

Els programes universitaris per a persones més grans de cinquanta anys milloren la percepció de qualitat de vida dels participants¹

Liberto Macías

¹ En aquest article sintetitzam la tesi doctoral dirigida per la doctora Carmen Orte i el doctor Lluís Ballester.

RESUM

En aquest article es presenta una síntesi de la tesi doctoral «Qualitat de vida i educació de persones grans: la influència dels programes universitaris per a majors en el manteniment de la qualitat de vida. Anàlisi longitudinal». L'estudi s'orienta a estudiar el col·lectiu de persones de seixanta i més anys que participen en un programa universitari per a majors (PUM) amb la finalitat de conèixer com influeix, d'una banda, en el seu desenvolupament intel·lectual i personal i, d'altra banda, en la seva qualitat de vida.

La metodologia utilitzada per a dur a terme la recerca ha estat diversa; diferents instruments amb cadascuna de les mostres amb les quals hem treballat, que han estat: a) tres promocions d'estudiants del Diploma Sènior de la UOM mitjançant qüestionaris, b) un grup d'experts que, durant el moment de l'estudi, gestionaven, dirigien i/o coordinaven programes educatius per a persones grans, i c) una selecció d'alumnat de les tres promocions, per confegir amb ells, a través d'entrevistes, els relats de vida de la seva experiència. D'aquesta manera, es varen obtenir dades rellevants de tres fonts importants involucrades en el procés formatiu, fent servir diferents metodologies per a aconseguir-les.

Una de les conclusions que es pot fer ressaltar en àmbit general és que la participació de les persones més grans de seixanta anys en aquests programes universitaris de formació, específics per a ells, fomenta un envelliment actiu i en positiu, i s'observen beneficis tant en el manteniment com en la millora de la percepció de la qualitat de vida.

RESUMEN

En este artículo se presenta una síntesis de la tesis doctoral «Calidad de vida y educación de mayores: la influencia de los programas universitarios para mayores en el mantenimiento de la calidad de vida. Análisis longitudinal». El estudio se orienta a estudiar al colectivo de personas de sesenta y más años que participan en un programa universitario para mayores (PUM) con la finalidad de conocer cómo influye, por un lado, en su desarrollo intelectual y personal y, por otro lado, en su calidad de vida.

La metodología utilizada para llevar a cabo la investigación ha sido diversa, utilizando varios instrumentos con cada una de las muestras con las que hemos trabajado, que han sido: a) tres promociones de estudiantes del Diploma Sènior de la UOM mediante cuestionarios, b) un grupo de expertos que en el momento del estudio gestionaban, dirigían y/o coordinaban programas educativos para personas mayores, y c) una selección de alumnado de las tres promociones, para realizar con ellos, a través de entrevistas, los relatos de vida de su experiencia. De este modo, se obtuvieron datos relevantes de tres fuentes importantes involucradas en el proceso formativo utilizando diferentes metodologías para ello.

Una de las conclusiones que se pueden resaltar a nivel general es que la participación de las personas mayores en este tipo de programas universitarios de formación, específicos para ellos, fomenta un envejecimiento activo y en positivo, observándose beneficios tanto en el mantenimiento como en la mejora de la percepción de la calidad de vida.

I. INTRODUCCIÓ

Aquest treball és un estudi que intenta ser una contribució a l'anàlisi, a la reflexió i al millor enteniment dels programes educatius dirigits a les persones de cinquanta i més anys, particularment dels programes universitaris per a majors (a partir d'ara, PUM).

El treball s'articula en tres eixos principals: 1) el procés d'envelliment de la població i, per tant, el col·lectiu de les persones grans; 2) la qualitat de vida i la relació que aquesta pugui tenir amb la població de més edat; i 3) l'educació, en general, i la dirigida al col·lectiu dels més grans, en particular.

El primer eix de l'estudi és l'envelliment de la població. L'augment creixent de l'esperança de vida, el descens de la natalitat, la transformació en l'estructura de les llars, el fenomen de les prejubilacions, la feminització de l'envelliment, entre altres qüestions, provoquen que el procés de l'envelliment de la població esdevingui un interès especial. Les perspectives de vida de les persones de seixanta i més anys en la dècada dels anys cinquanta ja poc tenen a veure amb les perspectives de vida de les persones grans amb les quals ens trobem en el moment actual, en ple segle XXI. Diversos factors, com ara la quantitat de persones grans en milions i els anys de vida que es poden gaudir després de la jubilació; la feminització que existeix en el procés d'envelliment; l'estat de salut de la població d'edat avançada en comparació amb la de lustres passats; els diversos canvis que s'han produït, i que encara es produeixen, en la societat i en relació amb les estructures familiars i de convivència; l'obertura a l'era digital amb la consegüent bretxa digital que suposa en el col·lectiu dels més grans, la qual s'ha d'intentar escurçar; i la democratització de l'educació i de la generalització de la formació al llarg de tota la vida. Tots aquests canvis provoquen que, en els diferents països, s'estigui treballant i apostant per mesures que preveuen l'envelliment de la població no com un problema sinó com un repte al qual s'ha de fer front i apostar per una millora en les condicions de vida d'aquest col·lectiu. Diverses institucions, tant en àmbit nacional com internacional, s'han involucrat en l'estudi i desenvolupament d'accions concretes dirigides a les persones més grans per, d'aquesta manera, tenir-les en compte i apostar per elles.

Des de tots els àmbits hem de seguir en aquesta línia de treball, ja que el procés d'envelliment de la població és un fenomen a escala mundial on tots els països, i segons les projeccions realitzades per les institucions de referència, confirmen que els percentatges de persones grans, i molt grans, aconseguiran xifres molt elevades d'aquí a uns anys. En el cas d'Espanya, l'any 2068 podria haver-hi més de 14 milions de persones més grans de 65 anys, un 29,4% de la població total (Pérez et al., 2020). A escala mundial, s'espera que el nombre de persones de 65 i més anys es duplicarà per a l'any 2050, i que una de cada quatre persones, a Europa i Amèrica del Nord, serà més gran de 65 anys. Quant a les persones de vuitanta i més anys, el nombre es triplicaria; passaria de 143 milions el 2019 a 426 milions el 2050 (Nacions Unides, 2019).

El segon eix principal de l'estudi és la qualitat de vida. La qualitat de vida és un concepte sobre el qual —encara que ha estat molt estudiat, i des de fa molts anys— en l'actualitat no hi ha un consens entre els investigadors per a aconseguir-ne una definició unànime i la delimitació de les seves dimensions. Els diversos autors que han estudiat la qualitat de vida posen de manifest que la conceptualització no és senzilla. Per tant, entenem que la qualitat de vida és un concepte multidimensional, amb

diversos elements, tant objectius com subjectius, que interactuen i es relacionen entre si, encara que hi ha una dificultat per a arribar a una conformitat per a definir els components que la configuren. En el debat obert dels components, les dimensions, els elements, etc. que configuren la qualitat de vida s'observen dues etapes: una que entén la qualitat de vida com aspectes objectius per a avaluar-la en un entorn determinat; i una altra en què la qualitat de vida és on destaquen els aspectes subjectius de benestar i de satisfacció personal amb la vida (Fernández-Ballesteros, 1997; Labra, Albuérne i Juanco, 1998; Walker, 2005a; Orte i March 2006; Orte i March, 2008; Vives, 2010; Fernández-Ballesteros i Santacreu, 2014). Els conceptes que els autors utilitzen més, o en els quals coincideixen, són: els primers, el benestar físic, benestar emocional i benestar material; les relacions socials, les activitats cíviques i el lloc que ocupen en la comunitat coincideixen en un segon nivell. Centrant-nos en la qualitat de vida de les persones grans, Walker i Lowenstein (2009) assenyalen cinc característiques, i se'n pot fer ressaltar dues que són específiques del col·lectiu de les persones més grans:

1. La qualitat de vida de les persones grans sovint difereix entre els grups del mateix col·lectiu, a causa dels diversos contextos en els quals es troben.
2. Les autoavaluacions del benestar psicològic i la salut són més fortes que en una altra mena d'associacions entre la qualitat de vida i una altra classe de benestar.

Per tant, s'ha d'apostar per un foment del benestar del col·lectiu dels més grans; viure més anys però en bones condicions de vida, i això s'aconsegueix impulsant la participació activa dels més grans en la societat i apostant per aprofitar les seves energies en el desenvolupament del col·lectiu i de la societat en general.

I el tercer eix important de l'estudi és l'educació, un factor important en el desenvolupament adequat de la persona. L'educació en si mateixa ja és un valor. Una societat educada i formada és més productiva, ofereix més oportunitats i possibilita més bones condicions a les persones. Alhora, una persona educada i formada posseeix més competències, més habilitats i es podrà adaptar d'una manera adequada a les noves situacions i reptes que vagin sorgint. Groombridge (1982), en el seu informe «Learning, Education and Later Life», ja indicava cinc aspectes amb els quals justificava que l'educació és fonamental per a les persones grans, pel fet que:

1. Promou l'autosuficiència i la independència.
2. Els permet afrontar els canvis de la millor manera.
3. Millora el seu potencial per a contribuir a la societat.
4. Els anima a comunicar les seves experiències entre si i amb altres generacions.
5. És fonamental per a l'aprenentatge permanent i l'autorealització.

Tot el que s'ha esmentat fins ara s'ha de relacionar amb l'envelliment actiu. Ja el 2002, l'Organització Mundial de la Salut (OMS) va identificar quins eren els tres pilars que havien de sustentar un envelliment actiu. Aquests pilars són: a) la salut, b) la participació i c) la seguretat. Anys més tard,

Faber (2015) va proposar un quart pilar, que s'unirà als tres anteriors, que és la formació contínua o formació al llarg de la vida; per tant, una població gran formada serà una població més sana, més participativa i amb més oportunitats i capacitat de decidir, i tindrà les habilitats i eines per a sentir-se i percebre's segura i protegida. És a dir, que l'educació és un element important en el desenvolupament de la persona i en la consecució d'una qualitat de vida més bona. El fet de sentir-te bé amb tu mateix (alta autoestima, motivacions, interessos...) representa una font de motivació intrínseca que proporciona valuoses oportunitats d'aprenentatge a les persones grans.

2. METODOLOGIA

El treball que es presenta és un estudi multimètode que pretén captar diversos aspectes de la realitat, amb perspectives complementàries; per aquest motiu s'han fet servir diverses metodologies. Per a aconseguir els objectius proposats s'ha optat per una modalitat de recerca *ex post facto* i de caràcter descriptiu, ja que ha permès avaluar les diverses dimensions relacionades amb la qualitat de vida i la influència d'altres factors; comparatiu, ja que ha permès determinar si es produeixen diferències entre la mostra i el barem de referència i entre les mostres en cadascuna de les fases de l'estudi; i longitudinal prospectiu, ja que s'analitzen tres promocions d'estudiants diferents al llarg del temps.

Amb la finalitat de comprovar els objectius, es varen plantejar una sèrie d'hipòtesis que, tenint en compte el desenvolupament integral de les persones grans i la seva percepció de la qualitat de vida, es varen relacionar amb altres variables per a així poder conèixer d'una manera més àmplia el fenomen que s'estudiava. D'aquesta manera es va analitzar, en una primera fase, un grup d'estudiants de la Universitat Oberta per a Majors (UOM) de tres promocions diferents, en iniciar el programa educatiu; i, en una segona fase, aquest mateix grup d'estudiants de la UOM tres anys després, una vegada finalitzat el programa educatiu. Dins d'aquesta segona fase es va fer una consulta, a través d'un Panell Delphi i un DAFO, a professionals que, en el moment de l'elaboració de l'estudi, duien a terme tasques de gestió en un PUM, així com una anàlisi qualitativa, amb una selecció d'estudiants de la UOM, a través de relats de vida, així com un DAFO.

La consecució dels objectius es va dur a terme mitjançant diversos instruments. A l'objectiu de conèixer la percepció de la qualitat de vida en iniciar i acabar la UOM, i poder comprovar si alguna cosa havia canviat en l'estudiant, es va utilitzar el qüestionari CUBRECAVI, destinat a avaluar la qualitat de vida de persones grans, i que n'avalua nou dimensions. En el mateix moment varen emplenar uns qüestionaris que avaluaven la xarxa social i l'ús de les tecnologies de la informació i la comunicació (TIC), amb la intenció de conèixer si el fet de crear una nova xarxa social o ampliar la que tenien, i desenvolupar o ampliar les habilitats digitals, podien ser factors que contribuïssin en aquest possible canvi.

Amb l'objectiu d'analitzar la visió dels professionals, es va dissenyar un Panell Delphi, en el qual es varen obrir quatre línies temàtiques relacionades amb els PUM: 1. Evolució dels PUM, 2. Futur dels PUM, 3. Polítiques socials, i 4. Participació activa de l'alumnat. Per a complementar varen fer un DAFO, amb el mateix grup de professionals, plantejant preguntes en tots els elements que avalua l'instrument.

I, per conèixer les vivències pròpies i personals dels realment protagonistes, les persones participants, se'ls va fer una entrevista semiestructurada amb la finalitat de crear relats de vida amb els quals treballar posteriorment. A part de l'entrevista, varen contestar el test d'esdeveniments vitals estressants de Holmes i Rahe i un qüestionari sobre percepció de satisfacció subjectiva, basat en la teoria de les discrepàncies múltiples de Michalos; i acabaren fent un DAFO, amb el qual els estudiants varen poder aportar una visió clarificadora de l'experiència del seu pas per la UOM.

3. RESULTATS

La mostra d'estudiants estava formada per un total de 202 persones; 114 dones i 88 homes, amb edats entre els seixanta i els 84 anys. Hi havia una diferència de 24 anys entre l'estudiant més jove i el de més edat. Les característiques sociodemogràfiques de l'alumnat participant eren aquestes: majoritàriament dona, d'entre 60 i 69 anys (primera mostra: 60-64 anys; segona mostra: 65-69 anys), nascuda a Mallorca, casada, que viu amb la seva parella, amb un nivell d'estudis de batxiller elemental i jubilada.

Una vegada analitzades les diverses dimensions que avaluava el qüestionari, vàrem observar que el total de la mostra valorava la seva qualitat de vida molt per sobre i amb puntuacions molt positives en comparació amb les puntuacions del barem de la població de referència. A escala general, s'observa que, en el moment de finalitzar el programa, la mostra ha millorat en gairebé totes les dimensions. L'única que va obtenir unes puntuacions més baixes va ser la dimensió d'ingressos, i, encara que va puntuar menys, els seus valors se situaven en els mateixos intervals. En el resum de les mostres de l'alumnat de la UOM i la població de referència, vàrem comprovar que es produïa una associació estadísticament significativa entre les mostres, com també s'observaven diferències entre les dues mostres analitzades.

Per tal d'obtenir informació rellevant, vàrem comparar les puntuacions obtingudes a les diferents escales en funció de tres variables: el gènere, l'edat i l'any acadèmic. Una vegada fetes les comparacions entre les mostres i les variables, vàrem veure que hi havia una diferència significativa o una tendència a la diferència dins alguna de les dimensions que avaluava el qüestionari.

Un dels problemes que ens plantejàrem al llarg de l'estudi va ser la possibilitat d'identificar en el conjunt de l'alumnat matriculat a la UOM, en les promocions estudiades, diversos grups de subjectes, en relació amb les diferents dimensions de la qualitat de vida. Per a respondre aquest problema de recerca seleccionàrem la metodologia de l'anàlisi de clúster. Això ens va permetre agrupar-los i comprovar quin percentatge se situava en una posició més bona respecte als altres dos grups i, per tant, en cada una de les mostres es varen formar grups homogenis dins un grup aparentment heterogeni, on un dels tres podia pertànyer tant a un com a l'altre.

En la part qualitativa del qüestionari, els estudiants havien d'identificar d'una llista, per ordre de prioritats, els tres elements que consideraven més importants de la qualitat de vida. L'opció «Tenir bona salut» va ser la resposta més elegida i amb els percentatges de puntuació més elevats. I, en relació amb les tres opcions més elegides, vàrem comprovar que seguien aquest ordre: «Tenir bona salut», «Poder valer-se per si mateix» i «Tenir unes bones relacions familiars i socials».

Quant als factors que podrien influir en la percepció d'una qualitat de vida més bona, que comentàvem abans, en relació amb la xarxa social, vàrem veure que en la mostra del primer curs sí que hi havia una relació significativa amb els canvis en la xarxa social en els darrers cinc anys en funció de la variable de gènere. Posant la mirada a les respostes a la pregunta si havia canviat la seva xarxa social en els darrers cinc anys, vàrem observar que el percentatge que va obtenir la resposta «Sí, ha augmentat» va ser el més elevat en comparació amb les altres respostes.

En les qüestions relatives a les TIC, uns dels ítems se centrava en si havien fet algun curs relacionat amb el tema d'ofimàtica. En aquest cas, hi havia una relació significativa en funció del nivell d'estudis, en la mostra del darrer curs. Els alumnes amb nivells més alts d'estudis varen contestar en més proporció que «Sí, han realitzat algun curs» relacionat amb l'àmbit digital; la resposta va ser afirmativa en un 76,9% dels subjectes amb estudis superiors.

Per dur a terme els relats de vida, es va fer una selecció per quotes de cadascuna de les mostres tenint en compte l'edat, el gènere i la promoció. De cada promoció es varen seleccionar quatre subjectes per rang d'edat (de seixanta a setanta anys, i de setanta anys i més) i per gènere, que feien un total de 12 subjectes (6 homes i 6 dones).

Els vàrem entrevistar seguint els temes aquí descrits:

1. Identificació i família: es va fer el genograma i les preguntes anaven dirigides a conèixer la persona i el seu ambient familiar; sobre els fills i nets, la relació de parella, quines coses valoraven com a importants i quines eren les seves preocupacions en el moment de fer l'entrevista.
2. Trajectòria formativa i laboral: conèixer la trajectòria formativa per continuar amb la vida laboral, anys en què varen treballar, canvis de feina, l'arribada del moment de la jubilació; en el moment de l'entrevista, quines aficions tenien i a què dedicaven el temps lliure.
3. Relacions socials: saber si mantenien una xarxa social sòlida, quantes visites rebien a casa i quantes feien a altres persones, telefonades fetes i rebudes, participació en grups de WhatsApp, i si en cas de necessitar ajuda comptaria amb persones que li donassin aquest suport, en qualsevol de les seves modalitats.
4. Salut: preguntes relacionades amb temes mèdics, freqüència de visites al centre de salut, hospitalització, medicació, etc.
5. UOM: com varen conèixer el programa, què va fer que s'hi matriculassin, si la família ho sabia i què li semblava, com se sentia en iniciar l'experiència, i en acabar, així com donar una puntuació per valorar el grau de satisfacció amb el programa.

La valoració dels participants va ser molt positiva, amb una mitjana de 8,92, i varen confirmar que mostraren canvis personals durant aquest procés educatiu. El DAFO que varen fer als estudiants va resultar molt interessant, ja que varen poder expressar les seves opinions sobre els aspectes en els quals varen tenir més dificultats, quines coses els havien costat més durant la seva participació

en la UOM, quins aspectes destacarien de la UOM i quines àrees de la seva vida consideraven que havien millorat després de l'experiència viscuda. Es pot destacar, com ells mateixos assenyalaven, que varen tenir dificultats per indicar coses negatives del programa; la majoria consideraven que tot havia estat un aprenentatge i varen ser contudents en el moment de descriure els seus beneficis en l'àmbit intel·lectual, social, de benestar físic i mental.

Amb els professionals varen fer un Panell Delphi, ja que considerarem que seria una eina útil per a poder detectar aquells temes o àmbits en els quals es podria arribar a un acord, o consens, entre la majoria. Es va elaborar el qüestionari i es va enviar una primera ronda en la qual els experts havien de puntuar de l'1 al 10 o al 8 (segons tema), per ordre d'importància, els enunciats dels temes. Una vegada acabada la primera ronda, es varen analitzar les respostes i es va elaborar un informe que s'envià als experts juntament amb el qüestionari preparat per a la segona ronda. A la segona ronda es varen reduir els enunciats a la meitat i els experts havien de puntuar de l'1 al 5, o 4, depenent del tema, per ordre d'importància. Es va fer la prova W de Kendall per a comprovar el grau de consens obtingut, i vàrem confirmar que es produïa una concordança significativa entre els rangs assignats pels experts. Com que la tercera línia temàtica era dicotòmica, havien de contestar sí o no; feren la prova Q de Cochran per a comprovar el consens obtingut, i vàrem observar que també es produïa una concordança significativa entre els rangs assignats pels experts i, per tant, com en el cas anterior, podem dir que hi hagué una concordança elevada. Finalment, vàrem aprofitar l'enviament del qüestionari del Panell Delphi per a incorporar un DAFO, en el qual els proposàvem que indicassin tres aspectes en cadascuna de les preguntes de l'instrument. Un aspecte a assenyalat, de les respostes rebudes, és la coincidència que vàrem trobar entre les febleses i les amenaces, on s'agrupaven les mateixes àrees temàtiques; en diferent ordre, però els temes eren coincidents. Per exemple, el tema de la manca de finançament públic es percebia com una feblesa, però per a alguns experts també es percebia com una amenaça. És un exemple que ens dona peu a obrir un debat i una possible reflexió de cara al futur.

4. CONCLUSIONS

A l'estudi, les conclusions varen seguir una estructura d'acord amb les tres parts en les quals estava dividida la recollida de dades. D'una banda, les conclusions dels qüestionaris dels estudiants grans; d'altra banda, les conclusions dels relats de vida, i, finalment, les sorgides de la consulta als experts, per a tancar-ne el bloc amb unes de generals de tot l'estudi. A continuació, i per tal de resumir una mica les conclusions sorgides, s'exposaran d'una manera més general i se'n ressaltarà el més significatiu.

1. A les aules universitàries, tenim un alumnat especial. Especial en el sentit que tota l'energia, les ganes, la motivació i l'interès que demostren fa que el procés d'ensenyament-aprenentatge i la seva participació en el programa siguin beneficiosos per al seu desenvolupament personal. Són ells que ho aconsegueixen, ells són els protagonistes del seu desenvolupament i del seu procés.
2. L'educació i la participació en programes educatius específics per a persones grans, possibilita que aquest alumnat descobreixi qualitats que ni tan sols ells coneixien, i que en puguin potenciar unes altres; i també que puguin tenir noves experiències en diferents àmbits de la vida.

3. Acostar-se a les TIC i descobrir la utilitat que tenen en la seva vida diària. Aprenen a perdre la por d'utilitzar l'ordinador; ja que conèixer com funciona de prop fa que el vulguin emprar. És important mostrar-los que aquest ús els ajudarà en el dia a dia, que la seva vida serà una mica més fàcil i que gaudiran més, guanyant qualitat de vida.
4. La UOM és més que un programa educatiu; compleix altres funcions, i la relacional n'és una. La creació o ampliació de la xarxa social, i el fet de conèixer persones similars en interessos i motivacions, és molt beneficiós, i això succeeix a les aules universitàries.
5. Com assenyalen els experts, els PUM són programes consolidats, però el perfil de l'alumnat està canviant. Per tant, s'ha de continuar fent feina; cal tornar a reorganitzar, o repensar, l'estructura del programa per a poder donar resposta a l'alumnat que ens arribarà, però sense oblidar els que ara hi són presents.
6. Aquestes conclusions són lògiques, i ja sabíem que era així, però ara, amb aquest estudi, podem confirmar que és així. Ara tenim un treball científic que aporta resultats que evidencien aquest fet.

REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES

- Faber, P. (2015). *Envejecimiento Activo. Un marco político ante la revolución de la longevidad*. International Longevity Centre Brazil (ILC-Brazil).
- Fernández-Ballesteros, R. (1997). Calidad de vida en la vejez: condiciones diferenciales. *Anuario de Psicología*, 73, 89-104.
- Fernández-Ballesteros, R. i Santacreu, M. (2014). Quality of life. Problematic issues. *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research*, 5363-5371.
- Groombridge, B. (1982). Learning, education and later life. *Adult Education*, 54(4), 314-326
- Labra, J. A.; Albuerne, R. F. i Juanco, A. (1998). Indicadores subjetivos de calidad de vida en ancianos de un contexto rural. A *Calidad y responsabilidad compartida: retos del bienestar en el cambio de siglo*. Actas del V Congreso Estatal de Intervención Social, 2, IMSERSO, 823-832.
- Nacions Unides (2019). Comunicat de premsa. <https://population.un.org/wpp/>
- Organització Mundial de la Salut (2002). Envejecimiento Activo. Un marco político. Contribución de la OMS a la Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento de Naciones Unidas, celebrada el mes de abril en Madrid.
- Orte, C. i March, M. (2006). La intervención socioeducativa, los programas universitarios para mayores y la calidad de vida: la construcción de una gerontología educativa. A C. Orte (coord.), *El aprendizaje a lo largo de toda la vida. Los programas universitarios de mayores* (17-72). Dykinson.
- Orte, C. i March, M. (2008). Envel·liment, educació i qualitat de vida: cap a la institucionalització de la gerontologia educativa. A C. Orte (dir.), *Anuari de l'envelliment. Illes Balears 2008* (165-202). Càtedra de Gerontologia Educativa i Social (Conselleria d'Afers Socials, Promoció i Immigració i Universitat de les Illes Balears).
- Pérez, J.; Abellán, A.; Aceituno, P.; Ramiro, D. (2020). Un perfil de las personas mayores en España, 2020. Indicadores estadísticos básicos. *Informes Envejecimiento en Red*, 25, 39 p.
<http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/enred-indicadoresbasicos2020.pdf>
- Vives, M. (2010). *Els efectes del suport social en els alumnes de la Universitat Oberta per a Majors*. Tesis doctoral del Departament de Pedagogia i Didàctiques Específiques de la Universitat de les Illes Balears.
- Walker, A. (2005). Quality of life in old age in Europe. A Walker (ed.), *Growing older in Europe* (1-29). Open University Press.
- Walker, A. i Lowenstein, A. (2009). European perspectives on quality of life in old age. *European Journal of Ageing*, 6(2), 61-66.