

Artículo original

Transición del adulto mayor productivo al envejecimiento activo

Flores-Villavicencio M. E. (1); Decena-Hernández K. (2); Vega-López M. G. (1); Cervantes-Cardona G. A. (3); Meza-Flores I. J. (1); Valle-Barbosa M. A. (1).

(1) Profesor Investigador, Centro de Estudios de Desarrollo y Población, adscrito al Departamento de Ciencias Sociales, del CUCS, U. de G., (2) Asistente de Investigación, Centro de Estudios de Desarrollo y Población, adscrito al Departamento de Ciencias Sociales, del CUCS, U. de G., (3) Profesor Docente del CUCS, U. de G.

Resumen

Introducción: El cambio de la etapa productiva al envejecimiento activo ha generado un aumento potencial de carga sobre la economía, por la reducida cobertura de planes de pensiones y exclusión del empleo formal, aumentando la realización de actividades no remuneradas, ocasionando dependencia familiar para la supervivencia cotidiana. **Objetivo:** Analizar la expectativa que tienen los adultos mayores respecto al cambio del envejecimiento productivo hacia su envejecimiento activo basados en el mantenimiento de la actividad laboral. **Material y Método:** Se seleccionaron adultos mayores de la comunidad de Tecolotlán Jalisco, se les aplicó un cuestionario para recabar datos sociodemográficos, la escala de Duke-Unk de apoyo social y se realizaron preguntas para obtener información sobre su ocupación laboral antes, en la actualidad y su perspectiva a futuro. **Resultados:** Se identificó que el 63.0% no fueron jubilados, el 34.0% no recibían ningún tipo de apoyo económico y el 66.0% si lo recibían. La actividad que realizaban después de cumplir 60 años o son jubilados, las mujeres se dedicaban a ser amas de casa, el 39.1% de hombres no hacían nada y el resto de ellos aún seguían realizando actividad remunerada. Las actividades que les gustaría desarrollar en un futuro a las mujeres continuar en actividades del hogar, el 19.6% de los hombres seguir en la agricultura, el 17.6% aun no sabían que querían hacer. **Conclusión:** Es importante señalar los indicadores que permitan crear políticas adecuadas y programas laborales para los adultos mayores continúen manteniendo su productividad para que su transición al envejecimiento activo sea saludable.

Palabras Clave: Envejecimiento Productivo, Envejecimiento Activo, jubilación, actividades no remuneradas.

Summary

Introduction: The change from the productive stage to active aging has generated a potential increase in the burden of the economy due to the reduced coverage of pension plans and exclusion of formal employment, increasing the performance of unpaid activities, causing family dependence for daily survival. **Objective:** To analyze the expectation that older adults greater have regarding the change from productive aging to their active aging based on the maintenance of work activity. **Material and Method:** Older adults were selected from the community of Tecolotlán, Jalisco, a questionnaire was applied to collect socio-demographic data, the Duke-Unk scale of social support and questions were asked to obtain information about their occupation before, at present and their perspective to future. **Results:** It was identified that the 63.0% were not retired, 34.0% did not receive any type of financial support and 66.0% they received it. The activity they did after turning 60 or retired, women were housewives, 39.1% of men did nothing and the rest of them were still doing paid work. Activities that they would like to develop in the future for women: to continue in activities from home, 19.6% of men remain in agriculture, 17.6% still did not know what they wanted to do. **Conclusion:** It is important to point out the indicators that allow us to create policies and work programs for older adults to continue keeping its productivity so that the their transition to active aging is healthy.

Keywords: Productive aging, active aging, retirement, unpaid activities.

Introducción

A nivel mundial, el envejecimiento poblacional es uno de los fenómenos demográficos más importantes del siglo XXI debido a la mayor exigencia social y económica que genera este fenómeno. Esto se atribuye principalmente a dos factores demográficos asociados: la caída de la tasa de fecundidad y el descenso generalizado de la mortalidad, resultado del aumento de la esperanza de vida en todo el mundo. Cada día hay más personas mayores con alta expectativa de años por vivir, lo cual trae profundas modificaciones en las estructuras sociales, económicas y culturales que conducen a una rápida disminución de la mortalidad y el alza en la tasa de natalidad, que produce el aumento en la esperanza de vida en todo el mundo. En un futuro, este fenómeno podrá denominarse como el “siglo del envejecimiento de la población” y se convertirá en uno de los mayores problemas sociales y de salud, al aumentar las demandas sanitarias de la población que garanticen las condiciones para una vida digna.¹

En los datos reportados en el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI) (2010), se ha identificado que existen en México aproximadamente 9 millones de adultos mayores y se estima que las tendencias estadísticas para los próximos 40 años irán en aumento, se considera que para el 2020 habrá 15 millones y para el 2050 se podría llegar a 25 millones, aproximadamente el 30% de la población total, lo que provocará el aumento de la incidencia y prevalencia de enfermedades crónico degenerativas, siendo las principales causas de muerte en las personas mayores de 65 años.² Sin embargo, México debe enfrentar al mismo tiempo, el aumento del envejecimiento poblacional y los retos e impacto para las instituciones públicas, esto es a partir del momento que se ha determinado que la edad cronológica de corte para definir “viejo” es de 70 años, es aquí cuando se contemplan varios objetivos: edad de retiro, de jubilación, pérdida de concesiones y ruptura de vínculos sociales. Esto significa que el envejecimiento plantea desafíos relacionados a la actividad laboral y es considerado como una etapa poco rentable, por ser un indicador que ejerce presión en los sistemas de apoyo social, con aumento de las demandas sanitarias de esta población, con la finalidad de garantizar condiciones de vida digna para la misma.^{2, 3, 4, 5}

En este escenario, un factor crítico relacionado con el área laboral de los adultos mayores es la reducida cobertura de los planes de pensión y exclusión del empleo

formal en esta población, dando paso a actividades que socialmente no son remuneradas, dedicando más tiempo a realizar estas actividades voluntarias, aumentando esta situación en las edades de 70 a 75 años, y además carecen de acceso a mecanismos institucionales para satisfacer sus necesidades, ocasionando dependencia de su familia para la supervivencia cotidiana, presentándose más en el género femenino.⁶

Esto explica por qué un alto porcentaje de adultos mayores, ante la necesidad de obtener ingresos y costear sus gastos, se ven obligados a iniciarse en actividades económicas informales, que se refleja en la alta tasa de participación en este sector laboral después de los 65 años de edad.⁷

Este fenómeno surgió a raíz del incremento de la esperanza de vida y la pronta jubilación, generando una proporción de ancianos trabajadores en activo que crece con rapidez, y en consecuencia provoca desequilibrio y crisis en las pensiones, efecto denominado como la “bomba de relojería”,² vinculada a la presión que se ejerce sobre los ancianos para mantenerlos en la población activa, condicionada por el género, constatando que las mujeres, a diferencia de los hombres, forman la mayor parte de la población que rebasa los 60 años con carencia de educación básica; su contribución laboral consiste en actividades domésticas no estructuradas, siendo menos beneficiadas en los programas de pensiones, aumentando la probabilidad de sufrir pobreza.⁸

Miralles¹ retoma el concepto de envejecimiento productivo que definieron en el estudio realizado por Bass, Caro y Chen (1993) considerando a “...cualquier actividad desarrollada por una persona mayor que produce bienes o servicios, sea remunerada o no, o desarrolla capacidades para producirlos”, postura que se complementó con la propuesta que se expresó de la siguiente manera: “la capacidad de un individuo o una población para servir en la fuerza de trabajo remunerada, en actividades de voluntariado, ayudar en la familia y mantenerse independiente como sea posible”.⁹ En relación a estas posturas se sostiene que productivo es lo significativo para el individuo, defiende que cualquier tipo de ejercicio físico o intelectual debe ser considerado de esta forma por su potencial para contribuir a la salud física y mental.¹⁰

Estos conceptos enfatizan que la productividad del adulto mayor debe entenderse como el conjunto de beneficios

colectivos a nivel social y económico que se obtienen a partir de las acciones individuales,¹¹ para la creación de riqueza y el bien común, impactando en la vida activa y exitosa del sujeto, manteniendo su rol de participación social y productiva.¹ Este aporte hace referencia a la forma de envejecer sin dejar de ser miembros activos y productivos dentro de la sociedad en que se vive. Ser productivo no se limita solo a lo económico, sino que abarca la parte social del individuo.

Cabe resaltar que la transición a envejecimiento activo se dio primero por un movimiento sociopolítico llamado “envejecimiento productivo” en el año 1980 en los Estados Unidos de América, donde se trabajó con el concepto, iniciando un cambio en los enfoques de análisis de los estudios dedicados a las personas mayores. La clave fue centrar la investigación en todo el proceso vital de las personas, poniendo especial atención a las necesidades surgidas en la última etapa. De esta manera, se observó que un análisis basado en la edad cronológica no es indicativo para delimitar el fin e inicio de las etapas.¹³

No obstante al llegar el sujeto a la edad entre los 60 a 65 años, ya no interesa a la sociedad promover la actividad en esta población sólo por el fin de mantenerlos activos, a pesar de las oportunidades que tiene el adulto mayor para seguir participando de otra forma deja de ser productivo, y se inicia en ocupaciones de la vida cotidiana, colaborando notoriamente en las dinámicas diarias de la familia y la comunidad. Muchos desempeñan tareas remuneradas, como la costura, el cuidado de enfermos, la docencia, la producción artesanal, el comercio o la profesión que han ejercido a lo largo de su vida y su objetivo de vida se centra solo en el beneficio individual.¹⁴

El termino envejecimiento activo es un concepto de carácter nacional e internacional y es un tema que ha llamado la atención de organismos como la Organización de las Naciones Unidas (ONU), Organización Mundial de la Salud (OMS), Organización de Cooperación Económica y de Desarrollo (OCDE) y la Unión Europea (UE), que han unido esfuerzos para investigar su efecto en la población e integrar políticas y estrategias de aplicación y promoción. La visión que tienen de quienes envejecen es de un grupo poblacional caracterizado por la inactividad, improductividad, dependencia y ruptura de vínculos sociales, en base a esta postura se tiene el compromiso de erradicar ese

estigma, con un concepto de envejecimiento activo que permita ajustar las ocupaciones al hecho de que se vive más tiempo de manera eficiente y con mejor salud que nunca, aprovechando las oportunidades con la adopción de estilos de vida saludables al trabajar más tiempo, jubilarse más tarde y manteniendo buena actividad física después del retiro.¹⁵

Pero fue hasta en los años 90 cuando la OMS adoptó el término “envejecimiento activo”, que anteriormente se basaba en las necesidades, y posteriormente fue sustituido por una planificación cimentada en derechos;^{13, 16} hasta finales del siglo pasado la OMS acuñó este concepto, que le permitiría afrontar muchos de los retos del envejecimiento, definiéndolo como “el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad con la finalidad de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen”,¹⁷ en esta definición se resaltó que hay muchas formas de entender el envejecimiento activo, si bien todas ellas hablan de salud, seguridad y participación de un modo u otro, constituyendo un enfoque integral donde se deberá emplear una serie de herramientas más allá de las reformas de jubilación,^{12, 17} lo anterior hace énfasis en la importancia de reconocer que las personas que se jubilan y las que están enfermas o viven en situación de discapacidad, pueden seguir contribuyendo activamente con sus familias y la comunidad, ampliando su esperanza de vida con salud y calidad.¹⁹

En la literatura se evidencia una problemática para la identificación de adultos mayores con envejecimiento activo, esto se debe a la diversidad de criterios de evaluación unidimensional y multidimensional, que ha provocado una variación en la prevalencia del envejecimiento activo que actualmente oscila entre 12% y 50% de adultos mayores con esta característica²⁰ y que descende notablemente conforme aumenta la edad, así como sucede una disminución considerable por género, puesto que el declive en la participación de hombres es mayor que en las mujeres. Cabe insistir que buena parte de los adultos mayores que continúan ocupados lo hacen en la economía informal o en carácter de ocupados no registrados en el mercado formal, esta controversia impide la existencia de un consenso para evaluar y establecer los determinantes (personales, sociales, económicos y estilos de vida) que participan en el desarrollo de un envejecimiento activo.^{21, 22}

Por tanto, resulta necesario elaborar una concepción de envejecimiento activo que implique responsabilidad de la persona hacia los cuidados de su salud, al estilo de vida que adquiera adecuándolo a las condiciones vitales y la participación en la realidad social, que en conjunto son la clave para lograr una calidad de vida satisfactoria y autonomía, semejante a la estipulada por la Comisión Económica para América Latina y el Caribe, que conceptualizó al envejecimiento activo como “el proceso de optimizar las oportunidades de salud, participación y seguridad a fin de mejorar la calidad de vida de las personas mayores, fomentar la autoestima, la dignidad de las personas y el ejercicio pleno de todos sus derechos humanos y libertades fundamentales”.²³

El objetivo del estudio consiste en analizar la expectativa que tienen los adultos mayores respecto al cambio del envejecimiento productivo hacia su envejecimiento activo, basados en el mantenimiento de la actividad laboral.

Material y Método

Es un estudio descriptivo Transversal realizado en 100 adultos mayores de 60 años de la comunidad de Tecolotlán, Jalisco, México, durante el mes de julio del 2014.

Entre los instrumentos aplicados, se utilizó un cuestionario para recabar datos sociodemográficos y de salud: edad, sexo, escolaridad, estado civil, aporte económico, enfermedades diagnosticadas, autopercepción de salud y recursos para la salud.

Para evaluar la percepción del apoyo social se utilizó la escala de Duke-Unk,²⁴ que mide los apoyos sociales percibidos referidos al apoyo confidencial (ítems 1, 4, 6, 7, 8 y 10) y referidos al apoyo afectivo (ítems 2, 3, 5, 9 y 11). Cada aspecto se evalúa mediante una escala Likert, con 5 opciones. La consistencia interna se ha estudiado obteniéndose un valor alfa de 0,90 para el total de la escala y de 0,88 y 0,79 para las escalas de apoyo confidencial y afectivo, respectivamente. Los resultados son: percepción de un menor apoyo cuando se obtiene un valor menor a 33 puntos, mientras que más de 33 se consideraba apoyo normal; respecto a las dimensiones de apoyo social se consideraba escaso apoyo afectivo cuando se registraba un puntaje menor de 15 y escaso apoyo confidencial al registrarse menos de 18 puntos.

Para evaluarla ocupación laboral, se realizaron preguntas con el fin de obtener información de tres ámbitos: la actividad laboral que realizaba antes, la que realiza actualmente, y aquella que le gustaría realizar.

Para el análisis de datos, se utilizó el programa SPSS versión 20, mediante el cual generamos estadísticos descriptivos, tablas de frecuencias y de asociación.

Resultados

Datos generales

El total de la muestra de adultos mayores evaluados se conformó con 51% hombres y 49% de mujeres, con edad promedio de 72.5 años y una desviación estándar de 8.7, la edad mínima era de 60 años y la máxima de 99, el estado civil se ubicó en un 57% casados, 8% solteros y 29% viudos.

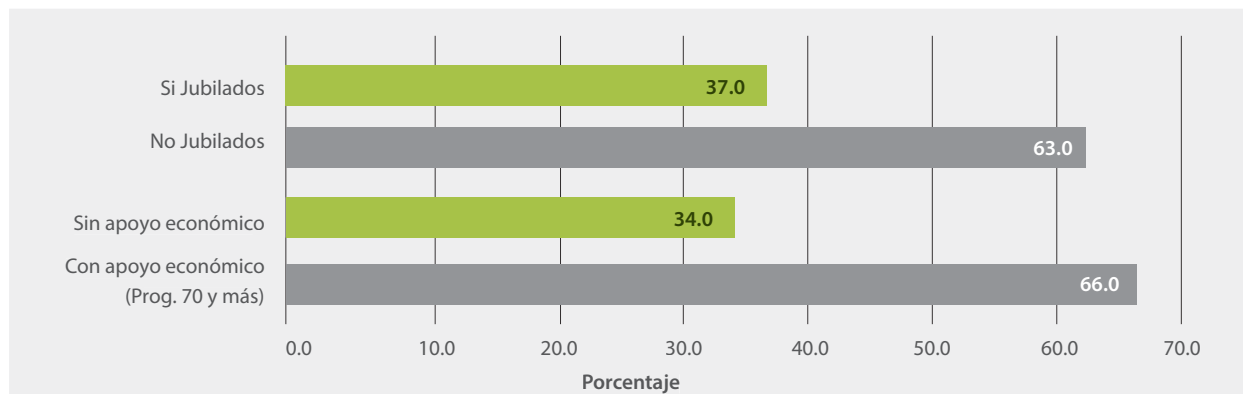
El grado escolar con mayor predominio fue el nivel primaria en un 76%. Se detectó que sólo el 92% de los entrevistados sabían leer y escribir, esta variable se asocia a que el 19% no asistió a la escuela, lo que significa que 11 de 19 casos aprendieron a leer y escribir por su propia cuenta. En relación al género, se concretó que de 9 hombres que no asistieron a la escuela, solo 2 no sabían leer ni escribir; mientras que de cada 10 mujeres que no asistieron a la escuela, 6 no sabían leer ni escribir.

Situación económica

En la muestra evaluada se identificó que el 63% de los adultos mayores en la actualidad no contaba con jubilación o pensión, de los cuales se evidencio que el 28.9% de los adultos mayores continúan dando aporte económico en su casa y el 31.6% de los casos el aporte económico lo realizaban sus hijos, se precisó que el 66% de los adultos mayores de 70 años, actualmente recibían ayuda económica por parte del gobierno con el programa social llamado 70 y más. Un dato relevante encontrado en esta población es que el 39% recibían ingresos por remesas provenientes de algún familiar en el extranjero.

En base a esta situación económica el 76% de los adultos mayores aún vive con su cónyuge y sus hijos (o son estos quienes no abandonan el hogar de los padres), solo evidenció que el 24% de los adultos mayores viven solos manifestando que el ingreso que mantenían ya sea de sus hijos o por el programa de apoyo consideraban que no era suficiente para cubrir sus gastos (ver figura 1).

Figura 1.
Porcentaje de la situación económica del adulto mayor



Apoyo social

Mediante el cuestionario de Apoyo Social Funcional de Duke-Unk, se evaluó el apoyo social percibido y las dimensiones de apoyo afectivo y apoyo confidencial. En relación al apoyo social percibido por el adulto mayor, se mostró diferencia significativa por género ($p < 0.00$), siendo las mujeres (91.8%), a diferencia de los hombres (72.5%), quienes manifestaron una percepción normal. En relación al escaso apoyo social, fueron más los hombres (27.5%) que las mujeres (8.2%), quienes lo percibieron como poco favorecedor en su vida, así mismo se demostró diferencia por estado civil, siendo los solteros con más apoyo social favorable que los casados, no existiendo diferencias estadísticas por edad.

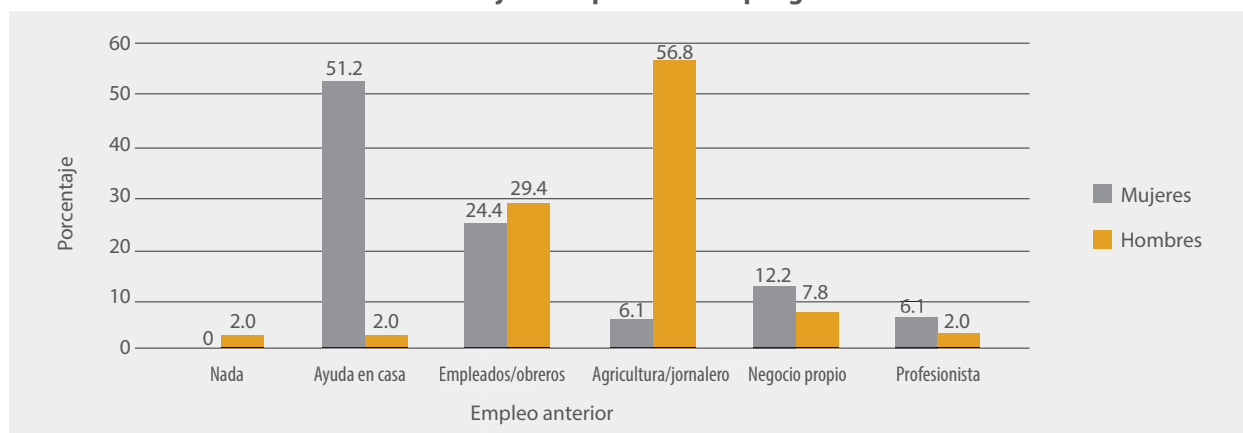
Entre las dimensiones que más se vieron afectadas en relación al género, se identificó que los hombres manifestaron tener menos apoyo afectivo, lo cual significa que existe poca demostración de amor, comunicación y empatía, por parte de su familia y amigos; mientras que las mujeres señalaron

un escaso apoyo confidencial, refiriendo que no cuentan con personas para comunicarse y confiar sus problemas, ya sea familiares o amigos.

Actividad productiva del adulto mayor

De la población total evaluada se demostró que el 52.3% continuaban en actividades productivas remuneradas y el 47.4% continuaban realizando actividades no remuneradas. En relación al género, se demostró que las mujeres anteriormente antes de ser jubiladas o bien al cumplir los 60 años de edad, su actividad principal consistía en labores del hogar, y una minoría realizaban actividades remuneradas como ser el 24.4% eran empleadas (24.4%) o bien contaban con un negocio propio (12.2%). Se encontraron grandes diferencias en el grupo de hombres, se demostró que el empleo anterior en los hombres se concentraba en actividades remuneradas, como dedicarse a la agricultura, realizar trabajo de empleado/obrero y en un negocio propio. (Ver figura 2).

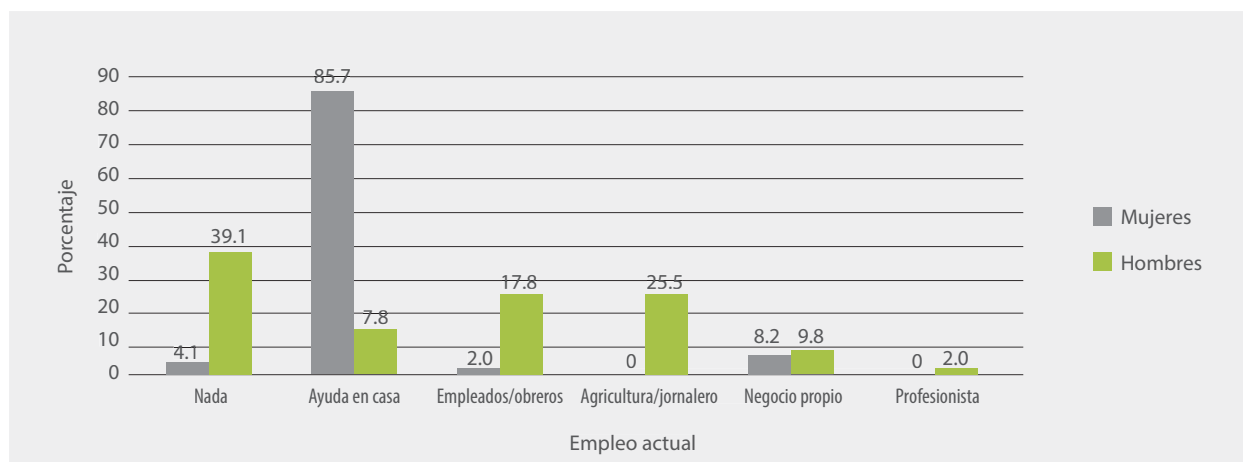
Figura 2.
Porcentaje de empleo anterior por género



Cuando se preguntó acerca del empleo que realizaban al momento del estudio, se elevó el porcentaje de mujeres adultas mayores que se dedicaban solamente a las actividades del hogar (51.2%), disminuyendo considerablemente y el porcentaje de quienes contaban con negocio propio o bien mencionaron no realizar ninguna labor.

Posteriormente, al llegar a la edad jubilatoria o bien cumplir 60 años, su actividad laboral cambió no tan drástica como la de las mujeres, pero se identificó que algunos continuaban realizando actividades remuneradas, pero si se demostró que un porcentaje considerable ya no realizaban alguna actividad, se en ambos grupos una diferencia significativa entre el empleo anterior y el empleo actual de $p < 0.00$ (Ver figura 3).

Figura 3.
Porcentaje de empleo actual por género



Para determinar si el adulto mayor continuaría siendo activo en relación al avance del proceso de envejecimiento, se realizó la pregunta sobre qué actividad les gustaría realizar en un futuro, obteniéndose respuestas semejantes en relación al género.

Se demostraron diferencias en relación al género, referente a las actividades que les gustaría dedicarse en el futuro: como el de seguir con salud, no sabían qué hacer en un futuro, o bien solamente querían descansar el resto de su vida o iniciar un negocio propio para mantenerse productivas.

Para sentirse aun activas las mujeres refirieron continuar con actividades no remuneradas como el ayudar con quehaceres de la casa para sentirse activas y útiles en su vida, mientras que los hombres expresaron que le gustaría tener un negocio propio para mantenerse ocupado y productivo, y no depender de sus hijos; se encontró una asociación significativa de $p < 0.003$ entre el género y la actividad a que les gustaría dedicarse (Ver figura 4).

Aunque no era el objetivo, se obtuvo información extra referente a que lo que les gustaría hacer a los adultos mayores en la actualidad es aprender a manejar los

teléfonos celulares modernos aunque su limitación visual y motora fina les provoca una limitante, también enfatizaron especialmente las mujeres (4.1%) que les interesaba estudiar en especial el manejo de las computadoras, para utilizar los nuevos programas de comunicación virtual, como es el caso del Skype, Facebook, Hangout etc., explicando que la finalidad de conocer estas nuevas tecnologías podrían interactuar más con sus nietos cuando se los dejan a que los cuide.

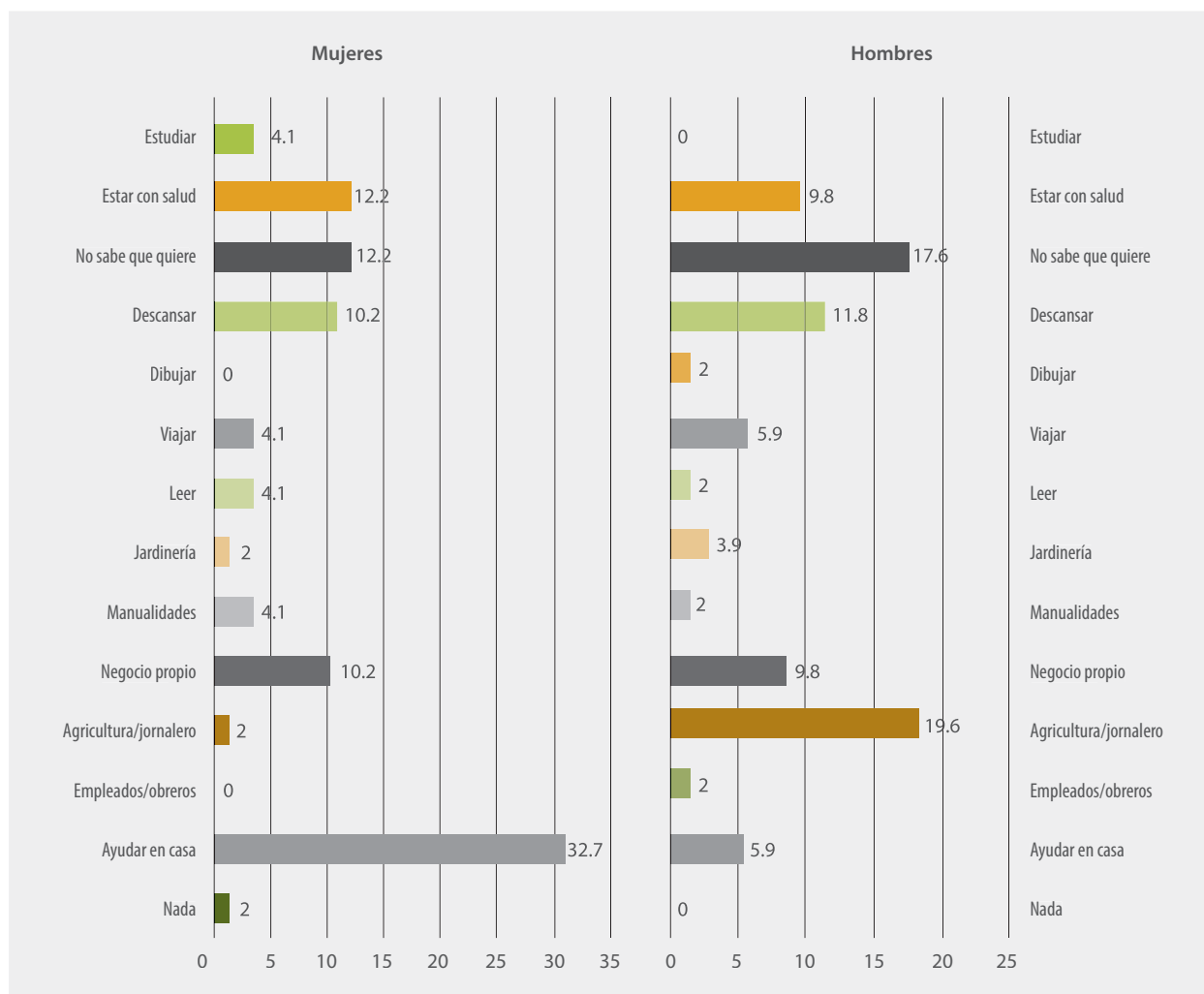
Discusión y Conclusiones

Los resultados presentados en este documento buscan aportar información relacionada al envejecimiento productivo y su paso al activo, partiendo de visualizar que el envejecimiento poblacional amenaza en convertirse en un grave desafío para el futuro, que podría deberse^{1,3, 5} a que aún no se tienen las políticas adecuadas para reformar el sistema de beneficios de empleo y fomentar el trabajo de las personas mayores a fin de permanecer en el mercado laboral.

Los resultados que se obtuvieron en el estudio son semejantes a los datos encontrados en los estudios realizados por Burr,⁶ quien identificó que la población de

Figura 4.

Porcentaje por género de las actividades que les gustaría dedicarse a los adultos mayores



adultos mayores en muchas ocasiones continúa siendo el principal proveedor económico de la familia, y en algunos casos no se cuenta con el beneficio de la jubilación, debido a que su actividad laboral se concentraba en el campo, su ingreso actual se obtiene a través de programas de apoyo o de remesas provenientes del extranjero enviadas por algún familiar, esta carencia económica induce que sigan viviendo con los hijos y no cuenten con beneficio digno.

Es necesario conocer las experiencias y condiciones en que vive el adulto mayor cotidianamente y su relación con los apoyos sociales, pues en la información obtenida valoran el apoyo social como normal, puesto que va de acuerdo a su edad. Así mismo en el estudio de Cuellar Flores²⁴ también demostró que los hombres consideraron que el área afectada es la relacionada al apoyo afectivo,

porque identifican una ausencia del afecto de los familiares y amigos, mientras que en las mujeres se ve afectado el apoyo en relación a lo confidencial, porque no cuentan con familiares o amigos para confiar sus pesares. Así mismo, en los estudios realizados en IMERSO.¹⁴ En ambos casos consideraban que existía un distanciamiento y malas relaciones con sus familiares y el ámbito social, determinaron que al dejar de ser productivo se inicia una vida familiar y comunitaria diferente que en ocasiones es imposible su adaptación a ella.

Respecto a las actividades laborales remuneradas que realizaban anteriormente, la mayoría consistía en ser empleados de alguna empresa, tenían un negocio propio o algunos se dedicaban a la agricultura, pero después de los 60 años o al ser jubilados, cambió automáticamente

su trabajo para realizar actividades no remuneradas. Hay estudios que²¹ reconocen que el adulto que deja de ser productivo, realiza actividades en la economía informal o en carácter de ocupados no registrados en el mercado formal.

Si se pretende mejorar la calidad de vida de los adultos mayores, es necesario que en esta etapa no se limiten las aspiraciones de llegar a una vejez productiva, sino que haya continuidad de los ingresos a través de redes de apoyo que le den la oportunidad de fomentar su autonomía para tener una vida saludable por más tiempo, disfrutando de una sensación de bienestar y seguridad, que le permita llegar a una etapa de progreso y expansión del potencial humano, alcanzando así una vejez activa con plenitud.

Las consecuencias del poco apoyo social se reflejan en la pérdida de sensibilidad del adulto mayor; los adultos mayores sólo pretenden recibir el mismo trato social de un adulto productivo, sobre todo mantenerse socialmente activos, para que al paso de los años el adulto mayor se vaya adaptado a los cambios sociales, a los cambios

propios del envejecimiento, a su dependencia, a su soledad y la pérdida de su capacidad funcional, que sucede paulatinamente en la convivencia con la sociedad.

Es importante continuar indagando sobre los apoyos, políticas y programas gubernamentales, comunitarios o privados, dirigidos a este grupo de edad, a fin de conocer los espacios y oportunidades ocupacionales para que se brinde a la población un envejecimiento activo para mejorar la salud, la participación y su continua integración social, asegurando al mismo tiempo, que tenga una adecuada seguridad y protección en su productividad económica y vida social.

Correspondencia a:

Dra. en P.S. María Elena Flores Villavicencio

Centro de Estudios de Desarrollo y Población

Departamento de Ciencias Sociales

Centro Universitario de Ciencias de la Salud

Universidad de Guadalajara

Tel. 33 3496 6663

marlencilla27@hotmail.com.

Referencias bibliográficas

1. Miralles I. Envejecimiento Productivo: Las contribuciones de las personas mayores desde la cotidianidad. *Revista Trabajo y sociedad* 2010; 16 (XV):137-161.
2. Ces-García EM. Una sociedad inclusiva para una población que envejece: el desafío del empleo y la protección social. *Revista del Ministerio de trabajo y asuntos sociales*. 2003;(42):209-225.
3. Gutiérrez-Robledo LM. México y la revolución de la longevidad. Instituto de Geriatria. [revista electrónica] 2010; 21-36. [acceso en julio 2015]. Disponible en: <http://inger.gob.mx/bibliotecageriatria/acervo/pdf/Mexylarevolucion.pdf>
4. Formiga N, Prieto MB. Autopercepción de la Salud de los Adultos Mayores en Bahía Blanca. XI Jornadas Argentinas de Estudios de Población. Departamento de Geografía y Turismo Universidad Nacional del Sur. Argentina. 2011 [Acceso julio 2015]. Disponible en: http://www.redaepa.org.ar/xijornadas/sesiones/S05/s05formiga_prieto.pdf
5. Francke L, González B, Lozano L. Envejecimiento exitoso, una tarea de responsabilidad individual. Ama y Trasciende A. C. 2011; 1-32. [acceso en julio 2015] Disponible en: <http://www.redadultosmayores.com.ar>
6. Burr AJ, Mutchler EJ, Caro GF. *Productive Activity Clusters Among Middle-Aged and Older Adults: Intersecting Forms and Time Commitments*. *Journal of Gerontology: Social Sciences* 2007; 62B (4): S267-S275.
7. Tuirán R. Desafíos del envejecimiento demográfico en México. *El envejecimiento demográfico en México: retos y perspectivas*. Consejo Nacional de Población 1999; 15-22. [acceso en marzo 2015] Disponible en: www.gerontologia.org/portal/archivosUpload.
8. Netter T. ¿Soluciones de vanguardia al envejecimiento? Seguridad social. Mujeres y conflicto. *Trabajo, Revista de la OTI*. 2002;42: 8-10.
9. Butler RN, Schechter M. Productive Aging, en GL. Maddox (ed-in-chief), the encyclopedia of aging, 2nd ed. New York: Springer. 1995.
10. Moody HR. Productive Aging and the Ideology of Old Age, En: Morrow-Howell, N.; Hinterlong, J. y Sherraden, M. *Productive Aging. Concepts and Challenges*, Baltimore, MD. The Johns Hopkins University Press. United States of America 2001; 175-194. [acceso en marzo 2015] Disponible:

- <https://books.google.com.mx/books?id=sayz5dbGTBc-C&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>. en: books?id=sayz5dbGTBcC&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false.
11. Daichman LS. Envejecimiento productivo y longevidad: un nuevo paradigma. *Revista del Plan Fénix* año 6 número 43 abril 2015; 30-37. [acceso en marzo 2015] Disponible en: www.vocesenelfenix.com.
 12. Pinazo HS. *Envejecimiento activo y solidaridad intergeneracional: Claves para un envejecimiento activo*. IMERSO. Madrid. 2012:1-20.
 13. IMERSO. *La participación social de las personas mayores. Colección de estudios: serie personas mayores*. Primera edición. Madrid: IMERSO. 2008; 11005: 11-186.
 14. Caro FG, Sánchez-Martínez M. *Envejecimiento productivo. Concepto y factores explicativos*. En: Pinazo Hernandis, S. y Sánchez Martínez, M. Gerontología. Actualización, innovación y propuestas. Madrid: Pearson Prentice Hall. 2005; 457-488.
 15. Hutchison T, Morrison P, Mikhailovich K. A review of the literature on active ageing. *Health pact Research Centre for Health Promotion and Wellbeing*, University of Canberra, ACT. 2006: 5-52
 16. Goytia A, Lázaro Y, et al. *La experiencia de ocio y su relación con el envejecimiento activo*. Bilbao: Instituto de Estudios de Ocio, Universidad de Deusto. 2007. [acceso 12 junio 2014]. Disponible en: (<http://goo.gl/knYQ6y>)
 17. OMS. Envejecimiento activo: un marco político. Ginebra: Organización Mundial de la Salud. *Rev. Esp. Geriatr. Gerontol* 2002; 37(S2):74-105.
 18. López FA. Envejecimiento exitoso en función de la percepción del nivel de salud en personas mayores que participan en programas de envejecimiento activo. *TOG (Coruña)* 2013; 10 (17):1-20. [acceso en marzo 2014]. Disponible en: <http://www.revistatoq.com/num17/pdf/revisión.pdf>.
 19. Ministerio de Sanidad. Estrategias de promoción de la salud y prevención en el SNS. España: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. 2013. Disponible en línea: <http://publicacionesoficiales.boe.es>.
 20. Fernández-Ballesteros R. Jubilación y salud. *HUMANITAS Humanidades Médicas* 2009; 39:1-23.
 21. Paz AJ. Envejecimiento y empleo en América Latina y el Caribe. Oficina Internacional del Trabajo Ginebra; Sector del empleo. Documento de trabajo 2010; 56.
 22. Zamarrón-Cassinello MD. Envejecimiento activo: un reto individual y social. Sociedad y Utopía. *Revista de Ciencias Sociales* 2013; 41: 449-463.
 23. Cuellar-Flores I, Dresch V. *Validación del cuestionario de Apoyo Social Funcional Duke-UNK-11 en personas cuidadoras*. RIDEP 2012; 34(1):89-101.