

LA TERCERA EDAD. UNA BELLA ETAPA DE LA VIDA

THE THIRD AGE. A BEAUTIFUL LIFE STAGE

AUTORES: Dilsa Arias Olamendi¹

Alexander Peña Feria²

DIRECCIÓN PARA CORRESPONDENCIA: dilsaao@ult.edu.cu

Fecha de recepción: 28-04-2016

Fecha de aceptación: 08-06-2016

RESUMEN

La sociedad cubana se ha preocupado por el bienestar de todos los ciudadanos desde el punto de vista físico, espiritual, social y económico, problemática que afecta el desarrollo, en sentido general, del adulto mayor; para ellos la vida se ha convertido en una costumbre a la soledad y los quehaceres del hogar. Los adultos mayores tienen mucho por contribuir: tienen sabiduría y experiencia y al mantenerlos saludables, funcionales e independientes, pueden continuar contribuyendo a sus comunidades, a sus familias y serán más felices. Para la realización de esta investigación varios profesores del Centro Universitario Municipal Jesús Menéndez de la Provincia Las Tunas inicialmente efectuamos un estudio en el período comprendido entre 2014 y 2015, sobre el acelerado envejecimiento del territorio. Se seleccionó en la Casa de Abuelos con 14 abuelos que existían, 25 adultos mayores de dos Círculos de Abuelos, 6 ancianos del Hogar de Ancianos .. Se tuvo en consideración la voluntariedad de la persona, el chequeo médico general y que pudiesen valerse por sí mismo para desarrollar las actividades previstas.. Es una prioridad en Cuba alcanzar una longevidad satisfactoria debido a que cada día hay más personas ancianas no incorporadas a la vida social ni laboral. Una de las causas fundamentales detectadas es que los Adultos Mayores asumen todo el quehacer del hogar, la necesidad de la práctica de ejercicios físicos en la Tercera Edad y la inserción a la sociedad desde la comunidad hasta todos los espacios del territorio.

PALABRAS CLAVE: Tercera Edad; longevidad; ejercicios físicos; inserción a la sociedad.

ABSTRACT

Cuban society is concerned about the welfare of all citizens, from the point of physical, spiritual, social and economic, affecting development, in general, the elderly; this idea has become a problem for the people of the Third Age. To carry out this research a study was conducted in the period between 2014 and 2015. A sample of 145 adults older than two circles of 26 adults Grandparents and Grandparents house was selected. Voluntariness of the person, the general medical checkup and could fend for itself to

¹ Máster en Ciencias. Profesora Auxiliar de la Filial Universitaria Municipal "Jesús Menéndez". Universidad de Las Tunas. Las Tunas, CUBA.

² Ingeniero. Docente de la Filial Universitaria Municipal "Jesús Menéndez". Universidad de Las Tunas. Las Tunas, CUBA. E-mail: alexanderpf@ult.edu.cu

develop planned activities was taken into consideration. The research was conducted in the municipality of Jesús Menéndez, Las Tunas province relying on the Policlínico Pozo Mario Ochoa, the Nursing Home Juan Pablo Carbó Serviá and the House of Grandparents Juan Almeida Forest. Cuba is a priority in achieving a satisfactory longevity because every day there are more elderly people not incorporated into the social and working life. One of the identified root causes is that people assume all the work of the family. In coordination with the National Institute of Sports and Recreation (INDER) the need for physical exercise in the Third Age and the integration into society was shown from the community to all areas of the territory.

KEYWORDS: Aging; longevity; physical exercises; integration into society.

INTRODUCCIÓN

Es importante el estudio de los sentimientos y necesidades de los adultos mayores porque nos permite conocer sus necesidades espirituales y, psicológicas, causas que en Cuba conduzcan a la problemática investigada a nivel nacional, provincial y municipal. Convirtiéndose en un problema real detectado y preocupante la pobre incorporación de las personas de la tercera edad a la sociedad y su formación en los resultados físicos y psicológicos. En esta etapa de la vida, se destaca la importancia de la convivencia la cual da la unidad de lo externo y lo interno, de lo físico y lo psicológico de lo consciente y lo inconsciente, del pasado y el presente, vínculo actual de la persona con su realidad, con la realidad pasada que él actualiza, con la problemática de las relaciones con su familia que en muchas ocasiones los maltratan o ignoran sus necesidades , incluyendo sus opiniones Otro aspecto importante que justifica nuestra investigación es el sentido orientativo hacia las alteraciones que pueden tener estas personas de la tercera edad en la solución de problemas, para lo cual deben recurrir a múltiples operaciones, como los ejercicios físicos, la relación con personas de su propia edad y las actividades que realizan por parte de otros organismos e instituciones.

Podemos afirmar que la comunicación con los adultos mayores es fundamental para el desarrollo psicológico de los mismos, para el logro de sus potencialidades.

Las bases científicas de partida se complementan, de manera que se aborde el trabajo con el adulto mayor desde una perspectiva del desarrollo, como individuo que transita naturalmente por esta etapa del ciclo vital, y que se incorpora al sistema de exigencias de estudios considerando las características de su edad.

Estas insuficiencias dieron lugar al siguiente problema científico ¿Cómo fortalecer las acciones psicológicas y físicas en los adultos mayores de los Consejos Populares de Pueblo Viejo y El Batey del Municipio Jesús Menéndez en la Provincia Las Tunas

Existe entre los adultos de la tercera edad un predominio de las principales insuficiencias detectadas que fueron las siguientes:

1. Que es la soledad por problemas del hogar dada la inserción de la familia a la vida social.
2. No se aprovechan las potencialidades que tienen los espacios organizativos en las comunidades para trabajar las situaciones psicológicas y físicas de las personas de la tercera edad .

3. Los organismos y entidades no siempre planifican y desarrollan actividades para elevar el nivel psicológico y físico de los adultos mayores.

Las principales insuficiencias detectadas fueron las siguientes:

- Diagnosticar el estado de salud general en los adultos mayores en las Comunidades del casco urbano del municipio Jesús Menéndez en la Provincia Las Tunas.
- Seleccionar las actividades a tener en cuenta para elevar el programa que fortalezca las actividades psicológicas y físicas en los adultos mayores en las comunidades del casco urbano del Municipio Jesús Menéndez en la Provincia Las Tunas.
- Validar el resultado del programa de actividades físico-psicológicas para fortalecer el estado psíquico y físico de los adultos mayores de la tercera edad de las comunidades de los Consejos Populares de Pueblo Viejo y el Batey en el Municipio Jesús Menéndez en la Provincia Las Tunas una vez aplicado.

DESARROLLO

En la investigación se utilizaron métodos, tanto teóricos como empíricos. Entre los teóricos se pueden mencionar:

Histórico - Lógico: Es el método que permitió estudiar la trayectoria de los antecedentes históricos existentes sobre la problemática hasta el momento investigado y los aspectos teóricos, sus tendencias actuales desde posiciones, psicológicas y físicas; así como la búsqueda de información sobre los programas de las organizaciones insertadas en la investigación lo que permitió revelar la lógica interna de las diferentes tendencias para establecer las bases teóricas que sustentaron la investigación.

Análisis - Síntesis: Se empleó en todos y cada uno de los momentos de la investigación, desde el diseño hasta las conclusiones, en la consulta de fuentes, documentos y entrevistas para arribar a generalizaciones lógicas y en particular para la búsqueda de lo nuevo, de sus nexos lógicos a partir de sus partes componentes, sus cualidades y relaciones esenciales para realizar el análisis de los resultados obtenidos.

Inductivo - Deductivo: Posibilitó conformar el programa de actividades físico psicológicas y recreativas para personas mayores de la tercera edad objeto de investigación para fortalecer la inserción, fundamentado un conjunto de juegos, actividades culturales, deportivas, excursiones, psicológicas y físicas.

Entre los métodos empíricos estuvieron:

Encuestas: Para diagnosticar las principales deficiencias reveladas en el proceso y obtener información referente a la efectividad del programa.

Entrevistas: Posibilitó conocer cómo se concretan las principales orientaciones psicológicas y físicas ofrecidas por los dirigentes del territorio y ejecutores en aras de fortalecer las actividades psicológicas y físicas en los adultos mayores de la tercera edad de las comunidades urbanas del Municipio Jesús Menéndez.

Observación: Para constatar, comparar y valorar el estado inicial y final de la investigación.

Análisis Documental.: Es el método que facilitó utilizar la información existente en la literatura especializada y la que se obtiene por los instrumentos empíricos aplicados, para tener datos concretos sobre los personas de la adultos de la tercera edad investigados con el objetivo de analizar cómo aplicar un programa de actividades físico-psicológicas y recreativas, para la ocupación del tiempo libre de este sector de la población, así como una búsqueda y estudio de materiales relacionados con dicho tema.

Entre los procedimientos empleados estuvieron:

Observación: En la población de los adultos mayores de la tercera edad de las comunidades citadas anteriormente se detectó la necesidad de aplicar una serie de instrumentos que sirvieran para diagnosticar las condiciones existentes en cuanto a la práctica de las actividades psicológicas-recreativas y su incorporación a ellas a través de la búsqueda de un método el cual ayudaría a tal fin.

Encuesta a la población objeto de estudio que facilitó conocer la situación real existente en relación con las actividades psicológicas y físicas de los adultos mayores de la tercera edad investigados, sus gustos y preferencias, las actividades tradicionales de carácter recreativo practicadas por ellos, el grado de organización de las actividades, las ofertas y necesidades existentes al respecto, el grado de aceptación y participación en nuevas actividades y la motivación esperada.

Las actividades psicológicas- recreativas son una parte importante del problema total de los adultos mayores, pues estos ayudan a que personas habi-tuadas a un ritmo de vida en plena correspondencia con los quehaceres del hogar no se excluyan de las actividades porque esto resultaría un serio daño para ellos, lo que le pudiera proporcionar traumas psíquicos, morales y sociales, así como acelerar el proceso involutivo.

Este trabajo se desarrolló en el período del 2014 al 2015 por tres profesores del Centro Universitario Municipal, posteriormente se constataron especialmente con le Ministerio de Salud Pública en el Municipio y otras entidades y organismos.

Cuba muestra resultados importantes de salud, seguridad social, atención a sus jubilados y cultura comunitaria en sus adultos mayores. Ahora están dadas las condiciones para mostrarse también como paradigma nacional en la atención educacional de los adultos Mayores.

En las Cátedras del Adulto Mayor y sus Filiales municipales (también llamadas Universidades de Adultos Mayores) se integran recursos humanos calificados de cada territorio que colaboran en la realización de estas actividades docentes e investigativas. Los claustros están formados por profesores del CUM pedagogos, psicólogos, sociólogos, médicos, instructores de arte, especialistas de la cultura física, de las ciencias, dirigentes sindicales, de los talleres integrales comunitarios, en fin recursos humanos que ofrecen de manera voluntaria sus conocimientos a favor del desarrollo de las personas mayores de su comunidad. La ancianidad es la fase final de la vida.

Se realizaron inicialmente por los profesores del Centro Universitario Municipal encuestas para determinar cómo contribuir a insertar a los adultos mayores a la vida social y saber hacia qué dirección llevar nuestro trabajo.

Nos referíamos esencialmente a conocer sus aspiraciones y necesidades como:

- Quiénes somos, cada uno de los abuelos se presentan, también el profesor lo hace se presenta.
- Brevemente refiéreles a los momentos más significativos de su vida como trabajador, si lo fue o acerca de sus vivencias más significativas.
- Coméntenos sobre su familia y que actividades desarrolla usted en el seno familiar
- Qué temas les gustaría recibir.

Actividad 2: Los pescadores

Objetivo: Mejorar la coordinación, equilibrio, la percepción y la diferenciación de las especies marinas

Materiales: Hilo, alambre, cartón, lápiz de color, vara de madera o plástico

Organización: Se conformarán dos equipos y en ellos sus integrantes se dividirán en parejas a la vez las mismas determinarán quien será el pescador y quien el ayudante.

Descripción: A una distancia de 2 – 3 metros en el suelo se situarán detrás de una línea la figura en cartón de diversos peces en colores la cual tendrá un aro en la parte que representa la boca y cada figura tendrá un valor cuantitativo diferente. El pescador con una vara de 1.50 m de longitud de la cual pende un hilo que termina en un anzuelo tratará de pescar cuantas figuras pueda, introduciendo el anzuelo por el aro de la figura y recojiéndola para entregársela a su compañero que los retendrá para saber la puntuación obtenida en un tiempo de dos minutos

Recomendaciones Metodológicas: Solo pescará una pareja de cada equipo al mismo tiempo en la misma área.

Reglas.

- 1) Si se cae en el traslado el pez recogido, no es valido
- 2) Se comienza a pescar a la voz del profesor que controlará el tiempo reglamentado
- 3) Solo estarán en la línea inicial las parejas que pescan, las cuales no la traspasarán hacia el área donde están los peces.

Esta actividad permitió conocer el equilibrio y la estabilidad de los participantes

Actividades físico-recreativas en contacto con la naturaleza.

Actividad: Siembra de plantas ornamentales y maderables

Objetivo: Interactuar con el medio ambiente

Los adultos mayores para vincularse al medio ambiente, mejorar las condiciones ambientales de la comunidad, participarán en la siembra de plantas

Actividad 4. Juego cooperativo: Un juego cooperativo es un juego en el cual dos o más jugadores no compiten, sino más bien se esfuerzan por conseguir el mismo objetivo y por lo tanto ganan o pierden como un grupo. En otras palabras, es un juego donde

grupos de jugadores pueden tomar comportamientos cooperativos, pues el juego es una competición entre equipo de jugadores más que entre jugadores individuales.

Actividad 5 Nombre: La Película

Tipo: Dramatizado

Materiales: Ninguno

Organización: Se divide el grupo en dos equipos.

Desarrollo: Cada equipo se separará del otro y escogerá una historia de una película que hayan visto, el primer equipo seleccionará un integrante del equipo contrario para que este dramatice la película que tienen prevista; el participante que fue seleccionado para dramatizar debe hacerlo lo más fácil posible para que sus compañeros de equipo adivinen el nombre de la película y puedan obtener un punto.

Seguidamente le corresponderá al otro equipo y seguirá la competencia de la misma forma.

Reglas:

- 1) Cuando se esté dramatizando la historia ninguno de los jugadores podrá hablar.
- 2) Se dará un minuto para que dramatice la historia y su equipo pueda responder.
- 3) Ganará el equipo que más puntos obtenga.
- 4) Se dará un punto por cada acierto.

Sugerencia metodológica:

Este juego puede ser desarrollado con los discapacitados según sus posibilidades de discapacidad. Puede ser la dramatización oral o corporal según el caso.

El valor que aporta es la cooperación y ayuda mutua entre los compañeros del mismo equipo para identificar la película y ganar.

Mediante este juego se puede mejorar la expresión oral y/o corporal de los discapacitados en plena concordancia con su discapacidad.

ACTIVIDAD 6

Nombre: El electricista caliente

Tipo: De coordinación

Materiales: Ninguno

Organización: Dos equipos

Desarrollo:

Los equipos, cada uno formando una fila a un paso de distancia entre ellos y tratarán de tocarse con cualquier extremidad o parte del cuerpo lo más rápido que puedan.

Reglas:

- 1) Deben mantener la distancia los integrantes de cada equipo.

- 2) No pueden utilizar un objeto para tocar al otro compañero.
- 3) Ganará el equipo que primero llegue a tocar al último jugador
- 4) Se tocara en la dirección que oriente el profesor.

Sugerencia Metodológica:

Este juego puede ser realizado desde la posición inicial sentado o parado.

Su valor radica en la cooperación y ayuda mutua que todos deben tener para ganar el juego. El logro final será el esfuerzo de todos juntos.

El envejecimiento poblacional no es un fenómeno exclusivo de las sociedades modernas, ha estado presente en todas las etapas del desarrollo social. Cuba es ya un país en desarrollo con un envejecimiento importante de su población, demográficamente este proceso ha tenido diferentes implicaciones, entre ellas de gran importancia el carácter humano y ético que debe estar presente en el cuidar a personas ancianas. El objetivo general del trabajo fue valorar el carácter humano y ético de la atención integral al adulto mayor en Cuba.[4]

El objetivo general del trabajo fue valorar el carácter humano y ético de la atención integral al adulto mayor en Cuba. Para el logro de los objetivos se efectuó un estudio descriptivo valorando la presencia de los aspectos humanos y éticos presentes en los tres subprogramas de atención integral al adulto mayor, el subprograma de atención comunitaria, el subprograma de atención institucional y el subprograma de atención hospitalaria. Se concluye que el carácter humano y ético está presente en todos y cada uno de los programas del adulto mayor, además se añade la participación de la familia y la comunidad. Las organizaciones políticas y de masa garantizan las condiciones de vida y la salud de los ancianos. Se recomienda mantener y reforzar las tareas encaminadas a la preparación de los recursos humanos que brindarán cuidados a las personas de edad y garantizar la preparación científica técnica, profesional, ética y humana que debe estar presente en el arte de cuidar. [Rev Cubana Enfermer v.23 n.3 Ciudad de la Habana jul.-sep. 2007

El personal relacionado con el Ministerio de Salud Pública, el Instituto de Deporte Cultura y Recreación y en la Casa de la Cultura tienen una tarea hermosa con relación a los adultos mayores, porque integrarles a las actividades es colaborar con el gran objetivo de atender a un sector poblacional necesitado por su interés y edad, que son mayoritarios en la población, pero que no dejan de ser importantes para la sociedad que los atendería de forma diferenciada para que no se sintieran excluidos y por lo tanto facilitaría la resocialización de estos, fortalecería su salud, arraigaría la valencia por sí mismos, las relaciones interpersonales, todo ello tributaria también a profundizar la solidaridad entre los mismos y los demás integrantes de la comunidad.

DISCAPACIDAD. Es la restricción debida a una deficiencia de la capacidad para realizar una actividad en la forma considerada normal.

VALOR. Todo objeto, idea, concepción que tiene una significación socialmente positiva para un sujeto o grupo y sociedad determinada, cuya concreción representa un proceso social". (José R. Fabelo Corzo .1989), también define que: los valores espirituales son

las tendencias del desarrollo social expresado en forma de ideal, son los intereses de la sociedad traducidos en el plano de la conciencia social.

Actividad física aplicada a los adultos mayores, objeto de estudio.

Hacer ejercicio es la forma más eficaz de cuidar la salud y mejorar el estado o acondicionamiento físico y psicológico.

El ejercicio aporta los siguientes beneficios:

- 1- Previene la enfermedad coronaria, principal causa de mortalidad.
- 2- Ayuda a prevenir, controlar y tratar la hipertensión arterial, leve y moderada.
- 3- Previene la diabetes no insulino dependiente.
- 4- Controla la osteoporosis.
- 5- Previene la obesidad en adultos y niños.
- 6- Ayuda a combatir la depresión y la ansiedad.
- 7- Actúa a la prevención de lesiones lumbares.
- 8- Ayuda a prevenir la incidencia de accidentes cerebro-vasculares.
- 9- Disminuye la incidencia de ciertos tipos de cáncer.
- 10- Mejora el descanso nocturno y el sueño.

En Cuba actualmente se invierten grandes recursos financieros destinados para la conservación de un adecuado estado de salud de la población, con énfasis en los adultos mayores, por otra parte, con independencia de los adelantos actuales, la medicina moderna no cuenta con todos los recursos necesarios para el rejuvenecimiento o la prolongación de la vida del hombre.

En el Municipio Jesús Menéndez existen 2 centros para atención a los adultos mayores ellos son el Centro Pastoral Social Madre de Calcuta ,al que asisten 24 ancianos los que se valen por sí mismos, caracterizados por ser enfermos , no tener familia , estar abandonados por sus familiares reciben bajos ingresos .Se les oferta el servicio de cocina comedor, peluquería Barbería, enfermería y una Lavandería estos servicios son gratuitos ya que en servicio de cocina comedor solo se les oferta el almuerzo ,los gastos los asume la Iglesia Católica, Cuentan con 6 personas que los atienden cuyos ingresos los asume también la Iglesia Católica los mismos oscilan entre 300 y 400 pesos es gratificada por Japón, el Centro Pastoral le agradece a la Embajada de Japón en Cuba ,El nombre de este centro es Maria Teresa de Calcuta, con la predicción siguiente si no se vive para los demás .la vida carece de sentido.

Otro Centro de atención es La Casa de Abuelos Juan Almeida Bosques con 26 miembros. Tiene entre los requisitos, tener más de 60 años, valerse por sí mismos ,no tener familia .o de tenerla deben de ser trabajadores para que los mismos estén vinculados a la Vida laborar para que los mismos tengan la posibilidad de poder continuar su vida laborar,

Esta Casa de Abuelos tiene 4 años de creada, los abuelos tienen que pagar 25 pesos al mes por los servicios que reciben que son, desayuno. Las 2 meriendas, almuerzo y

comida. Son atendidos por Salud por un médico una enfermera, un podólogo, un Psicólogo, organismos como el INDER, la Casa de la Cultura la Biblioteca Publica Especialistas del Museo y de la Galería de Arte son alumnos de La Cátedra Universitaria del Adulto Mayor que es uno de los Procesos Sustantivos de la Universidad, realizan excusiones por ejemplo recorridos turísticos como a la Capital de la provincia las Tunas de forma totalmente gratuita. El personal que los atienden son remunerados por el Ministerio de Salud Pública dirigidos por una Licenciada en Trabajo Social.

En Ministerio de Trabajo y Seguridad Social en el Municipio Jesús Menéndez cuenta con aproximadamente 900 ancianos que padecen alguna enfermedad que les impide incorporarse a la sociedad o viven solos. Estas personas reciben una oferta en dinero entre 140 y 240 pesos. Los mismos se atienden sistemáticamente por Trabajadores Sociales que inician el proceso de investigación hasta el proceso final que se llega a la conclusión de los casos más críticos ya que existe la prestación monetaria temporal, durante todo el año que dura el proceso se continúa el trabajo con un seguimiento para el año entrante conocer y verificar las personas mayores necesitadas.

En el territorio se ofertan chequeras (dinero) que oscilan entre 47.00 pesos y 340.00 estas personas en su mayoría amas de casa que las atiende las cuidadoras. Estas son personas que a través de una escuela incorporada en el territorio a atender a las personas objetos de estudio; son personas que se van preparando para tan noble labor, a las mismas les oferta su salario el Ministerio de Trabajo.

Existen 5 personas mayores que viajan dos veces al año a La Habana (a consulta médica) al reunir las condiciones antes descritas reciben 552.00 pesos en cada viaje. Este organismo también les otorga a los más necesitados útiles para el hogar así como aseo personal, ropa de cama, ropa y zapato y otros recursos que entren al territorio todo de forma gratuita.

El Instituto Nacional de Deporte Educación Física y Recreación atiende el Programa de Actividades de los Adultos Mayores aproximadamente son entre 900 y 140 de ellos pertenecen a Círculos de Abuelos 106 grupos que son capacitados con los Activistas de Deporte y Recreación. Estas personas necesitan realizar ejercicios físicos especialmente para los obesos, los asmáticos, hipertensos, diabéticos, enfermedades de transmisión o sea, que existe una estrecha relación entre las organizaciones del municipio cuyo objetivo es mejorar la calidad de vida del adulto Mayor para que se rehabilitan en el Hogar o en Círculos de Abuelos bajo previa prescripción médica, reciben además la fisioterapia.

Como parte de las actividades de salud se encuentra el Hogar de Ancianos que tiene 56 ancianos internos, 8 seminternos. Las enfermedades más frecuentes son la hipertensión, la diabetes, la cardiopatía y 10 postrados o semipostrados. Cuentan con médico de la familia, 4 enfermeras, 8 auxiliares a tiempo completo rotándose el horario de trabajo. En el 2014 fallecieron 16, en el 2015 fallecieron 7.

Con respecto a la alimentación es buena sana y saludable de acuerdo a su patología, el local permanece limpio, las interconsulta son en Puerto Padre (municipio vecino), si se presenta una enfermedad de momento se acude inmediatamente a brindar ayuda.

Reciben un módulo de aseo personal (jabón, pasta dental, cepillo de dientes, talco, champú, colonia, ropa y zapato)

Hoy existen en la Casa de los abuelos una matrícula de 36 adultos, En la Casa Teresa De Calcuta 25 y han aumentado los Círculos de Abuelos del área investigada a 8.

CONCLUSIONES

Las familias asimilaron la necesidad de ayudar y apoyar al adulto mayor en el hogar dada la inserción de la familia a la vida social y a la comunidad.

Se aprovechan las potencialidades que tienen los espacios organizativos en las comunidades para trabajar las situaciones psicológicas y físicas de las personas de la tercera edad.

Los organismos y entidades comenzaron a insertarse, planifican y desarrollan actividades para elevar el nivel psicológico y físico de los adultos mayores

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Llanes, M.C. (2006). LAS PERSONAS ANCIANAS EN LA JURISPRUDENCIA ARGENTINA. ¿HACIA UN DERECHO DE LA ANCIANIDAD? Revista Chilena de Derecho, vol. 33 N°1, pp. 37 - 68 [2006]

Morfi, R., Pérez, D., Álvarez, E. (2000). Gestión de la ciencia y la técnica para la prolongación de la vida. Algunas reflexiones. Cátedra Universitaria del Adulto Mayor de la Universidad de la Habana. Documentos de Proyecto Pedagógico, Diseño Curricular y Programa Modular.