

Fernando Barragán-Medero<sup>1</sup>  
Daniel José Hernández Armas<sup>2</sup>  
Manuel Rebollo Segurado<sup>3</sup>  
David Pérez-Jorge<sup>4</sup>

## Kształcenie integracyjne osób starszych: niezwykłe doświadczenia oraz społeczne i etyczne zaangażowanie<sup>5</sup>

DOI 10.24917/27199045.192.9

INCLUSIVE EDUCATION WITH OLDER PEOPLE: EXTREME EXPERIENCES AND  
SOCIAL AND ETHICAL COMMITMENT

### Abstract

Our work provides an overview of some of the problems and absences experienced by older people in their lives. For several decades we have worked in the Association of Los Mayores Valores on the island of Tenerife in different inclusion programs with older people. We have checked their basic needs and organized assistance and collaboration activities with youth groups, as well as the link with education at their different educational levels. The improvement in care indicates that we must continue to work along these lines and in the greater need for institutional support, with differential attention to men and women.

**Keywords:** educational programs; older people, inclusion, self-esteem, values

**Słowa kluczowe:** programy edukacyjne, osoby starsze, inkluzja, poczucie własnej wartości, wartości.

- 
- 1 Prof. Fernando Barragán-Medero, Uniwersytet La Laguna, Teneryfa, Hiszpania, Przewodniczący Stowarzyszenia Zdrowia Edukacyjnego i Społecznego Mayores Valores, fbarraga@ull.edu.es
  - 2 Mgr Daniel José Hernández Armas, specjalista w zakresie interwencji oraz mediacji rodzinnych i społecznych, Hiszpania
  - 3 Kooordynator badań, Asociación Educativa y Socio Sanitaria Los Mayores Valores, Hiszpania, mrebollo@mayoresvalores.org
  - 4 Prof. David Pérez-Jorge, Uniwersytet La Laguna, Teneryfa, Hiszpania, dpjorge@ull.edu.es
  - 5 Przekład z języka angielskiego: Dagmara Jakubowska.

## Wprowadzenie

Faktem jest, że życie wszystkich ludzi przebiega w cyklu, oznacza to, że w naszym życiu, naszych uczuciach, relacjach nawiązywanych z otoczeniem społecznym i w samej rodzinie zachodzą istotne zmiany. Jednak starość nie znajduje się w polu zainteresowania kapitalistycznego trybu produkcji, a osoby starsze – zwłaszcza w czasie kryzysu – doświadczają niekiedy niechcianej samotności i porzucenia. Cierpią z powodu czegoś, co można nazwać „przemocą strukturalną”, polegającą na niezaspokajaniu ich potrzeb towarzystwa, zdrowotnych i dostępu do opieki medycznej. Szczególną uwagę zwraca sytuacja osób w wieku 65 lat oraz starszych – zmiany wzorców rodzinnych, niesprawiedliwe czy nierówne wykorzystanie zasobów ekonomicznych w ramach rządowych polityk społecznych lub po prostu sytuacja rodzinna (tryb pracy uniemożliwiający opiekę) zmieniają role, zwyczaje i środowisko życia starszych ludzi. Obecny kryzys zdrowotny ujawnił trudną rzeczywistość tej grupy społecznej, która wciąż ma te same potrzeby w sferze relacji, emocji i podstaw funkcjonowania.

Brak kontaktów i relacji towarzyskich, deficyt emocjonalny i poczucie bycia bezużytecznym mają negatywny wpływ na zdrowie psychiczne, samopoczucie i jakość życia senierek i seniorów. W tym znaczeniu należy domagać się społecznej, edukacyjnej i skutecznej reakcji, która zwróci uwagę na ich potrzeby i uzna konieczność zapewnienia im godnej przestrzeni społecznej.

Artykuł przedstawia rozważania dotyczące potrzeby poprawy emocjonalnego samopoczucia i statusu społecznego seniorów. Prezentuje też dwa przykłady dobrych praktyk opracowanych przez stowarzyszenie Association Los Mayores Valores, stowarzyszenia na Teneryfie w 2019 r. w celu zmniejszenia poczucia osamotnienia u osób starszych poprzez warsztaty, seminaria i prelekcje skierowane do dorosłych i młodzieży.

## Krytyczna refleksja na temat warunków życia osób starszych

Autorefleksja oraz metody biograficzne powinny pomóc nam nauczyć się, jak postępować z seniorkami i seniorami, których przeważnie nie rozumiemy. Ci z nas, którzy z zaangażowaniem opiekowali się starszymi osobami, mogą być bardziej świadomi powszechnego niezrozumienia ich potrzeb lub tego, co błędnie jest uznawane za problem, jak np. zapomnienie.

Samotność jest problemem, który dotyka znaczną liczbę osób na całym świecie, zwłaszcza tych powyżej 65. roku życia (Rojas and Carvajal, 2020). Według danych Narodowego Instytutu Statystycznego (INE, 2009), liczba obywateli w wieku 65 lat oraz starszych przekroczyła w Hiszpanii dziewięć milionów, a dokładnie jest ich 9 055 580. W ciągu najbliższych 50 lat społeczeństwo Hiszpanii zestarzeje się jeszcze bardziej, co będzie wymagało konkretnych działań w celu zaspokojenia potrzeb tej grupy. W grupie gospodarstw jednoosobowych jest to 43%; na Wyspach Kanaryjskich 154 500 osób starszych mieszka samotnie, co stanowi 25,6% populacji. Díaz i López

(2018) uważają tę formę egzystencji za czynnik determinujący występowanie poczucia osamotnienia i porzucenia.

Od 2016 r. Światowa Organizacja Zdrowia ostrzega przed związkiem między zdrowiem psychicznym seniorów i samotnością a zmianami w strukturze rodziny i systemie opieki, co prowadzi do przepełnienia placówek opiekuńczych i ośrodków dla osób starszych funkcjonujących w ramach publicznego systemu opieki.

Największe badanie dotyczące samotności w starości, przeprowadzone w Hiszpanii w 1998 r. przez Centrum Badań Społecznych (CIS, Center for Sociological Research) wykazało, że starsi ludzie odczuwają pustkę i smutek (43,7%). Inne badanie przeprowadzone w 2010 r. przez instytut Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO) ujawniło, że 65,1% seniorów czuje osamotnienie. Sancho et al., (2002), López Suárez i in., (2019), Pérez-Jorge i in. (2019), Val López, (2019) i Paniagua, (2020) podkreślają, że wśród osób starszych mieszkających samotnie występuje poczucie osamotnienia i słabe, coraz silniej zanikające poczucie wsparcia i obcowania z kimś.

W roku 2014 rząd Hiszpanii, za pośrednictwem ówczesnego Ministerstwa Zdrowia, Usług Socjalnych i Równości, uwzględnił w Ramowym Planie Działań na rzecz Osób Starszych potrzebę zajęcia się problemem samotności w tej grupie ze względu na wagę sytuacji. Propozycje ulepszenia opieki ludzi starszych, zwłaszcza w kontekście zapobiegania poczucia osamotnienia obejmowały działania w obszarze zdrowia, usług społecznych, edukacji, gospodarki, mieszkalnictwa i transportu (MSSSI, 2015, s. 10).

Analiza i badania modeli interwencji i pracy z osobami starszymi wskazuje na przewagę modelu opieki skoncentrowanej na pomocy w zaspokajaniu podstawowych potrzeb, który nie sprzyja rozwojowi działań skierowanych na zaspokajanie potrzeb emocjonalnych (Fernández et al., 2013) ani na samego człowieka (Díaz y López, 2018; Teixidor, 2019; Núñez Castaño, 2019). Promowanie uczestnictwa społecznego i współpracy powinno być punktem wyjścia, który pozwoli starszym ludziom poczuć się aktywnymi sprawcami i podejmować inicjatywę (Blanco, 2020; Vitores Leibar, 2020), a także kontrolować swoje najważniejsze życiowe przedsięwzięcia (Wada, 2016).

## **Dobre praktyki**

Praktyka wskazuje, że potrzebna jest zmiana w podejściu do czasu wolnego zależnych senierek i seniorów, która wzbogaci życie członków stowarzyszenia Najwyższe Wartości (Mayores Valores). Dwa projekty zrealizowane przez to stowarzyszenie reprezentują alternatywny kierunek działań skoncentrowanych na doświadczeniach i samopoczuciu tych osób.



Rys. 1. Logo stowarzyszenia Mayores Valores

Celem stowarzyszenia Mayores Valores jest zapewnienie przestrzeni do szkoleń i międzypokoleniowej edukacji, poprzez umożliwienie młodym ludziom z różnych placówek edukacyjnych na Wyspach Kanaryjskich (szkoły podstawowe, średnie i wyższe) zdobywania wiedzy, doświadczeń i poznania odpowiedniego podejścia do osób starszych. Stowarzyszenie powstało w 2010 r. i coraz intensywniej wpływało na zmianę społecznego wizerunku osób starszych, prowadząc jednocześnie do stopniowego zwiększania się oczekiwań społeczeństwa kanaryjskiego wobec roli seniorów.

Przesłanie stowarzyszenia mówi, że „motywacja jest dla ludzika konieczna, jest motorem, który napędza naszą wolę życia. [...] gdy nie ma celu, łatwo jest zapaść się w poczucie pustki i stracić chęć życia. Dlatego chcemy, aby do projektu dołączyły starsze osoby, które zmagają się z izolacją, a nawet depresją”. Członkowie stowarzyszenia podkreślają wartość doświadczenia, mówiąc, że pomogło im ono „rozwinąć poczucie własnej wartości oraz poprawić jakość życia i zdrowia”.

Działające od dziesięciu lat stowarzyszenie nawet w trakcie aktualnej sytuacji związanej z pandemią COVID-19, działa aktywnie i opracowało skutecznie dwa projekty, które uzyskały poparcie i finansowanie Rządu Wysp Kanaryjskich (Consejería de Empleo, Políticas Sociales y Vivienda, 2019). Dotychczas główna działalność i doświadczenie stowarzyszenia koncentrowały się wokół szkoleń, udało się opracować szkolenia dla placówek edukacyjnych (Tabela 1), nawiązać współpracę z różnymi jednostkami (Tabela 2) oraz osobami z różnych grup społecznych (Tabela 3).

Tabela 1. Jednostki, w których prowadzono działania

Placówki edukacyjne na Teneryfie	Razem
<b>Placówki edukacji wczesnoszkolnej i podstawowej (CEIPS)</b>	<b>5</b>
Aguere; San Matías; Las Retamas; Tagoror; Feliciano Hernández García.	
<b>Placówki edukacji zawodowej (CFP)</b>	<b>1</b>
César Manrique	
<b>Szkoły średnie</b>	<b>11</b>
Andrés Bello; Alcalde Bernabé Rodríguez; Lycée Français Jules Verne; Ofra; Tomás de Iriarte; Canarias; Cabrera Pinto; Domingo Pérez Minik; La Laboral; Mayex; San Benito.	
<b>Uniwersytety/Wydziały</b>	<b>4</b>
Edukacja; Praca socjalna; Psychologia; Ekonomia.	
<b>Razem</b>	<b>21</b>

Źródło: witryna internetowa stowarzyszenia

Tabela 2. Jednostki współpracujące

<b>Instytucje publiczne</b>	<b>Razem</b>
Rada Miasta Santa Cruz de Tenerife; Rada Miasta La Laguna; Rząd Wysp Kanaryjskich, Instituto Insular de Atención Social y Socio-sanitaria (IASS); Instituto Municipal de Atención Social (IMAS); Parlament Wysp Kanaryjskich	6
<b>Inne jednostki</b>	
Casa de la Cultura (Biblioteka publiczna); Caritas; Czerwony Krzyż; Komisja Stała przy Radzie ds. Osób Starszych; Equipo Para (centrum animacji kulturowej); Espacio 105; Canarias Cohousing; Espirales (przestrzeń psychoedukacyjna); Grupo de Cultura Alternativa; Ogród Botaniczny; Księgarnia Kobieca; Real Casino de Tenerife Tenerife Espacio de las Artes (TEA)	13
<b>Razem</b>	<b>19</b>

Źródło: witryna internetowa stowarzyszenia

Tabela 3. Profil wolontariuszy

<b>Profil ogólny</b>	
Osoby w wieku 60-65 lat; studenci uniwersytetu i uczniowie szkół średnich; osoby należące do grupy LGBTIQ; osoby o zróżnicowanej sprawności fizycznej i funkcjonalnej; osoby z różnym stopniem niepełnosprawności	
<b>Wykształcenie</b>	
Zróżnicowany poziom wykształcenia: od osób nieposiadających wykształcenia po profesorów	
<b>Profil zawodowy</b>	
Od stanowisk wyższego szczebla i kierowniczych po osoby, które nigdy nie były zatrudnione	
<b>Poziom społeczno-ekonomiczny</b>	
Wszystkie poziomy	
<b>Razem: ponad</b>	<b>1000</b>

Źródło: witryna internetowa stowarzyszenia

## Rezultaty projektów

Tabele 4 i 5 przedstawiają szczegóły dotyczące projektów realizowanych w 2019 r. (przeznaczenie, cele, beneficjenci i osiągnięte wyniki).

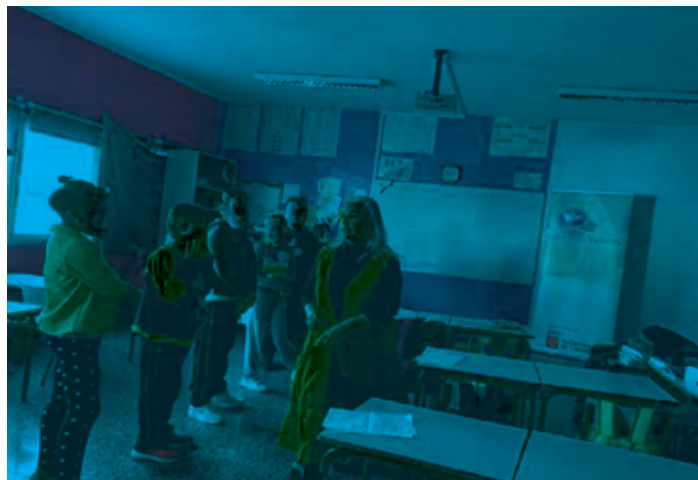
### *a) Projekt inkluzji społecznej dla młodych osób ze środowisk dysfunkcyjnych*

Charakterystyka projektu została przedstawiona w Tabeli 4.

Tabela 4. Projekt inkluzji społecznej dla młodych osób ze środowisk dysfunkcyjnych

<b>Cele</b>
Zapobieganie porzucaniu nauki przez uczniów z dysfunkcyjnych środowisk.

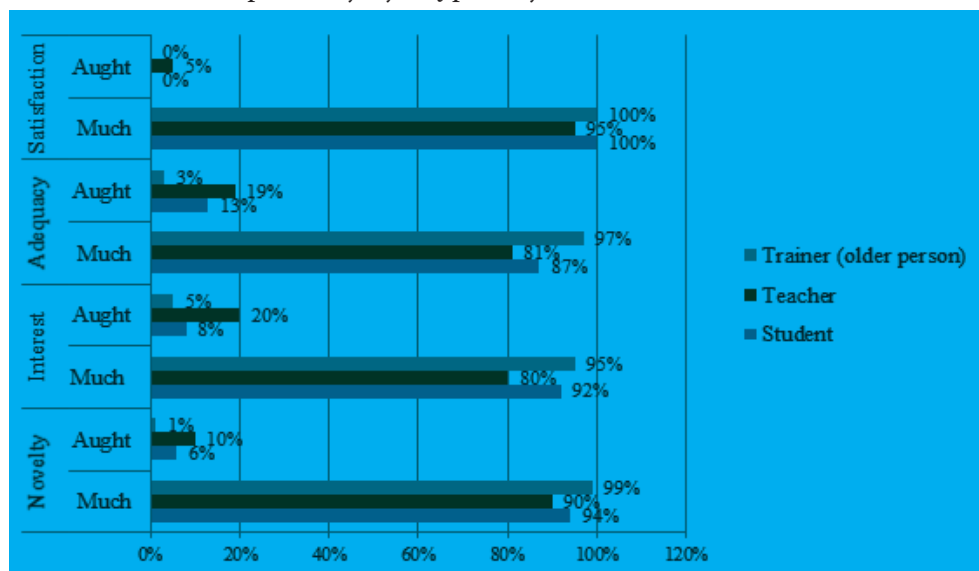
Wzmocnienie emocjonalnej inteligencji uczniów, wykorzystanie sztuki jako formuły służącej zgłębianiu i wyrażaniu uczuć i emocji, uczenie empatii i koegzystencji, rozwiązywania konfliktów bez użycia przemocy itp.
<b>Beneficjenci</b>
200 młodych ludzi i 44 seniorów
<b>Aktywności</b>
Rozmowa i dyskusja: Zagrożenia związane z przestępczością
Wykład i dyskusja: Zagrożenia związane z nadużywaniem narkotyków
Wykład i dyskusja: Zagrożenia związane ze szkodliwymi nawykami, alkoholizmem, paleniem tytoniu
Warsztaty literackie prowadzone przez różnych autorów dzieł literackich
Warsztaty muzyczne i poetyckie, rap i inne style
Warsztaty rzeźbiarskie
Warsztaty malarskie
Warsztaty teatralne i sceniczne
Przygotowanie do inscenizacji
Warsztaty wyrażania emocji
Międzypokoleniowe dyskusje ze uczniami z innych szkół
Prelekcje sportowców, którzy zmagali się z różnymi trudnościami
Warsztaty audiowizualne



Rys. 2. Starsza osoba (Esther Cabeza) podczas warsztatów teatralnych z uczniami szkoły podstawowej

Na potrzeby ewaluacji projektu przeprowadzono ocenę wśród uczniów-uczestników, nauczycieli i seniorów prowadzących aktywności. Dodatkowo przeprowadzono wywiady, aby uzyskać historie i opinie beneficjentów na temat projektu. Zebrane odpowiedzi zostały zakodowane, gdzie PmX=starsza osoba, PX=nauczyciel, a AX=uczeń. Wartość X oznacza liczbę respondentów: całkowita liczba ważnych opinii wynosiła 74.

Podsumowanie opinii znajduje się poniżej.



Rys. 3. Ewaluacja projektu

Jak pokazano na Rys. 3, poziom satysfakcji z uczestnictwa w projekcie i aktywnościach był bardzo wysoki. Zarówno uczniowie, nauczyciele jak i seniorzy oraz seniorzy, którzy prowadzili zajęcia w szkołach oceniali to doświadczenie bardzo pozytywnie. Starsze osoby deklarowały: *Czułam się bardzo dobrze i bardzo spełniona prowadząc zajęcia (Pm2); Czułam się bardzo doceniana przez dzieci w szkołach i myślę, że poszło mi dobrze albo przynajmniej tak mi się wydaje, sądząc po wyrazach wdzięczności i zainteresowaniu z ich strony (Pm7); Odkąd uczestniczę w projekcie, czuję zadowolenie i spełnienie i nawet zażywam mniej leków (Pm18)*. Nauczyciele natomiast w swoich wypowiedziach podkreślali: *to było ciekawe doświadczenie, które bardzo podobało się uczniom (P6); chłopcy traktowali ich jak swoich dziadków, serdecznie i z szacunkiem (P12); wrażliwość seniorów mocno przemówiła do uczniów i myślę, że lubili, gdy dzieci okazywały im miłość (P25)*. Uczniowie również oceniali swoje doświadczenie bardzo pozytywnie: *to jak rozmowy z moją babcią (A45); podobały mi się ich rady i ich opowieści, które brzmiały jak opowiadania (A29); Podobały mi się zajęcia, zwłaszcza ich sympatia i ludzkie podejście (A43)*.

### b) Projekt Historia przeżyta i opowiedziana

Charakterystyka projektu została przedstawiona w Tabeli 5.

Tabela 5. Historia przeżyta i opowiedziana

Cele
Zapewnienie starszym osobom dróg uczestnictwa w realizowaniu ich społecznego postanowienia aktywnego i optymalnego starzenia się.

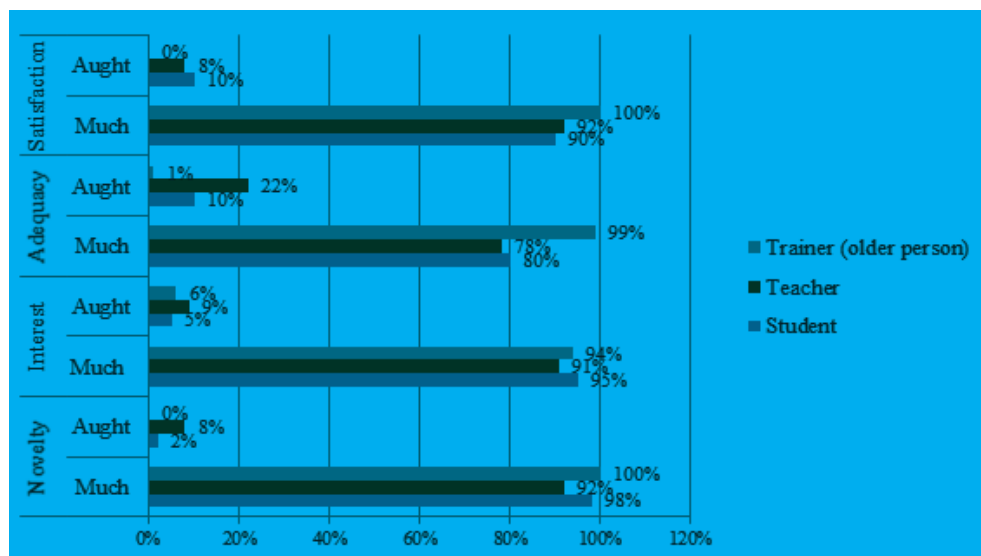
Wzmacnianie poczucia własnej wartości uczestników.
<b>Beneficjenci</b>
260 uczniów szkół średnich i studentów uniwersytetów oraz 34 dorosłych
<b>Aktywności</b>
Wykład i dyskusja: Represje frankizmu i projekcja wywiadu z więźniem Fyffes (Więzienie dla republikanów podczas dyktatury frankizmu)
Wykład i dyskusja: Rola kobiet w Hiszpanii od średniowiecza po zeszyły wiek
Wykład i dyskusja: Edukacja w czasach dyktatury
Wykład i dyskusja: Edukacja w pierwszych latach demokracji
Wykład i dyskusja: Gospodarka, rola budownictwa, siła napędowa i zagrożenie dla zrównoważonego rozwoju
Wykład i dyskusja: Emigracja, ze szczególnym uwzględnieniem Ameryki Łacińskiej
Wykład i dyskusja: Imigracja z Afryki i Ameryki Łacińskiej
Wykład i dyskusja: Ruchy społeczne i systemu produkcyjne
Wykład i dyskusja: Kultura w czasach dyktatury, cenzura
Wykład i dyskusja: Początki demokracji, hiszpańska transformacja
Wykład i dyskusja: Początki demokracji, perspektywa społeczna
Wykład i dyskusja: Początki demokracji, perspektywa kulturowa



Rys. 4. Seniorzy podczas rozmowy/debaty ze studentami

Ewaluacja projektu przebiegała według tej samej procedury, jak w przypadku pierwszego z opisanych projektów. Podsumowanie opinii znajduje się poniżej (rys. 5).





Rys. 5. Ewaluacja projektu

Jak pokazano na Rys. 5, podobnie jak podczas pierwszego projektu, poziom satysfakcji z uczestnictwa w projekcie i aktywnościach z nim związanych był bardzo wysoki. Zarówno uczniowie, nauczyciele jak i seniorzy, którzy prowadzili zajęcia w szkołach, oceniali to doświadczenie bardzo pozytywnie. Seniorzy deklarowali w swoich opiniach: *Uwielbiałem wracać na uniwersytet i opowiadać o swoich doświadczeniach, które wzbogaciły studentów (Pm5); To doświadczenie pomogło mi poczuć się znów użytecznym, czułem się bardzo dobrze przygotowując wykłady i czując, że mam jak zagospodarować czas, tak naprawdę odpowiednie słowo to spełniony i użyteczny (Pm15); Czuję się komfortowo i mam dużą satysfakcję z tego doświadczenia, które docenia i podnosi rolę osób starszych w społeczeństwie (Pm17)*. Odnosząc się do studentów wypowiedzieli się oni w następujący sposób: *ciekawe doświadczenie, nie wyobrażałam sobie, że życiowe doświadczenia starszych ludzi mogą wzbudzić tak duże zainteresowanie studentów (P6); studenci okazywali duży szacunek i bardzo angażowali się w zadania (P12); naprawdę, mieliśmy dużo szczęścia z Dulce, chłopcy bardzo dobrze to odebrali i z przyjemnością można było obserwować ich reakcje (P25)*. Studenci również wysoko oceniali udział w projekcie: *urok osobisty i słuchanie wykładu było bardzo wzbogacające (A31); Uważam, że starsi ludzie wciąż mogą nas dużo nauczyć i dużo wnieść (A16); Naprawdę mi się podobało, zwłaszcza osobiste doświadczenia wykładowców (A59)*.

Ogólnie, oba projekty można uznać za dobre praktyki. Zadowolenie wszystkich uczestników nie pozostawia wątpliwości, co do wzajemnych korzyści i ważnej roli tego typu doświadczeń, które w istotny sposób przyczyniają się do poprawy jakości życia i zdrowia osób starszych.

## Wnioski

Oceny, opinie i doświadczenia, jakie zaobserwowaliśmy umożliwiły sformułowanie kilku interesujących wniosków, inicjujących proces refleksji na temat potrzeb tej wyjątkowo wrażliwej grupy, jaką są osoby starsze. Nasze wnioski dotyczą zarówno opinii, obserwacji poczynionych w trakcie realizacji i planowania projektów, jak i samego wdrażania projektów.

Nasi seniorzy nadal czują się osamotnieni i porzuceni, nie mają jasnego obrazu swojej roli w społeczeństwie, które zostawia im coraz mniej przestrzeni i możliwości wyboru. Musimy nauczyć się, że starość jest czymś nowym i nie polega na odzyskaniu czegoś utraconego. Jest to inny, nowy etap w życiu.

Wśród seniorów panuje poczucie braku wsparcia i społecznego uznania. Środowisko rodzinne i najbliższe otoczenie społeczne muszą mieć świadomość doświadczanych przez osoby starsze form wykluczenia, które powinny zostać całkowicie wyeliminowane. Nie do zaakceptowania jest odbieranie funduszy starszym osobom zakładając, że je zgubią, ponieważ zapewniają one poczucie bezpieczeństwa i co więcej, prawie zawsze są to ich pieniądze.

Uzucie samotności i porzucenia ma wyraźny wpływ na zdrowie i jakość życia starszych osób. Czasami wierzymy, że dobrze robimy, zapewniając im osobne posiłki i usuwając ich z centrum życia rodzinnego, jednak to nie jest dobrym rozwiązaniem.

Otoczenie społeczne i przestrzenie umożliwiające seniorom uczestnictwo obywatelskie są coraz bardziej potrzebne ze względu na korzystny wpływ, jaki społeczne interakcje i doświadczenia mają na ich zdrowie. Miasta nie są przystosowane do potrzeb osób starszych, które mają pewne ograniczenia: fizyczne, mobilności i inne.

Spółczesność indywidualistów, jakie wyrosło ze społeczeństwa postmodernistycznego nie sprzyja życiu we wspólnocie i emocjonalnym więziom między ludźmi, co ma negatywny wpływ na społeczny odbiór starszych osób.

Seniorzy wyrażają pragnienie relacji z innymi ludźmi i potrzebują okazji, które zapewnią im odpowiedni poziom interakcji. Do podstawowych doświadczeń, których im odmawiamy należy prawo do kontaktów seksualnych, kiedy tego chcą i prawo do swobodnego wyrażania pożądania. Kobiety mają mniej problemów, jeśli chodzi o relacje z innymi kobietami niż mężczyźni, co wynika ze specyfiki społeczeństwa, które pozostaje społeczeństwem patriarchalnym, mizoginistycznym i homofobicznym.

Stworzenie przestrzeni i możliwości do nawiązywania pozytywnych relacji i interakcji społecznych zmienia oczekiwania i odczucia seniorów, co pozytywnie oddziałuje na ich zdrowie, samopoczucie i jakość życia.

Nowe modele opieki nad osobami starszymi muszą obejmować kompleksową opiekę. Potrzebna jest nowa polityka senioralna koncentrująca się na zindywidualizowanej i skutecznej opiece.

Propozycje działań zaprezentowane w artykule, oparte na modelach społecznej inkluzji tej grupy, stanowią ciekawą alternatywę, ponieważ umożliwiają społeczną

aktywizację uczestników, którzy zaczynają się angażować i brać odpowiedzialność za swoje doświadczenia i życiowe historie w sytuacjach refleksji, uczenia się i wzajemnego wzbogacania.

Studenci i seniorzy, którzy uczestniczyli w obu projektach pozytywnie oceniali każde realizowane działanie. Przyjacielskie relacje nawiązywały się w oparciu o ogólne preferencje, takie jak kultura, podobieństwa oraz zainteresowania i nie powinny być ograniczane niewidoczną barierą wieku.

## Bibliografia

- Blanco, M.D.P.C. (2020). La soledad y las personas mayores. *Labor hospitalaria: organización y pastoral de la salud*, (326), 67–79. Recovered from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7458662>
- Díaz, M.P y López, J. (2018). El sentimiento de soledad en la vejez. *Revista Internacional de Sociología*, 76(1), 1–13. <https://doi.org/10.3989/ris.2018.76.1.16.164>
- Fernández, O., Muratori, M., y Zubieta, E. (2013). Bienestar eudaemónico y soledad emocional y social. *Boletín de Psicología*, 108, 7–23.
- Garza-Sánchez, R.I., González-Tovar, J., Rubio-Rubio, L., & Dumitrache-Dumitrache, C.G. (2020). Soledad en personas mayores de España y México: un análisis comparativo. *Acta Colombiana de Psicología*, 23(1), 106–116. <http://www.doi.org/10.14718/ACP.2020.23.1.6>
- López Suarez, A.B., Mora Mora, L.L., Ortega, C.A., & Sepulveda Niño, G. (2019). *La soledad en el adulto mayor*. Proyecto de Investigación para el Cuidado. Universidad Cooperativa de Colombia Facultad de Enfermería. Recovered from: [https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/14666/1/2019\\_La\\_soledad\\_en\\_el\\_adulto\\_mayor.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/14666/1/2019_La_soledad_en_el_adulto_mayor.pdf)
- Núñez Castaño, J. (2019). *La soledad de las personas mayores, a veces invisible: un estudio empírico desde el trabajo social*, (Trabajo de fin de carrera). Universidad de Valladolid. Recovered from: <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/39820/TFG-G4066.pdf?sequence=1>
- Paniagua, J. (2020). *La soledad de los mayores*. El Mundo.
- Pérez-Jorge, D., Barragán-Medero, F., Herrera-Hernández, J. M., & Falcón-Chueca, S. (2019). Health Programme Evaluation and the Improvement of Quality of Care: An Orthogeriatrics Programme Case Study. *EURASIA Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 15(11), em1766. <https://doi.org/10.29333/ejmste/108330>
- Pochintesta, P. (2019). Vida Cotidiana, Apoyo Social Y Experiencia de Soledad en Personas Mayores del Área Metropolitana de Buenos Aires, Argentina. *ILUMINURAS*, 20(49), 172–194. Recovered from: <https://www.seer.ufrgs.br/iluminuras/article/view/93294/52848>
- Rojas, C.M.C., & Carvajal, D.A.C. (2020). El sentimiento de soledad en personas mayores: conocimiento y tamización oportuna. *Universitas Medica*, 61(2), 1–8. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.umed61-2.essm>
- Sancho, M., Abellán, A., Pérez, L. Miguel, J.A. (2002). *Envejecer en España. II Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento*. Instituto de Migraciones y Servicios Sociales (IMSERSO).
- Teixidor, P.P. (2019). Soledad y personas mayores institucionalizadas: aportaciones del trabajo social sanitario. *Agathos: Atención sociosanitaria y bienestar*, 19(4), 24–37. Recovered from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7456997>

- Val López, R. D. (2019). *Mayores en soledad: análisis y propuesta de mejora*. Trabajo de fin de carrera, Universidad de Valladolid. Recovered from: <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/39862/TFG-G4086.pdf?sequence=1>
- Vitores Leibar, O. (2020). El impacto de la soledad sobre la ansiedad, depresión y calidad de vida en una muestra de personas mayores institucionalizadas. (trabajo de fin de Máster). Recovered from: <https://addi.ehu.es/bitstream/handle/10810/38272/TFM%20ENVEJECIMIENTO-OINAR%20VITORES.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Wada, Y. (2016). Older people's exercising of choice in long-term care: a comparative analysis of England and Japan. *Ageing & Society*, 36(6), 1185–1210. <https://doi.org/10.1017/S0144686X15000264>