. (Fernández, 1997, 4).

Por lo tanto las acciones socioculturales, van a constituir un sistema de tareas interrelacionadas, que se diseñan en función del logro de determinados objetivos y resultados, atendiendo a los recursos, las personas participantes y los plazos previstos para la ejecución. Se considera necesario para lograr dicha integración, un orden, estructura siempre determinadas por una relación a partir de las metas a trazarse y con los medios disponibles.

La elaboración de acciones socioculturales permite formular claramente cómo organizar y ordenar, en el tiempo, las acciones que se deben emprender en la casa de abuelo donde se hará y a través de que dimensión hacerla. Al confeccionarlas se tendrá en cuenta la definición de los objetivos del trabajo a partir de la definición y jerarquización de las necesidades realizadas en el diagnóstico (qué pretendemos modificar y alcanzar en los aspectos jerarquizados entre la necesidades identificadas) y los recursos materiales y humanos con que se cuenta.

En la elaboración de las acciones socioculturales se deberá precisar que acciones y tareas concretas se harán en la casa de abuelo y que dimensión se trabajará dígame: desde lo artístico (danza, música, manualidades), lo deportivo (bailoterapia), desde la recreación (visita a museo y los juegos de domino). Durante el diseño de estas acciones socioculturales, debe buscarse una amplia participación por parte de los abuelos que están en la casa, que promueva a su vez, y afirme, el compromiso colectivo en torno a los objetos planteados y las vías a emplear para alcanzar los resultados propuestos.

Los aspectos para elaborar las acciones socioculturales son los siguientes:

- Definir los objetivos: establecer qué queremos mejorar para que cambie la realidad
- Precisar las acciones: constituyen las tareas a realizar para transformar la realidad.



- Delimitar los responsables: se refiere a las personas, instituciones, organismos, asociaciones
- Determinar los participantes: personas, instituciones, organismos, asociaciones, según el caso, que deben ejecutar las acciones, sin ser los que las dirigen.
- Delimitar el tiempo: se refiere al tiempo de ejecución de la acción.
- Determinar los recursos materiales, humanos y financieros de que se dispone para el cumplimiento de la acción.

Resulta oportuno puntualizar algunos conceptos que han servido de basamento teórico para la planificación, análisis e interpretación de las acciones ejecutadas.

Calidad de Vida del Adulto mayor: Se entiende como el bienestar y felicidad del individuo o persona a partir de los 60 años de edad hasta aproximadamente los 90 años, se mide fundamentalmente por la salud física y mental, por la percepción del bienestar material y espiritual de los adultos mayores que lleva implícito la satisfacción de sus necesidades. Tiene su lugar en el contexto de la cultura y el sistema de valores en el que vive con sus expectativas, sus normas y sus inquietudes. Satisfacción de sus necesidades.

Casa de abuelos: Su propósito principal es, en las rehabilitación Bio - social del adulto mayor con una atención integral no permanente por un equipo multidisciplinario de atención, que permita la integración de ese adulto mayor a su medio, cuando cesen los problemas que originaron su ingreso y a su vez disponer de plazas para un flujo sistemático de posibles usuarios de este sistema de atención, provenientes de la comunidad donde se encuentra ubicada la institución.

Acciones socioculturales: Son actividades planificadas de forma sistemática que involucran a todos aquellos interesados en transformar su propia realidad social y cultural, teniendo en cuenta una serie de recursos materiales, humanos y espirituales que permitan hacer cambios en sus vidas cotidianas. Las mismas deben estar en correspondencia con las necesidades objetivas y subjetivas de a quien se les van a realizar.

Se emprendieron acciones socioculturales que favorecen el conocimiento, y el desarrollo espiritual, cultural de los mismos. Su objetivo es contribuir al empleo del tiempo libre de estas personas que son llevadas a estos lugares por diferentes cuestiones y necesidades de sus familias que no tienen tiempo para cuidarlos, estas acciones socioculturales serán la vía idónea para que este adultos mayores se sienta más activos, con más ansias de vivir, además de verse más útil en la sociedad.

Como resultado de la investigación realizada y aplicando la metodología se emprendieron varias acciones. Todas las actividades contaron con una ficha de planeación, que propició la organización y materialización de las mismas.

1. Acción no. 1: "Juntos por la vida".

Objetivos: Lograr niveles altos de relajación propiciando que los abuelos mejoren su estado de ánimo y salud con la práctica de ejercicios.

Participantes: Abuelos válidos y no válidos con ejercicios diferenciados.

Responsable: Creadora del plan de acciones y el equipo de animación del INDER en el municipio.



Descripción: Comenzó la actividad haciendo una breve intervención sobre la necesidad de hacer ejercicios, los abuelos se sienten reconocidos con los profesores del INDER por ser quienes les realizan los ejercicios aunque no se realiza esta actividad de forma sistemática. Se realizaron varios juegos donde participaron los invitados y los ancianos para motivarlos a una mayor participación (el pase del balón, la rueda con la pelota).

Resultados alcanzados: Los ancianos se notaban muy satisfechos, con rostro de felicidad, existió buena participación por parte de los abuelos y dieron la sugerencia que se realizara esa actividad por la tarde.

Fecha: 26-10-2015.

Hora: 9:00 am.

Recursos utilizados: pelota, batones, aparatos mecánicos.

2. Acción no.2: “Recorrido por mi localidad”.

Objetivos: Propiciar el conocimiento de espacios urbanos y lugares importantes de su localidad para lograr la interacción de los abuelos con personas de la sociedad en la que viven.

Participantes: Abuelos válidos y no válidos.

Responsable: Creadora del plan de acciones y promotora cultural del barrio.

Descripción: La actividad comenzó con una reseña acerca de la importancia de los sitios escogidos (Casa de la cultura, Museo, Biblioteca) y del valor que puede representar en la memoria de los abuelos. Los abuelos hicieron comentarios a todo lo que había en tiempos pasados en esos lugares. Más tarde se sentaron un rato a respirar del aire fresco que circula en el parque donde se manifestaron muy alegres y distraídos. Los abuelos aún se quedaron con deseos de seguir haciendo comentarios sobre los lugares visitados. Se sintieron muy a gusto con el recorrido, mostrándose satisfechos con la actividad y expresaron que se repitiera con mayor frecuencia la misma.

Resultados alcanzados: Los trabajadores de la casa de abuelos se prepararon y buscaron información actualizada acerca de los lugares que se visitaron. Los abuelos disfrutaron del recorrido, expresaron sus inquietudes y reflexionaron sobre el cuidado y la conservación de los lugares visitados.

Fecha: 4-11 -2015.

Hora: 9:00 am.

3. Acción no.3: “Vamos a bailar”.

Objetivos: Romper la rutina de los adultos de la casa de abuelos, recordando bailes y música de su pasado, además propicia la de comunicación y socialización entre ellos.

Participantes: Abuelos válidos y no válidos.

Responsable: Creadora del plan de acciones y promotora cultural del barrio.

Descripción: En el intercambio inicial con los adultos se pregunta qué bailes tradicionales conocen y con mucha seguridad contestan (el son, el bolero, el chá chachá, la rumba, el mambo y el danzón). Después se les presentó un grupo de danzones para escuchar y bailar a esta manifestación artística se sumaron algunos abuelos de la casa cantando y se volvió un baile de salón como dijese uno de ellos. Para la actividad también algunos abuelitos de la casa tenían una coreografía preparada con el son de la loma de Matamoros y juntos a ellos se sumaron todos los ancianos que allí se encontraban.



Resultados alcanzados: la actividad fue satisfactoria, los ancianos estaban contentos con una participación activa en las diferentes manifestaciones.

Fecha: 14 -11-2015.

Hora: 2:00 pm.

Recursos utilizados: Audiciones, grabadora, fonógrafo.

4. Acción no.4: “Aprendiendo a cocinar sanamente”

Objetivos: Estimular el arte culinario en los adultos mayores de una forma sana.

Participantes: Abuelos válidos y no válidos.

Responsable: Creadora y promotora del plan de acciones.

Descripción: Esta actividad se realizaría a modo creativo los adultos mayores que participaran traerán de su casa confeccionados platos que tengan como ingredientes vegetales y condimentos sanos para que su alimentación sea balanceada y nutritiva.

Resultados alcanzados: Todavía no se ha aplicado, está propuesta en esta fecha por el día de las madres, porque las ancianas que residen allí le gustó mucho la idea para homenajear a las madres en su día.

Fecha: 10 de mayo.

Hora: 2:00 pm

Recursos utilizados: audio, mesa, manteles y platos culinarios.

5. Acción no.5: “La Tarde campesina”

Objetivos: Estimular el amor hacia la cultura campesina a través del intercambio con autores, intérpretes y poetas campesinos.

Participantes: Abuelos válidos y no válidos, repentistas y trabajadores de la casa.

Responsable: Creadora del plan de acciones y promotora cultural

Descripción: Serán invitados a la casa de abuelo los aficionados a la música campesina que harán de la tarde un espacio de esparcimiento y recreación a través de sus controversias, poesías y canciones. Se incluye en el espectáculo agrupaciones bailables como él (trío entre voces) que se dedican al género campesino de las localidades cercanas. Se coordina con las entidades de la zona para que apoyen la actividad y se convierta en una fiesta.

Resultados alcanzados: Todavía no se ha aplicado, está propuesta en esta fecha por el Día del campesino, esta actividad fue pedida por la mayoría de los abuelitos.

Fecha: 17 de Mayo

Hora: 2:00 pm

Recursos utilizados: audio, micrófono, fonógrafo, instrumentos como guitarra, tres y laúd.

6. Acción no.6: “Recordando a Maceo y al Che”

Objetivos: Estimular el amor hacia los mártires de la revolución enfatizando en las figuras de Antonio maceo y Ernesto “Che” Guevara.

Participantes: Abuelos válidos y no válidos. Y el invitado Humberto Hernández historiador del municipio.

Responsable: Creadora del plan de acciones y promotora cultural.

Descripción: A través de un intercambio con el historiador del municipio los abuelos valoraran la importancia que tiene para ellos las figuras de maceo y Che, se hará ese día en saludo al natalicio de ambos. A un abuelito se le pedirá que recite una poesía alegórica a la fecha y se pondrán algunas canciones relacionadas con la fecha.



Resultados alcanzados: Todavía no se ha aplicado, está propuesta en esta fecha por el aniversario del natalicio de estos dos grandes hombres que dieron su vida a la revolución.

Fecha: 14 de Junio

Hora: 2pm

Recursos utilizados: audio, micrófono, instrumentos.

7. Acción no.7: “Mi recuerdo es tan importante como mi vida”.

Objetivos: Incentivar la memoria en nuestros abuelos a través del debate de una de una película.

Participantes: Abuelos válidos y no válidos, trabajadora del cine club del municipio.

Responsable: Creadora y promotora del plan de acciones.

Descripción: Se les pondrá la película “Memoria del subdesarrollo” los abuelitos debatirán después según su experiencia su vida antes de los 90 y después del mismo. Podrán hacer anécdotas, cuentos y contarán historias donde ellos fueron los protagonistas.

Resultados alcanzados: Todavía no se ha aplicado, se hará el tercer sábado del mes para que coincida con la actividad que hacen mensualmente en la casa de abuelos, la promotora cultural del barrio.

Fecha: 23 de diciembre.

Hora: 9.am

Recursos utilizados: Televisor, audio y video.

En conclusión, se puede arribar con la concepción metodológica de lo que son las acciones socioculturales para contribuir al mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor

Se demostró la insatisfacción sociocultural y deportiva que tienen los adultos mayores de la casas de abuelos, se evidenció además que no se realizan actividades sistemáticas (culturales y deportivas) que contribuyan a un mejoramiento de la calidad de vida de los adultos mayores. Además se aprecia el poco interés de los trabajadores de crear un ambiente cultural hacia los abuelitos que allí residen. La puesta en práctica de algunas de las acciones socioculturales en la casas de abuelos ha logrado contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de los adultos mayores, satisfaciendo sus necesidades culturales y demostrando que los adultos mayores participan activamente en las mismas, si los motiva, si los integra y si logras que se sientan vivo.



Bibliografía

AMARO PARDO, Lic. ALBERTO TOMAS (2009). *Programa de actividades Físicas recreativas para personas de la tercera edad en el consultorio siete de “La Marina”, en Matanzas*. Tesis para optar por el título de Máster en Actividad Física en la Comunidad. Universidad de las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo” Facultad de Cultura Física de matanzas, diciembre.

ARES MUZIO, PATRICIA (2002). *Psicología de la familia*. Una aproximación a su estudio: La Habana. Editorial Félix Varela.

ARES MUZIO, PATRICIA (2004) *Familia, ética y valores entre la realidad cubana actual*. Concepción y Metodología de la Educación Popular: Selección de lecturas. Ciudad de La Habana: Editorial Caminos.

ARES MUZIO, PATRICIA (2006). *Familia y convivencia*: La Habana. Editorial Félix Varela.

CARRASCO GARCIA. MAYRA (2004) República de Cuba. Ministerio de Salud Pública. Instituto superior de Ciencias Médicas de la Habana. Maestría en Longevidad Satisfactoria, Programa.

CARRERA GOMEZ, WILLIAM (2011). *Programas de actividades físicos recreativas para mejorar la calidad de vida en personas de la tercera edad en la comunidad San Antonio de Cabezas perteneciente al municipio Unión de Reyes. Matanzas*. Tesis en opción al título de Licenciado en estudios Socioculturales. Universidad de Matanzas “Camilo Cienfuegos”.

CENTRO IBEROLATINOAMERICANO PARA LA TERCERA EDAD (1999). *Programa de Atención al Adulto Mayor en Cuba*. [Monografía en Internet]. La Habana: Sociedad Cubana de Gerontología y geriatría; c1999. Disponible en: <http://www.sld.cu/instituciones/gericuba/paamc/>.

COLECTIVO DE AUTORES (1996). *La persona de edad y la familia*. I Encuentro de Asociaciones de Adultos Mayores, La Habana.

COLECTIVO DE AUTORES (2005). *Selección de lecturas de Metodología, métodos y técnicas de investigación social II*. Editorial Félix Varela, La Habana.



COLECTIVO DE AUTORES (2008). *Metodología para el Trabajo Social. Módulo 4.* Programa de Formación de trabajadores sociales. Editorial Félix Varela, La Habana.

DEL TORO FONSECA, Á (2003), *La vejez no es una enfermedad.* Revista digital Quiénes somos. Santiago de Cuba, Cuba. P.2-4.

ENCICLOPEDIA DE LA PSICOLOGIA. MMIII Editorial Océano. Barcelona.

FERNANDEZ SORIANO, ARMANDO (1997). *Movimientos comunitarios, participación y medio ambiente.* En: Revista Temas, número 9, Ciudad de La Habana.

MARTIN DIAZ, DIUVEL ERNESTO (2009) Tesis Universidad de Las Villas Martha Abreu. *Proyecto de Intervención social para potenciar la calidad de vida del adulto mayor en el Hogar de ancianos Playa Panchita del municipio Corralillo desde la perspectiva del autodesarrollo comunitario.*

MINSAP, EMAG. *Directrices organizativas del equipo multidisciplinario de atención gerontológica* (2012).s.e. La Habana: s.n.

ORGANIZACION MUNDIAL DE NACIONES UNIDAS. (1983): *Plan de acción: internacional sobre el envejecimiento.* Viena. Austria. DPI/932. Nueva York.

OROSA FRAIZ, TERESA (2003). *La tercera edad y la familia: una mirada desde el adulto mayor.* La Habana. Editorial Félix Varela.

ORTIZ CALAS, ANTONIO R., et al. (2012) *Proyecto de Intervención Sociocultural para potenciar la participación de los adultos mayores.* En: http://www.monografias.com/trabajos91/proyecto-intervencion-sociocultural_adultos_mayores/.shtml. Consultado 25 de mayo 2014.

PRIETO RAMOS et al (1996): *Atención del anciano en Cuba. Desarrollo y Perspectiva.* Centro Iberolatinoamericano de la Tercera Edad. Segunda Edición. La Habana, Cuba.

RUIZ OLABUENAGA, JOSE IGNACIO (1999). *Metodología de la investigación cualitativa.* 2da ed. Universidad de Deusto. Bilbao. Serie Ciencias Sociales, vol.15.

RODRIGUEZ GOMEZ, GREGORIO; GIL FLORES, JAVIER y GARCIA JIMENEZ, EDUARDO (.2004) *Metodología de la investigación cualitativa:* La Habana, Editorial Félix Varela,

TAYLOR, S. J.; BOGDAN, R. (2003) *Introducción a los métodos cualitativos de investigación.* La búsqueda de significados: Editorial Paidós.



ZALDIVAR PEREZ DF. (2006). *Ocio y recreación en el adulto mayor*. [monografía en Internet]. La Habana: PHP-Nuke; 2006 [citado 1 marzo 2009]. Disponible en:<http://saludparalavida.sld.cu/modules.php?name=News&file=article&sid=25>

VARELA CARDENAS, GISELA. *Los ancianos son Patriarcas*. (2007). Disponible en: <http://www.giron.co.cu>, consultado: 20 de diciembre del 2014.

