

---

## LA PERSONA MAYOR: PROTAGONISTA DE EMPRENDIMIENTO PARA UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO

The Elderly Person: Protagonist of Entrepreneurship for Active Aging

**María Neila Sánchez Cedeño**

© <https://orcid.org/0000-0002-5187-1864>  
Universidad Santiago de Cali, Colombia

**Estela Rodríguez Torres**

© <https://orcid.org/0000-0002-4911-627X>  
Universidad Santiago de Cali, Colombia

**Resumen.** En el presente trabajo se buscó resaltar la importancia que tiene la implementación de otras formas de emprendimiento en las personas mayores, los conceptos relacionados con tal acción desde el aula inicialmente, hasta llegar a diversos entornos. Posteriormente se identificaron los grupos, organizaciones, entidades gubernamentales y no gubernamentales. El propósito del trabajo fue identificar áreas de oportunidad para el desarrollo de programas de emprendimiento que favorezcan el envejecimiento activo según tradiciones culturales, vivencias y experiencias en un entorno educativo y social.

El objetivo de este macroproyecto es realizar actividades itinerantes, intersectoriales, interprofesionales y comunitarias, mediante estrategias de intervención comunicativa orientada en aspectos de prevención del riesgo cardiovascular y metabólico, incontinencia urinaria, nutrición, actividad física (capacidad funcional), uso del tiempo

Cita este capítulo

Sánchez Cedeño, M. N. y Rodríguez Torres, E. (2022). La persona mayor: protagonista de emprendimiento para un envejecimiento activo. En: Olaya Garcerá, J. E.; Rojas Muñoz, A. L. y Caro Ruiz, F. A. (eds. científicos). *Proyección e Innovación Social. Volumen III.* (pp. 35-49). Cali, Colombia: Editorial Universidad Santiago de Cali.

libre y emprendimiento saludable en el Valle del Cauca y Cauca de agosto a noviembre de 2019.

Proyecto de participación-acción (edu-comunicativo) de actividades lúdicas, artísticas, capacitación, emprendimiento y apoyo a la salud de la persona mayor. Con enfoque interprofesional, intersectorial y comunitario. Resultados: Los gestores de la experiencia fueron la Red ESAM Nodo Valle del Cauca y Cauca. Los aliados están constituidos por: Secretaría de Salud de San Pedro Valle; organizaciones no gubernamentales: la Junior Chamber Internacional con jóvenes en formación de Cali y Senado JCI de Colombia; programas de Enfermería, Medicina y Fisioterapia de la Universidad Santiago de Cali y Palmira; Grupo de adultos mayores de Bienestar Universitario-USC; Programa de Enfermería UCEVA-Tuluá; Fundación Amor y Vida (Cali), Nuevo Horizonte (Secretaría de Salud, Buga), Horizonte Mayor (Cali), Empresa privada TENA, Grupo Años Dorados.

**Palabras claves:** envejecimiento, comunicación interdisciplinar, acontecimientos que cambian la vida.

**Abstract.** In the present work, we sought to highlight the importance of the implementation of other forms of entrepreneurship in older people, the concepts related to such action from the classroom initially, until reaching different environments. Subsequently, the groups, organizations, governmental and non-governmental entities were identified. The purpose of the work was to identify areas of opportunity for the development of entrepreneurship programs that favor active aging according to cultural traditions, experiences and experiences in an educational and social environment.

The objective of this macro projects to carry out itinerant, intersectoral, interprofessional and community activities, through communication intervention strategies oriented in aspects of prevention of cardiovascular and metabolic risk, urinary incontinence, nutrition, physical activity (functional capacity), use of free time, entrepreneurship healthy in the Valle del Cauca and Cauca from August to November 2019.

Participation-action project (Edu communicative) of recreational and artistic activities, training, entrepreneurship and support for the health of the elderly. With an interprofessional, intersectoral and community approach. Results: The managers of the experience were the ESAM Network Nodo Valle del Cauca and Cauca. The allies are made up of: Ministry of Health: San Pedro Valle; Non-governmental organizations: The International Junior Chamber with young people and training from Cali the JCI Senate of Colombia; Nursing, Medicine and Physiotherapy Programs of the Santiago de Cali University and Palmira; Group of older adults of Bienestar Universitario-USC; UCEVA - Tuluá Nursing Program; Amor y Vida Foundation (Cali), Nuevo Horizonte (Buga Health Secretariat), Horizonte Mayor (Cali), TENA private company, Golden Years Group.

**Keywords:** aging, interdisciplinary communication, life changing events.

## INTRODUCCIÓN

“Los logros de una organización son los resultados del esfuerzo combinado de todos los individuos”

Vince Lombardi

Es bien conocido que a nivel mundial se observa un envejecimiento progresivo, lo que genera problemas de salud pública y con esto el desarrollo de diversas estrategias de intervenciones de promoción de la salud que faciliten la transición demográfica, controlen las enfermedades y promuevan el bienestar de personas en proceso de envejecimiento activo.

En Europa, en la década 90, la Organización Mundial de la Salud (WHO) inició el abordaje de esta cuestión con la promoción de medidas dirigidas a la difusión de otras formas de envejecimiento, activo y saludable, como una opción necesaria para detener las consecuencias para la salud pública (Petretto. et al, 2016, p. 229).

Como persona mayor, se considera a quien tiene 60 años de edad o más; sin embargo, estas personas pueden tener otras connotaciones según el territorio o grupo étnico al que pertenezca (World Health Organization, 2002) y constituyen el 12% de la población mundial según la Organización Mundial de la Salud (World Health Organization, 2012; World Health Organization, 2020).

El envejecimiento saludable (Ministerio del Interior, 2020) permite mantener la capacidad funcional para hacer las cosas que valora la persona, al preservar la capacidad física y mental a medida que se envejece; con el envejecimiento saludable se pueden efectuar cambios en los diferentes ambientes y permitir la accesibilidad a la persona mayor en sus necesidades y de acuerdo con sus capacidades. Al término del “Decenio del Envejecimiento Saludable” (2020-2030) (WHO, 2020), la cifra de personas de 60 años o más habrá aumentado en un 34%, de 1000 millones en 2019 a 1400 millones en 2030.

En países como Colombia se hace necesario comprender la caracterización de los adultos mayores para agenciar acciones que promuevan el envejecimiento saludable. De acuerdo con el Censo poblacional de 2018 elaborado por el Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE, 2018), de los 48 258 494 de habitantes que hay en Colombia, donde el 51.2% son mujeres y el 48.8% son hombres, las personas de 65 y más años corresponden al 9.1%.

La situación del envejecimiento poblacional aumenta cada vez más debido a los siguientes factores: transición demográfica de la población colombiana, disminución de la fecundidad, disminución de la mortalidad, aumento de la expectativa de vida, baja de la vulnerabilidad (WHO, 2020a; WHO, 2020b).

Según el Ministerio de Salud y Protección Social a diciembre de 2018 (DANE, 2018), 6.252.258 (14%) de la población afiliada al Sistema de Salud en el país era mayor a 59 años de edad. De estas la población que presenta alguna discapacidad es el 45% que corresponde a 648 311 personas. Estas presentan alteraciones permanentes, relacionadas con: el movimiento del cuerpo, manos, brazos, piernas; los ojos; el siste-

ma nervioso; el sistema cardiorrespiratorio y las defensas y los oídos. En problemáticas sociales: 794 725 (10%) de la población víctima del conflicto armado es mayor a 59 años de edad. De ellos. 394 717 (49.7%) son hombres y 400 008 (50.3%) son mujeres. Y 667.517 (83%) personas de la población víctima del conflicto armado mayor a 59 años de edad, fue víctima de desplazamiento forzado.

En Colombia son acogidos los principios de las Naciones Unidas (Guerrero y Yépez, 2015) en favor de la persona mayor y se ha desarrollado la Política Colombiana de Envejecimiento Humano y Vejez 2015-2024 (Fedesarrollo y Fundación Saldarriaga Concha, 2015), en la que se los considera, desde un punto de vista social, como sujetos de derecho, socialmente activos, con garantías y responsabilidades respecto de sí misma, la familia y la sociedad.

En el país se desarrolla el Programa de Protección Social al Adulto Mayor ‘Colombia Mayor’ (Ministerio de Salud y Protección Social, 2018), que tiene por objetivo aumentar la protección a las personas mayores que se encuentran desamparadas, que no cuentan con una pensión, o viven en la indigencia o en la extrema pobreza; el apoyo se hace a través de la entrega de un subsidio económico mensual.

Las personas en el mundo están envejeciendo y se estima que al año 2050 habrá cerca de 2.100 millones de habitantes de más de 60 años. En Colombia, Global AgeWatch proyectó que en 30 años las personas de esa edad o mayores crecerá un 3% anual entre 2015 y 2050, hasta alcanzar el 27.5% de la población total. (Global AgeWatch Insights, 2018).

Esto conlleva a un planteamiento de fórmulas o estrategias que favorezcan el envejecimiento activo, abriendo posibilidades de autorrealización, crecimiento personal y profesional hasta el final de la vida. La persona logra la longevidad por el desarrollo cognitivo saludable durante el curso de vida, de diversas maneras, siendo la participación una de ellas. La participación se perpetúa a través de conocimientos y actividades de la vida diaria, –según tradiciones culturales aprendidas–, que son posibles de emprender tras la jubilación, bien con fines de negocio o con impacto social. En esta etapa de la vida, el

emprendimiento se convierte en una opción para quienes se jubilan. Emprender es empezar a hacer, diseñar, lanzar una cosa determinada, también se considera una actitud frente a la vida.

Actualmente se desarrollan actividades o programas destinados a potenciar y apoyar el emprendimiento en las personas mayores, al recuperar el ejercicio de la capacitación obtenida en cada etapa de la vida, sus experiencias, saberes ancestrales y vivencias. Las personas mayores emprendedoras, se convierten entonces en un grupo de trabajadores, como objeto de interés en la investigación y proyección social (López, 2017, p. 33).

El emprendimiento en España es solo del 5.7%, mientras que países de América del Sur como Chile y Ecuador cuentan con tasas, del 25.9% y del 33.6% respectivamente (Niels, 2019). En Colombia, el emprendimiento está pensado como política social principalmente para la generación de ingresos (Empresarial y Laboral, s.f.).

Una de las tareas para impulso del emprendimiento es también desarrollar la competencia emprendedora en los estudiantes del área de la salud, al potenciar su capacidad cognitiva, habilidades, destrezas y creatividad, concebidos en los procesos de aprendizaje para la profesionalización (Ahumada, 2013, p. 44).

## **ANTECEDENTES QUE JUSTIFICAN EL MACROPROYECTO ITINERANTE: OTRAS FORMAS DE EMPRENDIMIENTO PARA UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO**

El camino hacia la construcción de esta experiencia se inicia en agosto de 2015 al concretar un acercamiento entre el curso de la Electiva de Proceso Enfermero creada en 2011 por dos integrantes del Grupo de Investigación Cuidado de la Salud y el Programa de Enfermería de la Universidad Santiago de Cali, para iniciar un proyecto que visibilizar a Enfermería dentro del equipo de salud.

Fueron organizadas actividades de divulgación científica, iniciando desde el 2015 el evento denominado "Actores del Proceso Enfermero", hasta llegar a la quinta versión en 2020; cada una con un abordaje temático diferente, pero con el objetivo de fortalecer el intercambio de saberes, experiencias y herramientas pedagógicas que permitan el desarrollo de competencias para el aprendizaje significativo y su aplicación a cualquier etapa del curso de vida de las personas, la familia y los cuidadores con los estudiantes de pregrado de Enfermería.

En abril de 2018, y como resultado del III Encuentro "Actores del Proceso Enfermero" nace el Nodo Valle del Cauca y Cauca de la Red de Enfermería en Salud para el Adulto Mayor Red ESAM Colombia, desde donde se gestó en el 2019 el Macroproyecto Itinerante; interdisciplinar, intersectorial y comunitario con dos de los integrantes del Grupo de Investigación Cuidado de la Salud, participantes activos de la Red ESAM Colombia.

Este Macroproyecto tiene además el propósito de realizar actividades, proyectos o programas que busquen impactar de manera directa e indirecta el mejoramiento de la calidad de vida de las personas mayores, visibilidad del rol de enfermería y de otros profesionales alrededor de la salud integral de la persona mayor, mediante otras formas de emprendimiento para un envejecimiento activo.

## **OBJETIVO GENERAL**

Realizar actividades itinerantes, intersectoriales, interdisciplinarias y comunitarias, mediante estrategias de intervención comunicativa orientada a través de grupos con personas mayores en aspectos de prevención del riesgo cardiovascular y metabólico, incontinencia urinaria, nutrición, actividad física (capacidad funcional), uso del tiempo libre y emprendimiento saludable en el Valle del Cauca y Cauca.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Identificar los diferentes grupos de personas mayores y las entidades de apoyo al proyecto.

Establecer alianzas con empresas –privadas y públicas–, instituciones de educación, organizaciones no gubernamentales y comunidades.

Ejecutar estrategias de intervención comunicativa para el autocuidado y el emprendimiento saludable en personas mayores.

## MATERIALES Y MÉTODOS

Es un proyecto de participación-acción (edu-comunicativo) de actividades lúdicas, artísticas, de capacitación, emprendimiento y apoyo a la salud de la persona mayor; con enfoque interdisciplinar, intersectorial y comunitario en diversos municipios del Valle del Cauca: Santiago de Cali, Palmira, Tuluá, San Pedro y Buga.

Desarrollado entre junio de 2019 y enero de 2020. Las acciones implementadas en cada territorio con los participantes, surgen de las necesidades referidas por cada uno de los grupos integrados al proyecto. Las actividades comunicativas se realizan a través de capacitación específica en aspectos de prevención y promoción del autocuidado en salud de la persona mayor con respecto al uso del tiempo libre, actividad física /capacidad funcional, nutrición, riesgo cardiovascular y metabólico, incontinencia urinaria, estilos de vida saludable y nuevas formas de emprendimiento creativo. Las didácticas para realizarlo comprenden material promocional, actividades lúdicas y artísticas, actividades terapéuticas con apoyo de *clown* y *stands* con participación de los grupos de cada territorio en sus procesos de emprendimiento creativo.

Para el procesamiento de los registros se utilizó el software Office de Excel 2016, donde se registraron los datos de acuerdo a la participación y se generaron las respectivas gráficas y tablas para el análisis.



## **FASES DE DESARROLLO**

La primera, de sensibilización a los diferentes actores se realizó a través de procesos de comunicación para su participación en el proyecto (llamadas, comunicación voz a voz. Reuniones con grupos de interés).

La segunda, fue de elaboración de programas específicos para cada territorio con apoyo de los diferentes actores que aceptaron participar en el proyecto, y elaboración de cronogramas a partir de las metas propuestas

La tercera, de ejecución de las actividades programadas cumpliendo con los criterios de evaluación y monitoreo de impacto a corto y mediano plazo.

Los mecanismos utilizados para determinar y valorar los recursos necesarios para el desarrollo de la experiencia en cada territorio, se realizaron previamente con el fin de verificar la viabilidad y la sostenibilidad financiera del proyecto itinerante.

## **RESULTADOS**

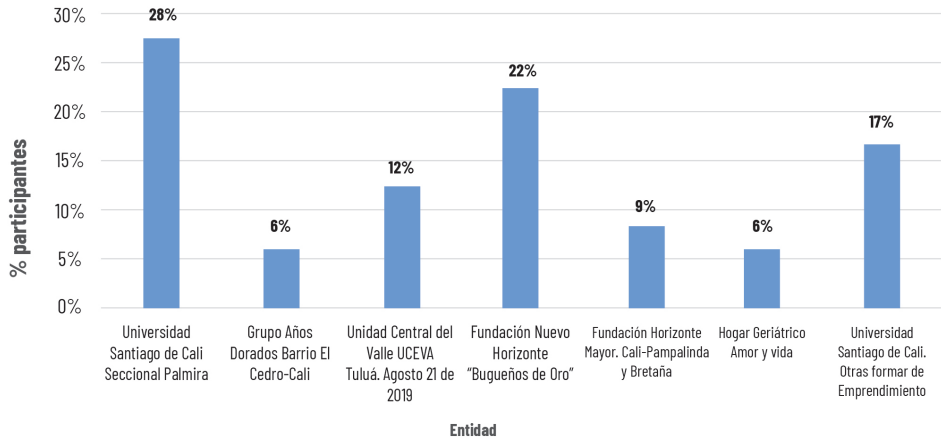
En cumplimiento de los objetivos del Macroproyecto se identifican los gestores de la experiencia que son, la Red ESAM Nodo Valle del Cauca y Cauca- Capitulo Colombia, la Dirección del Área de Servicios Profesionales y Proyectos de la Universidad Santiago de Cali en alianza con el Programa de Enfermería a través del grupo de estudiantes de la Electiva Proceso Enfermero, con participación de los programas de Fisioterapia y Medicina, entidades gubernamentales y no gubernamentales, grupos de personas mayores, fundaciones y hogares geriátricos, entre otros.

Los aliados están constituidos por:

- Secretaría de Salud: San Pedro
- Organizaciones no gubernamentales: la Júnior Chamber Internacional (JCI) de Colombia, el Senado JCI de Colombia, grupo Años Dorados
- Instituciones de Educación Media académica La Campiña
- Instituciones educativas del nivel superior: Universidad Santiago de Cali sedes Cali y Palmira -USC. Unidad Central del Valle UCEVA, Universidad Libre Seccional Cali., Universidad del valle
- Grupos de adultos mayores: Bienestar Universitario USC
- Grupo Años Dorados- Cali
- Hogar Geriátrico Amor y Vida
- Fundación Horizonte Mayor, sedes Pampalinda y Bretaña
- Fundación Nuevo Horizonte -área rural Buga (Sajón Hondo)
- Secretaría de Salud San Pedro Valle
- Secretaría de Salud Buga
- Empresa privada: TENA
- Otros grupos de personas mayores
- Grupos Musicales
- Servicio Nacional de Aprendizaje, SENA Palmira
- Grupo Clown UNILIBRE
- Líderes comunitarios
- Junior Chamber International JCI- Jóvenes en formación de Cali
- SENADO-JCI Valle del Cauca

Al desarrollar las estrategias de intervención edu-comunicativa para el autocuidado y emprendimiento saludable en persona mayor participaron: 317 (38%) entre estudiantes, docentes y profesionales; 517 (62%) adultos mayores. Fueron realizadas en diferentes entidades como a continuación se presentan:

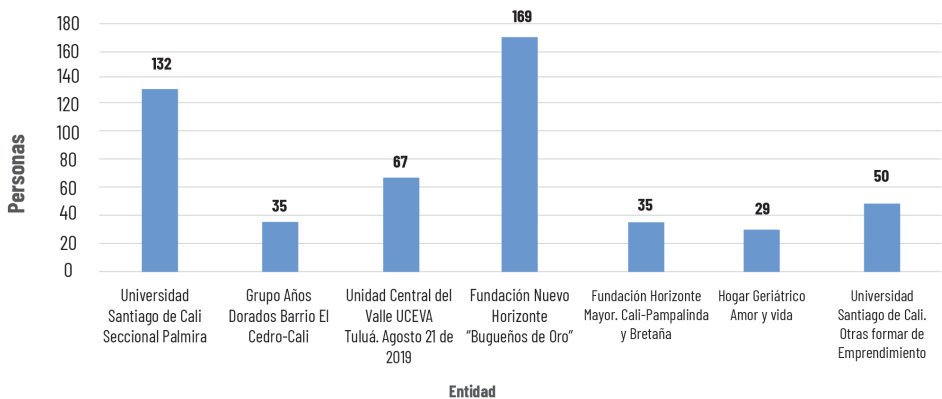
**Gráfico 1.** Distribución de participantes por entidad.



Fuente: Sánchez Cedeño & Rodríguez Torres. (2020).

La frecuencia en la distribución de los 834 participantes, según las entidades presenta la mayor participación de la Universidad Santiago de Cali con las seccionales de Palmira y Cali en un 45% con 372 participantes, la Fundación Nuevo Horizonte “Bugueños de Oro” en un 22% con 186 participantes y la Unidad Central del Valle UCEVA de Tuluá en un 12% con 103 participantes como se puede observar en el gráfico 1.

**Gráfico 2.** Distribución de adultos mayores por Entidad.

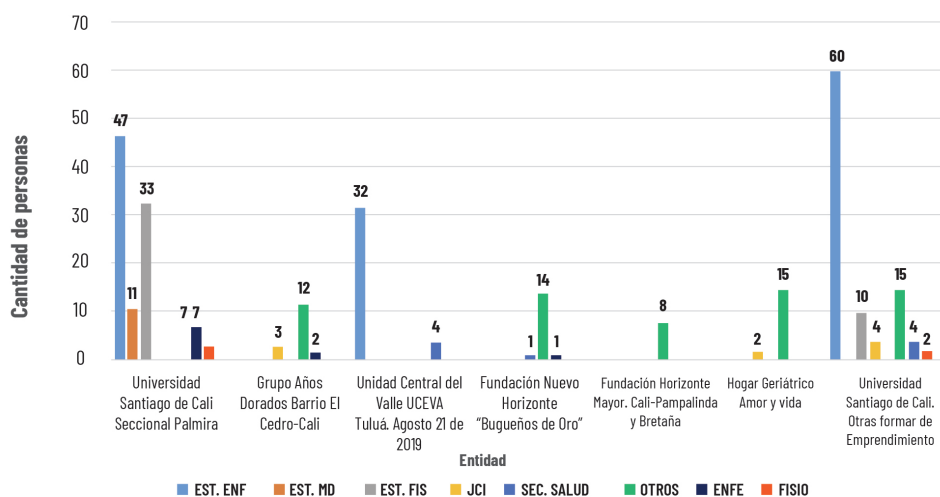


Fuente: Sánchez Cedeño & Rodríguez Torres. (2020).

La asistencia a las actividades edu-comunicativas relacionadas con uso del tiempo libre, actividad física /capacidad funcional, nutrición, riesgo cardiovascular y metabólico, incontinencia urinaria, estilos de vida saludable y nuevas formas de emprendimiento creativo de los adultos mayores en cada una de las entidades participantes se pueden observar en el gráfico 2.

La mayor participación es de los adultos mayores convocados en la Universidad Santiago de Cali, seccionales Palmira y Cali con 182 (35.20%) participantes, seguidos por los de la Fundación Nuevo Horizonte “Bugueños de Oro” con 169 (32.68%) participantes.

**Gráfico 3.** Distribución de las personas según condición de estudiante, docente y profesionales por entidad



Fuente: Sánchez Cedeño & Rodríguez Torres. (2020).

La proporción de participación en las actividades programadas es de los estudiantes del 57.41% (182), de docentes y otros profesionales son del 42.58% (135) como puede apreciarse en el gráfico 3.

Se puede observar la frecuencia de los diferentes estudiantes, donde la mayor participación es de estudiantes de Enfermería de la Univer-

sidad Santiago de Cali, seccionales Cali y Palmira, donde asistieron 60 y 47 estudiantes respectivamente, quienes conjuntamente con los de Fisioterapia de Cali y Palmira, 43 en total, muestran una mejor participación, seguidos por los de la Universidad Central del Valle de Tuluá con 32 estudiantes.

**Limitaciones:** Carencia de apoyo financiero del proyecto por algunos de las entidades participantes. Se presentaron dificultades en el empoderamiento de los adultos mayores por sus condiciones físicas y de acompañamiento, en el desarrollo de nuevas actividades emprendedoras.

## **CONCLUSIONES.**

El generar acciones alrededor de esta etapa del curso de vida permite al adulto mayor conocer sus cambios, considerar ser más autovalentes, emprendedores y participativos. Además tener acompañamiento y reconocimiento de los participantes en formación, como de los demás actores en la experiencia, favorece su proceso para lograr un envejecimiento saludable.

Es preciso recurrir a diferentes estrategias que faciliten la difusión del conocimiento para incidir en el mejoramiento social, económico y en la calidad de vida de los adultos mayores., con lineamientos claros y bien definidos que posibilitan la relación permanente, itinerante y directa que tienen con la sociedad, por medio de programas y proyectos, donde convergen los diferentes sectores y actores sociales.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

Ahumada Méndez, L.S. (2013). Las Competencias Aplicadas al Emprendimiento. *Escenarios* 11(1): 44-56. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4714359>

- DANE (2018). *Censo nacional de población y vivienda 2018*. Colombia, 2018. Recuperado de: <https://www.dane.gov.co/index.php/estadisticas-por-tema/demografia-y-poblacion/censo-nacional-de-poblacion-y-vivienda-2018>
- Empresarial y Laboral (s.f.). *Cifras de Emprendimiento en las empresas colombianas*. Recuperado de: <https://revistaempresarial.com/empresas/py-mes-empresas/emprendimiento-pymes/cifras-emprendimiento-empresas-colombianas/>
- Fedesarrollo y Fundación Saldarriaga Concha. (2015). *Misión Colombia Envejece: cifras, retos y recomendaciones*. Bogotá, D.C. Colombia. Fundación Saldarriaga Concha. Recuperado de: [https://www.repository.fedesarrollo.org.co/bitstream/handle/11445/2724/LIB\\_2015\\_MCE\\_completo.pdf?sequence=5&isAllowed=y](https://www.repository.fedesarrollo.org.co/bitstream/handle/11445/2724/LIB_2015_MCE_completo.pdf?sequence=5&isAllowed=y)
- Global AgeWatch Insights (2018). *The right to health for older people, the right to be counted*. Recuperado de: [https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/HelpAge\\_Main\\_Report\\_Final\\_web-res%20%281%29.pdf](https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/HelpAge_Main_Report_Final_web-res%20%281%29.pdf)
- Guerrero N. y Yépez M.C. (2015) Factores asociados a la vulnerabilidad del adulto mayor con alteraciones de salud. *Rev Univ. Salud*. 17(1): 121-131. <http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v17n1/v17n1a11.pdf>
- López L.R. (2017). El Emprendimiento en adultos mayores y su entrenamiento como oportunidad para favorecer el envejecimiento activo. *International Journal of Developmental and Educational Psychology INFAD Revista de Psicología*, 2(1): 33-40. <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/1106/978>
- Ministerio de Salud y Protección Social (2018). Oficina de Promoción Social. Sala situacional de la Población Adulta Mayor Colombia. Recuperado de: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/PS/sala-situacion-envejecimiento-2018.pdf>
- Ministerio del Interior (2020). Agencia de Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (USAID), Organización Internacional para las Migraciones. Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas. Personas

Mayores. Colombia. Recuperado de: [https://www.mininterior.gov.co/sites/default/files/7\\_enfoque\\_diferencial\\_para\\_personas\\_mayores.pdf](https://www.mininterior.gov.co/sites/default/files/7_enfoque_diferencial_para_personas_mayores.pdf)

Niels Bosma, DK. (2019). Global Entrepreneurship Monitor 2018/2019 Global Report. <https://www.gemconsortium.org/report/50213>

Petretto, DR., Pili R., Gaviano L., Matos C., Zuddas C. (2016). Envejecimiento activo y de éxito o saludable: una breve historia de modelos conceptuales. *Rev. Esp. Geriatr. Gerontol.* 51(4): 229-241. <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-espanola-geriatria-gerontologia-124-articulo-envejecimiento-activo-exito-o-saludable-S0211139X1500205X>

WHO (2020). *Ageing and Life Course*. World Health Organization. Ginebra. Recuperado de: [https://www.who.int/health-topics/ageing#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/ageing#tab=tab_1)

WHO (2020a). *Global strategy and action plan on ageing and health*. Ginebra. Recuperado de: <https://www.who.int/ageing/WHO-GSAP-2017.pdf?ua=1>

WHO (2020b). *Decade of healthy ageing 2020-2030*. Ginebra. Recuperado de: [https://www.who.int/docs/default-source/decade-of-healthy-ageing/final-decade-proposal/decade-proposal-final-apr2020-en.pdf?sfvrsn=b4b75ebc\\_5](https://www.who.int/docs/default-source/decade-of-healthy-ageing/final-decade-proposal/decade-proposal-final-apr2020-en.pdf?sfvrsn=b4b75ebc_5)

World Health Organization (2012). *Global health and aging*. Recuperado de: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/66682>

