

## **LA GERONTOLOGÍA EDUCATIVA DURANTE LA PANDEMIA. EXPERIENCIAS Y DESAFÍOS DEL PROGRAMA DE MAYORES.**

### **EDUCATIONAL GERONTOLOGY DURING THE PANDEMIC. EXPERIENCES AND CHALLENGES OF THE ELDERLY PROGRAM.**

Teresa Orosa Fraíz

[torosa@psico.uh.cu](mailto:torosa@psico.uh.cu)

Master en Gerontología Social

Cátedra del Adulto Mayor, Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana

Cuba

#### Resumen:

Desde hace décadas, la educación a lo largo de la vida, y como tendencia internacional, constituye parte de la atención de la educación superior, en su dimensión extensionista. En nuestro país, hace 22 años se funda la primera Cátedra del Adulto Mayor en la Universidad de La Habana, como modalidad cubana de las denominadas universidades de tercera edad o programas universitarios con mayores, a su vez, promovida en todos los demás centros de nuestra educación superior. Numerosas y diversas experiencias desplegadas a favor del pleno desarrollo de las personas mayores y que se han visto impactadas, durante la pandemia por Covid-19, fundamentalmente debido a la alta vulnerabilidad, de este sector de la población.

En la ponencia se ofrece una panorámica general de la Gerontología Educativa en la región iberoamericana y mundial, en concientización de tales impactos y necesidad de reajustes innovadores, en el uso de tecnologías, por la imposibilidad de la actividad presencial de los cursantes en aislamiento, como medida sanitaria de protección al contagio.

Igualmente, en ese empeño, se abordan ajustes metodológicos efectuados en el programa docente de la Cátedra en nuestra provincia, así como, la gestión de conocimientos gerontológicos en acciones de carácter investigativo y divulgativo, ante rebotes de actitudes edadistas.

Se enfatiza en las fortalezas de la educación como eje de atención a las personas mayores, más aún, en contexto sanitario actual, en aras del logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y de la Década del Envejecimiento Saludable, declarada por la Organización Mundial de la Salud.

Palabras claves: educación, personas mayores, pandemia, innovación, tecnologías.

#### Abstract:

For decades, education throughout life, and as an international trend, has been part of the care of higher education, in its extension dimension. In our country, 22 years ago the first Chair for the Elderly was founded at the University of Havana, as a Cuban modality of the so-called third-age universities or university programs with seniors, in turn, promoted in all other centers of our higher education. Numerous and diverse

experiences deployed in favor of the full development of the elderly and that have been impacted during the Covid-19 pandemic, mainly due to the high vulnerability of this sector of the population.

The presentation offers a general overview of Educational Gerontology in the Ibero-American and worldwide region, in raising awareness of such impacts and the need for innovative readjustments, in the use of technologies, due to the impossibility of face-to-face activity of students in isolation, such as sanitary measure to protect against contagion.

Likewise, in this endeavor, methodological adjustments made in the teaching program of the Chair in our province are addressed, as well as the management of gerontological knowledge in investigative and informative actions, in the face of outbreaks of ageist attitudes.

It emphasizes the strengths of education as an axis of care for the elderly, even more so, in the current health context, in order to achieve the Sustainable Development Goals and the Decade of Healthy Aging, declared by the World Organization of the Health.

Keywords: education, elderly, pandemic, innovation, technologies.

### Introducción.

Como sabemos, antes de la pandemia, y desde décadas atrás, el foco de atención hacia la vejez, el envejecimiento y las personas mayores, había estado centrado en el fomento de una nueva cultura gerontológica, cuyo eje central apunta al logro del envejecimiento activo, participativo y saludable.

Sin embargo, durante la pandemia por Covid-19 el foco de atención se ha ido trasladando hacia la mirada en vulnerabilidad de las personas mayores, pues, tal como se ha explicado de forma reiterada, constituyen el sector de la población de alto riesgo para la vida, en caso de ser contagiados. De hecho, los mayores han sido los primeros en ser llamados a medidas sanitarias del “Quédate en casa”, por cierto, inicialmente mal llamado aislamiento social, y posteriormente distanciamiento físico.

Entonces, el foco de atención gerontológico ha cambiado, esto es, de “promover lo activo-participativo” se ha pasado a “cuidar de lo vulnerable-aislado”, lo cual constituye un reto importante en el desarrollo a presente y a futuro, en este campo de las ciencias, en aras de cómo lograr mantener el concepto de envejecimiento activo cuando ahora se les conmina a aislamientos, justo coincidiendo con el inicio de la convocatoria a la celebración de la Década del Envejecimiento Saludable.

En el campo de la educación emergen inquietudes, acerca de qué hacer en los casos de los programas con mayores, especialmente los de carácter educativos, cuya presencialidad ha sido esencial, y no solo para el proceso de adquisición de conocimientos. Y, por otra parte, la pregunta sobre cuánto de mirada en vulnerabilidad quedará como etiqueta de este sector poblacional a presente y futuro inmediato.

De ahí que, para comenzar a analizar el tema a que nos convoca este congreso en taller dedicado a la triada Universidad, Envejecimiento y Desarrollo Sostenible, en

esta ocasión, se debe partir de visibilizar y concientizar el proceso por el cual transita hoy el tema de envejecimiento, vejez y personas mayores, en el actual y largo periodo pandémico. Y por supuesto, analizar en el ánimo de mantener, defender, rescatar, reajustar y continuar el camino hacia el ansiado envejecimiento activo y saludable, a pesar de la conmoción que la pandemia ha traído a la atención integral de las personas mayores.

Hacia ese objetivo general va encaminada esta ponencia, es decir, a esbozar la problemática actual en los programas universitarios con mayores, debido al contexto de la pandemia. En ese sentido, y como objetivos específicos, por una parte, referir las principales expresiones de la Gerontología Educativa en función de los programas de mayores en el contexto de la pandemia, y, por otra parte, abordar las experiencias del programa de mayores que nos ocupa y que radica en la Universidad de La Habana, denominado Cátedra del Adulto Mayor, sus reajustes y contribuciones en el campo investigativo y de la divulgación, en tiempos de pandemia.

El tema de la educación de mayores es de total actualidad y numerosas investigaciones y programas han contribuido a una narrativa diferente en la descripción de diversos procesos expresados por las actuales generaciones de mayores, ponderando su educabilidad, su condición como sujeto de derechos, y favoreciendo la imagen de la persona mayor, lo cual requiere de miradas nuevas, acerca de vejez nuevas.

En correspondencia con ello surgen en el mundo programas dedicados a la educación de las personas mayores, re-crear el conocimiento que se tiene de sí mismo y del entorno, comprender el mundo que vivimos, sus cambios y desafíos, garantiza indiscutiblemente procesos de participación de forma auténtica con sentido de pertenencia a un proyecto, con seguridad en un diálogo, con posibilidad de aportar, ya que no se puede participar en lo que se desconoce. (Orosa T. y Sánchez L, 2020 pág. 128).

Definitivamente la educación ha de ser ciertamente para todos y para toda la vida, por cierto, acertadamente expresado en la formulación del Objetivo de Desarrollo Sostenible número cuatro de la Agenda 2030, aun cuando carezca de una meta en correspondencia con las personas mayores, la agenda declara la importancia de garantizar la educación inclusiva en la promoción de oportunidades de aprendizajes durante toda la vida para todos.

### La Gerontología Educativa y su expresión en el contexto de la pandemia.

La educación es herramienta que asegura, permite cambios positivos, empodera, mejora el diálogo intergeneracional y fortalece la condición de ciudadanía como sujeto de derechos y de deberes.

En ese ánimo existen diferentes programas encaminados a la educación continua y permanente en el mundo y que se desarrollan bajo diversas denominaciones, tales como universidades de tercera edad, programas universitarios para mayores, universidades abiertas, aulas de la experiencia, todas diversas en sus diseños curriculares, pero con objetivo de acceder a nuevos conocimientos y proyectos de vida. A su vez, se ha ido fundando y desarrollando dentro de las Ciencias del

Envejecimiento la denominada Gerontología Educativa como campo transdisciplinario, la cual incluye el estudio y práctica de emprendimientos educativos dirigidos a las personas mayores, pero también a otros grupos generacionales y a servidores públicos, de perfil atención a personas mayores.

Desde el año 2000 se crea en Cuba la primera Cátedra Universitaria del Adulto Mayor en la Universidad de la Habana, como programa de educación “para y con” los adultos mayores, el cual se ha ido convirtiendo en uno de los referentes más importantes de este tipo de institución, en la región iberoamericana, como “modelo cubano de educación de mayores”. (Yuni, J. y Urbano, C, 2011)

Diversos han sido sus resultados a lo largo de dos décadas y presentados en diferentes reuniones y eventos del tema, sin embargo, hoy nos ocupa la situación de esta labor educativa durante la pandemia del covid-19, que coloca en crisis al mundo entero en todas las esferas de la vida, y muy especialmente el abordaje de las personas mayores, como sector de la población de mayor vulnerabilidad.

Han existido reuniones virtuales en aras de identificar cuales han sido las estrategias por países, como lo fue la convocada, en abril del presente año, por la Universidad de Costa Rica<sup>1</sup>, la cual se desarrolló bajo la convocatoria “Programas de Educación para Mayores, en el contexto postcovid” y ante tres preguntas básicas: ¿Cuáles son las principales acciones tomadas en los programas a partir de la declaración de emergencia?, ¿Cómo ha sido su evolución del programa educativo a un año de la pandemia? , así como, ¿Cuál sería la evolución a futuro de los programas? (Yuni et.al, 2021)

En sentido general se reconoció la importancia de los programas de mayores puestos en función de la protección de las personas mayores en cuanto la búsqueda de alternativas innovadoras que garantizaran la continuidad de los cursos correspondientes a cada uno de ellos, de acciones que también llegaran a otros grupos de mayores aun cuando no fuesen cursantes, y además de los contenidos temáticos a desarrollar en cada acción se rescatara la divulgación de medidas sanitarias, con énfasis en la importancia del respeto a la autonomía de las personas mayores.

En los programas educativos de España, Chile, Argentina y Costa Rica se relataron experiencias de continuidad de los cursos, a partir del uso de las tecnologías por parte de los cursantes, para lo cual fueron puestas en práctica diversas alternativas, tales como:

- Montaje de los cursos presenciales a modalidad virtual a través de plataformas educativas o impartición de los cursos a través de las redes en uso del WhatsApp y Facebook.

---

<sup>1</sup> Dicho conversatorio, en fecha del 35 aniversario del Programa Institucional para la Persona Adulta y Adulta Mayor (PIAM) de la Universidad de Costa Rica contó con panelistas de universidad anfitriona, así como, de Programa Adulto Mayor de Pontificia Universidad Católica de Chile, Universidad de Mayores “José Saramago”, Universidad de Castilla- La Mancha, España, Programa Universidad de Mayores, Universidad Nacional de Catamarca, Argentina, y de la Cátedra del Adulto Mayor de Universidad de La Habana, Cuba.

- Uso del zoom para las clases u otro tipo de encuentros, como principal herramienta de encuentros sincrónicos.
- Grupo de WhatsApp en espacios guiados y también en espacios fuera del encuentro de clases.
- Conferencias virtuales a través de canal YouTube
- En el caso de cursos por Facebook, la readecuando en función de temáticas que así lo permitieran, como por ejemplo actividad física, literatura, estimulación cognitiva, no así otros temas, que no pudieron ser objeto de continuidad por esta vía.
- Proyectos Relatos en Pandemia, a través de las redes sociales e Instagram.
- Cursos nuevos dirigidos a emprendedores.
- Marchas online y proyecto Caminos a 60 y más.
- Capacitación de voluntariado de personas mayores con habilidades en uso de tecnologías, junto a estudiantes jóvenes de pregrado, como grupos de facilitadores.

En general se enfatizaron los grandes empeños en innovación y uso de tecnologías, esfuerzos en montajes metodológicos de los claustros y orientaciones telefónicas previas a los cursantes, de manera que se lograra la continuidad desde lo virtual.

Se observan diversos desafíos, entre los cuales se encuentra la conocida brecha digital y la necesidad, a presente y futuro, de estudios que profundicen en metodologías online para las personas mayores, visibilizar limitaciones auditivas y visuales para leer pantallas, entre otras, y que permitan nuevas ventanas<sup>2</sup>, sin abandonar la presencialidad tradicional de los cursos. La posibilidad de la educación de mayores en mediación con las tecnologías ha constituido una experiencia aprendida en esta etapa, y por supuesto, habría que evaluar diseños de carácter híbrido o combinado que permitan los importantes procesos de socialización presencial entre mayores, pero también la inclusión en el mundo de las tecnologías, que por demás la pandemia ha aumentado su uso en la vida diaria, también para los mayores, en muchas partes del mundo. Esto es, el uso de la telemedicina como modalidad de consulta médica, la solicitud de permisos de salida del hogar en fases de confinamiento a través de internet, la inscripción para turnos de vacunación, la realización de todo tipo de gestiones bancarias, entre otras, muchas de las cuales quedarán como nuevas rutinas.

A su vez, en el conversatorio de referencia, se hace también descripción de otras acciones educativas hacia afuera de los programas universitarios con mayores y que denotan la importancia de la Gerontología Educativa, en tiempos de pandemia. Como ejemplos de estas acciones están la elaboración de podcast para radios comunitarios, con las temáticas sobre edadismos, vulnerabilidad, así como talleres online de carácter internacional dirigidos a personas mayores de diferentes países, o como el caso del Ministerio de Educación de la Nación en Argentina que implementó el programa “Seguimos educando” programa nacional para ante desigualdades a la conectividad, se imprimieron cuadernillos, y por primera vez se incluyó uno de los

---

<sup>2</sup> Expresado específicamente en el conversatorio, por Dr. José Yuni, de Universidad de Catamarca, Argentina.

cuadernillos dirigido a las personas mayores enviados a centros de jubilados, residencias geriátricas.

Igualmente, los programas de mayores de los países referidos anteriormente en este panel han participado en investigaciones acerca de la salud mental en coordinación con instituciones gubernamentales, llevando mensajes en contra de las posturas edadistas y paternalistas que han proliferado sobre los mayores durante la pandemia, asociadas a la etiqueta de la vulnerabilidad. Se concluye cómo los programas universitarios con mayores constituyen capital protegido en tiempos de catástrofes por la propia educación recibida, y capital potencial tecnológico aun con los problemas de desigual acceso a las tecnologías.

Por otra parte, también han sido muy frecuentes los eventos virtuales convocados por la Asociación Internacional de Universidades de Mayores (AIUTA), de la cual la Cátedra del Adulto Mayor de la Universidad de La Habana, es miembro.

La AIUTA es una prestigiosa institución creada en 1973 por Pierre Vellas, profesor de Derecho de la Universidad de Toulouse (Francia) quien fundó allí la primera Universidad de la Tercera Edad. A lo largo de casi cinco décadas la AIUTA se ha expandido por los cinco continentes, con la misión de incentivar y mantener la educación a lo largo de la vida de las personas mayores. Su larga trayectoria le ha permitido aportar innovaciones en el campo educativo de la formación permanente y en la investigación científica para que los mayores puedan ocupar el lugar destacado que les corresponde, en la sociedad.

Diversas también han sido las acciones de la AIUTA, e inclusive su participación en reclamo a la Organización Mundial de la Salud (OMS) sobre los malos tratos hacia los mayores, inicialmente en países de Europa, cuando ante el colapso de los sistemas de salud les fue negada la asistencia médica a miles de personas mayores y fallecieron por razón de discriminación (Orosa, 2020)

Entre sus actividades académicas se pueden observar desde su pagina en Facebook intercambios de Universidades de Mayores de países como Rusia, China, Reino Unido, Chile Uruguay, Brasil, Colombia, Francia, Italia, Eslovaquia, España, Ecuador, Nigeria, Senegal, India, entre otros, a favor del intercambio internacional entre Seniors. Se desarrolló el Primer Congreso Internacional: "Covid, U3As<sup>3</sup> y Mayores" en colaboración con la U3A Aula Sénior de Jérica y el Aula Sénior Cidehush de Quito (Ecuador), en octubre del 2020, en el objetivo de hallar nuevos recursos que permitan dotarles de nuevos instrumentos y habilidades, sobre todo a nivel tecnológico, para poder reactivar su vida social y su empoderamiento y se organiza el próximo para el mismo mes del presente año. (AIUTA, 2021)

A su vez, se mantiene convocado el Congreso Mundial de Turismo Senior WSTC con AIUTA U3As, (trasladado para próximo año), en Yantai, China (AIUTA, 2021). Organiza la segunda edición del Gran Concurso Internacional de Arte para Universidades de la Tercera Edad, de forma virtual en las categorías de competición: poesía, dibujo/pintura, creatividad, canto, fotografía, danza y vestuario. (AIUTA,

---

<sup>3</sup> U3As siglas utilizadas frecuentemente para referirse a las Universidades de Tercera Edad

2021). Y se encuentra convocando el nuevo programa internacional “Carretera de la Seda Arqueológica con U3As” el cual reúne las universidades de la tercera edad que se encuentran en el recorrido de las rutas de la seda tradicionales y también debe vincular las acciones e investigaciones con las universidades de tercera edad, de los diferentes continentes. (AIUTA, 2021)

### La Cátedra del Adulto Mayor de la Universidad de La Habana ante la covid-19. Principales experiencias docentes, investigativas y de divulgación.

Los objetivos de las acciones han estado encaminadas al fomento de una adecuada percepción del riesgo, a la identificación y acompañamiento de posibles afectaciones en salud mental producto del llamado al aislamiento, así como, al fomento de una campaña del buen trato, esta última debido a la aparición de acciones invasivas restrictivas por algunas familias y de mensajes en los medios, desde la subestimación de la autonomía y de la responsabilidad individual de los mayores.

Numerosos han sido los recursos humanos enrolados en las diferentes acciones, tanto profesores de la Facultad como especialistas de otros centros, así como estudiantes del pregrado y también de directivos adultos mayores de la Catedra. Al hacer un resumen desde el inicio hasta la etapa actual se han llevado a cabo siete modalidades de acciones fundamentales:

1º. Reorganización en alternativas de continuidad del curso escolar 2019-2020, para las aulas del curso básico y de las aulas de curso de continuidad, correspondientes al programa docente de la Cátedra. Al no contar con accesibilidad de tecnologías por nuestros cursantes, y en función de todos puedan participar del curso se diseñaron alternativas a través de tareas a cumplir en pequeños subgrupos y en periodo que hubo mejoría de las condiciones sanitarias. (Anexo 1). Todo ello, en el objetivo de culminar contenidos temáticos faltantes, asegurar la elaboración de las tesinas, aun cuando se encuentren pendientes de presentación y graduación, al coincidir ese paso con la llegada de nueva oleada de contagios, por nuevas cepas.

2º. Coordinación de la experiencia de Atención Psicológica al Psicogrupo vía WhatsApp a Personas Mayores y Cuidadores, durante seis meses, con inscripción abierta y membresía estable de 243 participantes, incluyendo cursantes u otros, inclusive de otros países. (Colectivo de autores, 2020)

3º. Monitoreo de posibles afectaciones de las 1,164 personas mayores miembros de la Cátedra del Adulto Mayor de la Universidad de La Habana, de forma sistemática, por vía telefónica, con registros de sucesos, acompañamiento y recogida de testimonios.

4º. Análisis sistemático de contenido de las noticias y mensajes de los medios de comunicación masiva, asociados este grupo poblacional.

5º. Elaboración de volantes dirigido a mayores y cuidadores con medidas sanitarias ante la Covid, como institución participante del Programa Integral de Envejecimiento Saludable (PIES PLAZA) en coordinación con gobierno de la localidad.

6º. Introducción de resultados académicos y mediáticos:

- Diseño de Observatorio dinámico Psicogerontológico en tiempos de pandemia. Miedos, angustias, cercanía a la muerte, incertidumbres, que, si bien forman parte de una diversidad en vivencias, también se lograron agrupar de acuerdo con tendencias vinculadas a factores protectores, redes de apoyo, recursos de afrontamiento, impactos por restricciones familiares a la autonomía, cambios en la vida cotidiana, así como posibilidades significativas de reajuste por capacidad de resiliencia y resignificación de factores estresores. Se denotaron además urgentes necesidades de enrutar campañas de buen trato debido a rebotes de edadismos, referidos anteriormente. Los resultados fueron presentados al Ministerio de Salud Pública, en objetivo formar parte de la información a entregar a la dirección del país.
- Participación en paneles con varias universidades y organizaciones de otros países, con mención especial al curso regional de la CEPAL. En este mismo sentido, y vinculada a la labor desarrollada, la Cátedra fue seleccionada por la Asociación Cubana de Naciones Unidas a representar al país, en la 11ª sesión del Grupo de Trabajo de Composición Abierta sobre el Envejecimiento, en las Naciones Unidas.
- Elaboración de publicaciones en revistas nacionales e internacionales e intervenciones en los medios fundamentalmente en programas televisivos informativos. A su vez, se asesoraron y grabaron los programas Sigo Aquí del Canal Educativo, acerca de las personas mayores durante la Covid en temáticas tales como: vulnerabilidad, edadismo, uso de las redes, familia, ordenamiento económico, geroridad, arte, resiliencia, salud mental, cuidadores, autoestima y aprendizajes, durante la pandemia. Se mantiene la página de Facebook de la Cátedra con información actualizada sobre temas del curso, foros y otros eventos de interés.

Las acciones de la Cátedra han estado encaminadas a reforzar mensajes de salud mental, respeto a la autonomía y cultura del cuidado. Aun no culmina el curso escolar 2019-2020. Ha sido un largo periodo y seguramente compleja será la reorganización, para el inicio del próximo curso.

### Conclusiones:

Los programas educativos de mayores han demostrado empeño y resultados en la continuidad de estudios, pasando como tendencia a la virtualidad, gracias al uso de las tecnologías.

Ahora bien, no siempre han contado con recursos tecnológicos mediadores de aprendizaje, al menos así ha sido en el caso nuestro, en que hemos tenido que buscar alternativas a distancia y no virtuales, para culminar el curso, sin disponer de recursos materiales en bibliografía impresa y sin tecnologías a cobertura total de la matrícula. A su vez, en nuestro caso se identificaron rápidamente las fortalezas de la Catedra, y en paralelo se ha estado gestionando conocimiento gerontológico a través de la experiencia de atención psicológica en los Psicogrupos de WhatsApp, de intervenciones en los medios de comunicación y en la página de Facebook de la Cátedra.

Ha resultado común en los programas de mayores documentados la promoción de investigaciones coordinadas en el área de la salud mental. Desde esa perspectiva nos alertamos también, en preparar la reincorporación de los mayores a la presencialidad, según ocurran fases de recuperación, después de largo y estresante tiempo de pandemia y aun bajo la persistencia de esta. De hecho, se recomienda introducir la recuperación emocional como temática en los programas educativos. Los programas de mayores, sin haberse puesto de acuerdo, en cada país, han asumido un rol importante en fomentar la adherencia a las medidas sanitarias de este sector de la población y han identificado y debatido la aparición de edadismos, por manejos diversos del concepto de vulnerabilidad y se rescata la autonomía como eje de envejecimiento saludable, aun en condiciones de pandemia.

Constituye un desafío común para los programas de mayores, quizás como una nueva era de la Gerontología Educativa, la implementación de alternativas innovadoras que gestionen conocimientos en uso de la tecnología y la virtualidad, aun cuando resulte complejo, más que por dificultad en aprenderlas, por el no disponer de ellas, así como, el fomentar procesos de cooperación internacional, y de encuentros nacionales e internacionales.

Y finalmente se recomienda la necesidad de evaluar modelos educativos para las personas mayores que resulten programas híbridos y por tanto fomenten encuentros virtuales y presenciales.

#### Referencias bibliográficas:

- AIUTA IAUTA, 31 julio 2021, WSRC-WORLD TOURISM III-2-Yantai China, <https://www.facebook.com/aiuta.iauta>
- AIUTA IAUTA, 2 junio 2021, La Universidad de la Tercera Edad y el post Covid 19, <https://www.facebook.com/aiuta.iauta>
- AIUTA IAUTA, 12 de junio 2021, Prof. F. Vellas, Presidente AIUTA introduce la Conferencia Introductoria del Premio del Arte en línea con representantes de cinco continentes, <https://www.facebook.com/aiuta.iauta>
- AIUTA IAUTA, 21 septiembre 2021, Nuevo Proyecto en marcha de cooperación, formación e investigación de Oriente a Occidente, <https://www.facebook.com/aiuta.iauta>
- Colectivo de autores (2020). El ejercicio de la orientación psicológica en WhatsApp. La narrativa de una experiencia de intervención durante la pandemia de la Covid-19. *Alternativas Cubanas en Psicología*, 8 (24), 71-94.
- Orosa, Teresa (2020) Pandemia y vejez: La importancia del trato. Recuperado de <http://www.cubadebate.cu/especiales/2020/06/15/pandemia-y-vejez-la-importancia-del-trato/#.Xujcl26XOdN>
- Orosa, T. y Sánchez, L. (octubre de 2019-marzo de 2020) Envejecer aprendiendo: la Cátedra Universitaria del Adulto Mayor. *Revista Temas*, (100-101), 125-132.
- Yuni, J., Rojas, M., Castro, J., Orosa, T., Segura, S. (14 de abril de 2021). Conversatorio Programas de educación para mayores en el contexto postpandemia. [Vídeo adjunto]. Facebook. <https://www.facebook.com/ucr.piam/videos/317723429768731>

- Yuni, J. y Urbano, C. (junio de 2011). Generatividad, compromiso social y trabajo colaborativo: claves del modelo cubano de educación de adultos mayores. Congreso llevado a cabo en el IV Congreso Iberoamericano de Universidades para Mayores, Alicante, España.

Anexo 1. Orientaciones de tareas para curso básico de la Cátedra del Adulto Mayor. Periodo a desarrollar: noviembre-diciembre 2020.

Estimados compañeros:

A través de la presente les convocamos a modalidades que permitan nuestra continuidad, aunque ello aun no implique la presencialidad del grupo completo o aula.

De ahí que, en lugar de llevar a cabo los 4 talleres que ya se venían preparando pasemos a orientarlos en forma de tareas integradoras a realizar por los cursantes, ya sea de forma individual o por familias o subgrupos pequeños e inclusive en uso de casas de estudio, y que sean redactadas y entregadas al presidente de aula, cada semana.

El periodo para llevar a cabo esta modalidad de reinicio del curso será de noviembre a diciembre, de manera que en enero podamos hacer la presentación de tesinas y ya en febrero el acto de graduación, si la situación sanitaria lo permite. Se recomienda en este periodo de esta fase en apertura de la provincia, posibilidad de tutores a tesinas. Cada coordinador/a y presidente/a de aula organizará a sus cursantes y a las tareas en función de sus iniciativas y posibilidades, evitando siempre la reunión del grupo completo o aula. Son cuatro tareas, una dedicada al reinicio vinculada a la pandemia y las otras tres tareas en correspondencia con un tema que sistematice los módulos faltantes, es decir, Salud, Seguridad Social y Cultura, respectivamente, y en el número de sesiones que el subgrupo determine.

Tarea 1: Redacte una composición tipo testimonio que exprese sus vivencias durante la pandemia y las lecciones aprendidas durante este periodo de aislamiento.

Tarea 2: Tema autocuidado en salud. Aspectos a desarrollar: Mencione diferentes medidas relacionadas con el autocuidado en las personas mayores y cuales pueden contribuir a la salud mental.

Tarea 3: Tema Seguridad Social. Aspectos a desarrollar: Diga qué se entiende por Seguridad Social y cuáles son las principales características de la Seguridad Social en Cuba. Mencione medidas de la seguridad social que se implementaron en el periodo de la pandemia. (véase trabajadores, madres, personas mayores, entre otros).

Tarea 4: Tema Cultura. Aspectos a desarrollar: Diga qué se entiende por el término o palabra cultura. Explique cuáles son los principales aspectos de la Ley Nacional de Símbolos Patrios. Argumente por qué es necesario actualizarse en las nuevas tecnologías de comunicación e información.