

XV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXX Jornadas de Investigación. XIX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. V Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional V Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2023.

Envejecimiento y florecimiento humano en mujeres mayores.

Errecalde, María Cecilia y Soliveréz, Verónica Corina.

Cita:

Errecalde, María Cecilia y Soliveréz, Verónica Corina (2023). *Envejecimiento y florecimiento humano en mujeres mayores. XV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXX Jornadas de Investigación. XIX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. V Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional V Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-009/673>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/ebes/BUV>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

ENVEJECIMIENTO Y FLORECIMIENTO HUMANO EN MUJERES MAYORES

Errecalde, María Cecilia; Soliverez, Verónica Corina

Universidad Nacional de Mar del Plata. Facultad de Psicología. Mar del Plata, Argentina.

RESUMEN

El proceso de envejecimiento es una temática que ha adquirido mucha importancia en los últimos tiempos por el aumento de la población de edades avanzadas y por las características que presentan los nuevos modos de envejecer. Asimismo, hombres y mujeres no envejecen de la misma manera. Si bien las mujeres tienen mayor expectativa de vida y conforman mayoritariamente la población de personas mayores, tienen más posibilidades de vivir solas, de presentar discapacidades, de necesitar cuidados a largo plazo en la vejez y ser institucionalizadas. Este fenómeno ha generado un mayor interés respecto a las condiciones de vida de las mujeres mayores con el propósito de pensar estrategias que se orienten a mejorar su calidad de vida. Este trabajo se propone explorar el envejecimiento femenino y sus características diferenciales con el fin de develar el entramado de desigualdades que determina un envejecimiento diferencial en relación al de los hombres. Se expondrán resultados de investigaciones científicas y se delinearán propuestas con el propósito de visibilizar esta temática y promover un mayor bienestar y florecimiento humano en las mujeres mayores.

Palabras clave

Vejez - Género - Bienestar - Florecimiento humano

ABSTRACT

AGING AND HUMAN FLOWERING IN OLDER WOMEN

The aging process is a topic that has acquired great importance in recent times due to the increase in the elderly population and the characteristics of the new ways of aging. Likewise, men and women do not age in the same way. Although women have a longer life expectancy and make up the majority of the elderly population, they are more likely to live alone, have disabilities, need long-term care in old age and be institutionalized. This phenomenon has generated a greater interest regarding the living conditions of older women with the purpose of thinking about strategies that are aimed at improving their quality of life. This work intends to explore female aging and its differential characteristics in order to reveal the network of inequalities that determines a differential aging in relation to that of men. Results of scientific research will be presented and proposals will be outlined with the purpose of making this issue visible and promoting greater well-being and human flourishing in older women.

Keywords

Old age - Gender - Welfare - Human flourishing

Introducción

A partir de la década del setenta comienza a emerger un nuevo modo de concebir el envejecimiento. Deja de leerse exclusivamente como una etapa signada por las pérdidas y el declive funcional de ciertos aspectos biológicos para ser considerado, como un momento más del ciclo vital de la persona. Se observa que no sólo se mantienen ciertas competencias durante la vejez, sino que además se producen cambios y ganancias que impactan positivamente en el desarrollo y, el mismo continúa a lo largo de todo el curso vital. Este cambio de perspectiva dará lugar a múltiples investigaciones en este campo y conformará un nuevo paradigma que será conocido más tarde, como enfoque del curso vital (Villar, 2005). Desde entonces, se asume al envejecimiento como un proceso heterogéneo y dinámico, integrado a la trayectoria singular de cada persona donde cobran relevancia aspectos no solo físicos, sino psicológicos y sociales (Villar, 2012). Una orientación positiva del mismo será el faro que ilumine diversas líneas de investigación tendientes a demostrar cómo diferentes variables promueven y favorecen un envejecimiento saludable. En este marco, aspectos como la personalidad, las emociones y el bienestar en sus diferentes dimensiones, así como otros eventos vitales asociados a la vejez han sido precursores de múltiples investigaciones. Las mismas han puesto de manifiesto la multideterminación y la variabilidad interindividual que caracteriza al envejecimiento (Arias, 2004); (Arias & Soliverez, 2009); (Amadasi & Tinoboras, 2016). Al respecto, dichos resultados muestran las diferencias que existen entre varones y mujeres a la hora de transitar esta etapa de la vida (Cuns Aguirre & Solari Scalvino, 2018). En efecto, poner en diálogo las categorías de género y vejez plantea uno de los desafíos actuales para el escenario gerontológico, el cual viene siendo ampliamente explorado desde perspectivas emergentes. Al respecto, desde un posicionamiento gerontológico feminista se plantea la necesidad de explorar las experiencias de las mujeres mayores para promover nuevas interpretaciones del envejecimiento femenino (Freixas, 2008). Por este motivo, este trabajo se plantea analizar las intersecciones que intervienen en los diferentes envejeceres desde una mirada de género, haciendo visibles los procesos desiguales que marcan la trayectoria de las mujeres y condicionan su vida en la vejez.

Envejecimiento Femenino

Las mujeres representan un 57% de la población de 60 años y más, y a medida que avanza la edad, la proporción se va incrementando (Roque & Amaro, 2015), evidenciando una mayor sobrevivencia de las mujeres. Esta situación genera que, en edades avanzadas, los problemas de la vejez son, en su mayoría, para el género femenino (Huenchuan, 2010). La viudez, el retiro laboral, las tareas domésticas y los cuidados, entre otros posibles, constituyen ejes de análisis ineludibles si lo que se pretende es desmontar y visibilizar la historicidad de desigualdad que la mujer ha protagonizado a lo largo de la historia.

Si nos referimos a los procesos de desigualdad, en primer lugar vamos a señalar que una mujer que nace en un país desarrollado tiene más esperanza de vida que una que vive en un país con menos desarrollo, siendo 19 años la diferencia que marca el lugar de origen (ONU, 2020). Otra diferencia según género es la educación. A nivel mundial el 30% de las mujeres son analfabetas mientras que los varones alcanzan el 19% (ONU, 2019). En la Argentina este porcentaje es menor, el 1,3% de personas mayores es analfabeta, pero de ellas, el 55,7% son mujeres.

Otro de los tópicos centrales a señalar es la pobreza. La consideración del género es fundamental para analizar la situación económica que afecta a las mujeres mayores. La edad pasa a constituirse en una condición de fragilidad que conduce a la pobreza. Esta situación es el resultado de la precariedad acumulada a lo largo de muchos años, y que en la vejez se traduce en una vida signada por la pobreza y la dependencia económica (Montaño, 2014). En las trayectorias de las mujeres mayores, seguramente hay más probabilidades de haberse dedicado al cuidado y al trabajo no remunerado, lo que perjudica su seguridad económica y el acceso a la protección social. La cobertura de protección social en mujeres mayores se da a través de las pensiones no contributivas prioritariamente, mientras que en los varones se realiza a través de las contributivas. Al respecto, la probabilidad de ser pobre para las mujeres de 75 años y más es mayor, expresa un 23,3%, mientras que para los varones representa el 16% (Roque, 2023). A esta serie de desigualdades que han sufrido y sufren las mujeres mayores se le pueden adicionar otras como el acceso a la tecnología (Roque, 2023), dado que también existe una brecha digital que adquiere tintes de género y de edad.

En nuestro país en el año 2012 se realizó la Encuesta Nacional sobre Calidad de Vida de Adultos Mayores (INDEC, 2012). Entre sus resultados se plantea, que la dependencia básica e instrumental aumenta con la edad y presenta diferencias por género. Las mujeres son las que tienen una mayor presencia relativa en el tipo de dependencia tanto básica como instrumental. Respecto de esta última, en la vejez avanzada, mientras el 28 % de los varones presentan dependencia, las mujeres superan el 48%. Como contrapartida, en el mismo informe se menciona que en relación a las redes de ayuda, el apoyo también está feminizado dando por resultado que casi un 40% del mismo es brindado

por hijas mujeres, un 26% brindado por hijos varones y el resto por un nieto, vecino o amigo. Este eje de análisis es uno de los puntos que más ha sido complejizado desde las epistemologías feministas ya que deliberadamente se destina a la mujer hacia el cumplimiento de estas funciones.

Otra de las diferencias que se observan es en relación a la salud. En la edad avanzada, la misma no depende pura y exclusivamente de los aspectos biológicos, sino también de circunstancias y acciones a lo largo de la vida, autonomizándose así, en virtud de trayectorias o recorridos singulares. Aquí nuevamente las mujeres presentan mayores tasas de discapacidad que los hombres (Muñoz & Juan, 2008). Las enfermedades crónicas, así como las osteoarticulares son la principal causa de la mencionada discapacidad. A su vez, por la longevidad expresada, ellas tienen más posibilidad de vivir solas al enviudar, con la contrapartida de recibir menores ingresos a partir de sus pensiones en relación a los hombres. Se observa entonces, que el género femenino presenta una situación de desventaja económica, material y cultural que incide en el envejecimiento y que, con frecuencia, conlleva un doble riesgo, derivado de su género y de su edad. A su vez, como se adelantó anteriormente, los entramados sociales y las trayectorias que han llevado y llevan a las mujeres a ser sostén de sus grupos, a ser recluidas a determinados ámbitos y excluidas de otros, promueven y generan diferentes características en sus modos de envejecer. Se ha asociado intencionadamente a las mujeres con la ética del cuidado restringiendo así, su esfera personal y subjetiva para destinar su tiempo al cuidado de su entorno (Freixas, 2008).

Estos aspectos señalados no sólo están íntimamente relacionados, sino que impactan y moldean el bienestar de las mujeres y el modo en que ellas transitan sus vejez. A ello se debe agregar el marco de significaciones, imaginarios y creencias que cada momento epocal construye acerca de las vejez (Lacub, 2015). Estos sentidos inciden en nuestras prácticas y generan efectos de subjetividad que velan el carácter social de su construcción. Hay roles asignados según género. Se construyen desde la infancia a través de la familia y la educación escolar, y determinan las actitudes y conductas de hombres y mujeres en la sociedad. De esta forma, el nivel de bienestar de las mujeres y los hombres en la vejez es resultado de la trayectoria de vida que siguieron, así como del contexto social, económico e institucional que los rodeó. De acuerdo con esto, los hombres y las mujeres en la vejez se encuentran en diferentes estados de vulnerabilidad de acuerdo con el rol social y cultural y el nivel de protección institucional que la sociedad les otorga (Salgado de Snyder & Wong, 2007).

Bienestar y Florecimiento Humano

El estudio del bienestar ha resultado ser uno de los ejes más abordados durante las últimas décadas ya que constituye un aspecto central para el ser humano. En relación a las personas mayores, su estudio resulta ser aún más importante debido a los

diversos cambios que acontecen en este momento vital de su desarrollo y a su vez, por el impacto que posee en su calidad de vida. Dos tradiciones han pregnado el estudio sobre el bienestar y se mantienen actualmente vigentes (Soliverez, 2015). Ellas son la tradición Hedonista que refiere al bienestar subjetivo y la tradición Eudaimónica que refiere al bienestar psicológico. Por bienestar subjetivo se entiende a la valoración global que realiza la persona de su estado y de las diferentes situaciones que se le van presentando, tanto positivas como negativas. Aquí el énfasis está colocado en la búsqueda de placer o felicidad. Mientras que el bienestar psicológico se focaliza en aquellos valores genuinos que nos permiten crecer como personas y no tanto, en aquellas actividades que nos acercan al placer y evitan el malestar o displacer. En este marco, Carol Ryff y Ed Diener serán dos referentes en este tema que serán retomados en múltiples investigaciones. Ryff amplía la noción de bienestar y lo conceptualiza alejándose de elementos relacionados al hedonismo. Plantea que el bienestar psicológico se entrama con los propósitos y las metas que una persona se proponga en la vida, es decir, con que la vida adquiera significado para uno mismo. Va a proponer seis dimensiones psicológicas para explorar el bienestar. Las mismas serán reiteradas posteriormente en otros estudios (Ryff & Keyes, 1995). Ellas son la autoaceptación en tanto valoración positiva de uno mismo y del pasado; el crecimiento personal en términos de desarrollo continuo a lo largo de todo el curso vital; propósitos y metas; relaciones positivas y de calidad con los demás; dominio del ambiente o contexto y autonomía en el sentido de autodeterminación (Ryff, 1989). Por su parte, Diener va a referirse al bienestar subjetivo. El autor plantea la existencia de dos componentes que integran el constructo, uno cognitivo y uno afectivo. El aspecto cognitivo se relaciona con los juicios globales de satisfacción que el individuo realiza mientras que el componente afectivo refiere a las respuestas emocionales de las personas y sus satisfacciones de dominio (Diener et cols, 1999).

Estas dimensiones del bienestar no incluían el componente social o cultural. Como hemos señalado anteriormente, la cultura brinda y regula las coordenadas que posibilitan tanto la expresión como la experiencia emocional tanto de la felicidad como de otras emociones. El ser humano se desarrolla y crece en un contexto, el cual es compartido y nutrido por otros. Además, existen diferencias y dinámicas divergentes no sólo al interior de cada cultura sino entre diferentes culturas, esto determina las variaciones en el modo de conceptualizar la felicidad, las motivaciones para sentirla, así como sus predictores (Sánchez & Méndez, 2011). Keyes retoma los trabajos de Ryff e introduce la noción de bienestar social. Entiende al mismo como la valoración que el individuo realiza de las circunstancias y el funcionamiento dentro de la sociedad (Keyes, 1998). El autor va a darle importancia a la integración social, la aceptación social, la contribución, la actualización y la coherencia social. Vale decir, integra una mirada individual junto a una social y comunitaria

poniendo de manifiesto que el bienestar de un sujeto va a estar determinado no sólo por la valoración de su situación propia sino a su vez, por la valoración y calidad de las relaciones que entable con su entorno. Así es como Keyes llega a proponer su teoría del florecimiento humano o funcionamiento óptimo, integrando las tres dimensiones del bienestar desarrolladas hasta entonces. En este sentido, el Flourishing o florecimiento humano es una teoría que, arraigada en concebir a la salud en términos positivos y teniendo en cuenta las potencialidades, entiende que el florecer significa vivir dentro de un rango óptimo del funcionamiento humano combinando la gratitud, la generatividad, el crecimiento y la capacidad de recuperación o resiliencia (Vera, 2019). Así, este rango óptimo de funcionamiento mencionado es sinónimo de un alto nivel de bienestar mental que combina, en efecto, la sensación de bienestar, el funcionamiento eficaz del individuo y el efectivo funcionamiento del mismo dentro de un grupo social o comunidad (Keyes, 2002). De este modo, Keyes observa la relación entre sujeto, ambiente y lo que provee la cultura y cómo a su vez, ello se relaciona con la salud mental de las personas.

Respecto a hallazgos científicos, resultados de investigaciones indican que durante la vejez el bienestar psicológico se mantiene y en niveles elevados en los diversos aspectos que lo integran incluso en el grupo de edades más avanzadas, de 76 años y más (Arias & Soliverez, 2009). Otro estudio que tenía como propósito realizar un análisis comparativo del bienestar entre un grupo de personas mayores y otro de adultos jóvenes, el análisis de los datos mostró que el bienestar global es más elevado en los primeros. En el análisis por dimensiones pudieron observarse diferencias significativas en la dimensión aceptación, y en la correspondiente a vínculos. Si bien las puntuaciones de autonomía también fueron superiores en las personas mayores, la diferencia con los más jóvenes no llegó a ser significativa. La única dimensión que fue inferior en los adultos mayores fue la de proyectos. En relación a las diferencias según género, un estudio comparativo del bienestar en personas mayores de 60 años, indicó que, tanto en las puntuaciones de cada una de las dimensiones, como en el bienestar global, las mujeres obtuvieron puntuaciones promedio más elevadas que los hombres, sin embargo, dichas diferencias no alcanzan a ser estadísticamente significativas (Arias & Soliverez, 2008). Otro estudio que tenía como objetivo comparar las dimensiones del bienestar psicológico en personas mayores y de mediana edad mediante la escala de Ryff, (Caro & Aschiero, 2020), reportó que a medida que aumentan los años de escolaridad, aumentan los niveles de bienestar en algunas dimensiones, las cuales varían según si el grupo está en la mediana edad o en la vejez. Asimismo, las mujeres presentaron puntuaciones más altas en el puntaje total de la escala y en las dimensiones de Relaciones Positivas y Dominio del Entorno y las personas mayores presentaron puntuaciones más altas en Relaciones Positivas y puntuaciones más bajas en la dimensión Crecimiento Personal que los sujetos de

mediana edad. Estos hallazgos plantean no sólo que el bienestar no disminuye con la edad, sino que las mujeres presentan niveles más elevados en relación a los varones.

Conclusiones

Desde un posicionamiento crítico, el presente trabajo surge por el interés de explorar los modos de envejecimiento femenino. Las corrientes feministas posibilitaron develar las múltiples formas de desigualdad que constelan en las trayectorias de vida de las mujeres. Estas intersecciones impactan determinando modos diferenciales de envejecer entre varones y mujeres. Sin embargo, al indagar estudios sobre los niveles de bienestar, se observa que las mujeres mayores no sólo mantienen niveles óptimos de funcionamiento, sino que son más elevados que la de los varones. Logran singularizar sus trayectorias a pesar de las diferencias y desventajas que cada momento epocal y cada cultura propone. Las evidencias encontradas en las investigaciones mencionadas sugieren que las mujeres transforman sus experiencias y características propias del género, como la empatía y su capacidad de cuidado, en elementos favorecedores del bienestar en sus diferentes dimensiones. El género determina los lugares y roles que asumen varones y mujeres. Mientras que los varones tradicionalmente han ocupado espacios sociales, públicos, a las mujeres se las ubicaba en el espacio doméstico, ámbito privado. En la vejez este espacio empodera a las mujeres permitiendo asumir nuevos roles no asignados socialmente. Por ello se considera importante ampliar las condiciones de posibilidad para poder deconstruir las lógicas desde donde han operado estos principios de ordenamiento, dando lugar a la posibilidad de pensar y tener una mejor vejez.

Para concluir y con el propósito de visibilizar y profundizar los conocimientos en esta temática, se sugiere impulsar líneas de investigación que profundicen otras dimensiones como la calidad de vida relacionada a la salud y la salud mental dado que incide en la valoración global que las mujeres realizan de su bienestar. En este sentido, también es importante el diseño de políticas públicas que puedan responder al reconocimiento del trabajo no remunerado y las demandas del cuidado para las mujeres en su vejez.

BIBLIOGRAFÍA

- Amadasi, E. & Tinoboras, C. (2016). El desafío de la diversidad en el envejecimiento. Familia, sociabilidad y bienestar en un nuevo contexto. Biblioteca digital de la Universidad Católica de Buenos Aires.
- Arias, C. (2004). Red de Apoyo Social y Bienestar Psicológico en personas de edad. Mar del Plata, Argentina: Suárez.
- Arias, C. (2009) La red de apoyo social en la vejez. Aportes para su evaluación. Revista de Psicología da IMED, vol.1, n.1, pp 147-158.
- Arias, C. Comp. (2017). Mediana edad y vejez: perspectivas actuales desde la Psicología. Ed: Universidad Atlántida Argentina UAA.
- Arias, C. & Soliverez, C. (2008) Bienestar Psicológico en Adultos Mayores. Diferencias según género. En el VI Congreso de Gerontología y Geriatría de la Provincia de Buenos Aires.
- Arias, C. & Soliverez, C. (2009). El bienestar psicológico en la vejez. ¿Existen diferencias por grupos de edad? En Memoria Académica. Recuperado de: http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.12063/ev.12063.pdf
- Caro, L. & Aschiero, M. (2020). Estudio comparativo de las dimensiones de Bienestar Psicológico mediante la Escala de Ryff en adultos mayores y de mediana edad, en la Ciudad de Buenos Aires Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires. Recuperado de: <https://www.aacademica.org/000-007/733.pdf>
- Cuns Aguirre, R. & Scavino Solari, S. (2018). Vejez de las mujeres. Desafíos para la igualdad de género y la justicia social en Uruguay. Ed. Doble clic.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125 (2), 276- 302. Recuperado de: <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- ENCaVIAM (2012). Principales resultados. Serie Estudios INDEC n°46. Instituto Nacional de Estadística y Censos. República Argentina.
- Freixas, A (2008). La vida de las mujeres mayores a la luz de la investigación gerontológica feminista. Anuario de Psicología, vol. 39, n°1, pp 41-57.
- Huenchuan, S. (2010). Envejecimiento y género: acercamiento a la situación específica de las mujeres mayores en América Latina y a las recomendaciones internacionales. En: Equipo nieve, comp. Coloquio regional de expertos: envejecimiento, género y políticas públicas. Montevideo: Núcleo Interdisciplinario de Estudios sobre Vejez y Envejecimiento- udelar/ unfpa, pp. 15-32.
- Iacub, R. (2015). La identidad social en el envejecimiento y vejez. En Iacub, R. y Sabatini, B. Psicología de la Mediana Edad y Vejez. Mar del Plata. Universidad Nacional de Mar del Plata.
- Keyes, C. L. M. (1998). Social Well-Being *. 61(2), 121- 140.
- Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum from languishing to Flourishing.
- ONU (2019). Informe de los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Recuperado de: [The-Sustainable-Development-Goals-Report-2019_Spanish.pdf](https://www.un.org/sustainabledevelopment/2019-report/)
- ONU (2020). Decade of Healthy Ageing. Ginebra. Recuperado de: <https://www.who.int/initiatives/decade-of-healthy-ageing>.
- Montaño, S. (2014) Autonomía, género y cuidado en América Latina. En Huenchuan, S. y Rodríguez, R. Autonomía y dignidad en la vejez: Teoría y práctica en políticas de derechos de las personas mayores. CEPAL.
- Muñoz, F. & Almendro, J. (2008) Envejecimiento activo y desigualdades de género. Vol. 40, n° 6, pp 305-309.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.

- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
- Rowe, J.W., Kahn, R.L. Successful aging. *Gerontologist*. 1997 Aug; 37 (4):433-40. Doi: 10.1093/geront/37.4.433. PMID: 9279031.
- Roqué, M. (2023). Las mujeres mayores y el uso de las nuevas tecnologías en la era digital. Recuperado de <https://www.algec.org/monica-roque-presente-en-el-67o-periodo-de-sesiones-de-la-comision-de-la-condicion-juridica-y-social-de-la-mujer/>
- Roqué, M. y Amaro, S. (2015). Los desafíos del envejecimiento: Políticas públicas y envejecimiento. En M. Roqué y A. Fassio, Políticas públicas sobre envejecimiento en los países del cono sur. Santiago de Chile: FLACSO.
- Sánchez, R., & Méndez, R. (2011). Elementos mediadores de la felicidad y el bienestar subjetivo en hombres y mujeres. *Revista Costarricense de Psicología*, 30(45-46), 51-76.
- Salgado-de Snyder, V. N., & Wong, R. (2007). Género y pobreza: determinantes de la salud en la vejez. *Salud Pública de México*, 49 (Supl. 4), s515-s521. Recuperado en 26 de abril de 2021, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342007001000011&lng=es&tlng=es.
- Soliveréz, C. (2015). Bienestar: un recorrido teórico y empírico hacia resultados positivos. *Revista Kairós Gerontología*, 18 (Nº Especial 20), Temático: "Aspectos positivos en la vejez. Cuestiones teóricas", pp.15-34. ISSN 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP
- Vera, A. (2019). Florecimiento: el camino a la prosperidad. *PSocial. Revista de Investigación en Psicología Social*. ISSN 2422-619X.
- Villar, F. (2005). El enfoque del ciclo vital: hacia un abordaje evolutivo del envejecimiento. SP Hernández, & MS Martínez, *Gerontología*, 147-148.
- Villar, F. (2012). Hacerse el bien haciendo el bien: la contribución de la generatividad al estudio del buen envejecer. *Información psicológica*, vol. 104, pág. 34-56.