

RESULTADOS PRELIMINARES DEL PROGRAMA UNIVERSITARIO INTERGENERACIONAL “ENVEJECER OCUPADAMENTE” EN LAS PERSONAS MAYORES PARTICIPANTES

PRELIMINARY RESULTS OF THE UNIVERSITY INTERGENERATIONAL PROGRAM “ENVEJECER OCUPADAMENTE” AMONG OLDER ADULTS PARTICIPANTS



José Manuel Egea-Penalva

Fisioterapeuta, Asociación Murciana de Rehabilitación Psicosocial, Molina de Segura (Murcia), España. Terapeuta Ocupacional.



Ana Judit Fernández-Solano *

Profesora Contratada Doctora. Departamento de Terapia Ocupacional, Facultad de Fisioterapia, Podología y Terapia Ocupacional, UCAM Universidad Católica de Murcia, Murcia. España. ORCID 0000-0001-8706-9745

Correo electrónico de contacto
ajfernandez@ucam.edu

* persona autora para correspondencia

Objetivos: determinar las diferencias en la frecuencia de participación en actividades significativas y en el estado de ánimo antes y después de participar en el programa intergeneracional universitario “Envejecer OcupadaMente”. **Metodo:** se llevó a cabo un estudio cuasiexperimental con personas mayores de 65 años pertenecientes a dos centros sociales de mayores. Se evaluó el estado de ánimo y la frecuencia de participación en actividades significativas mediante el General Health Questionnaire y la Escala de Implicación en Actividad Significativa antes y después de la intervención. La intervención de “Envejecer OcupadaMente” consistió en cinco sesiones semanales de 1 hora y media. Los datos fueron analizados mediante la prueba de rango con signo de pares emparejados de Wilcoxon. **Resultado:** tras la intervención, se observaron mejoras significativas en el estado de ánimo ($p = 0.003$) y en la participación en actividades significativas ($p = 0.017$). Estos hallazgos respaldan la efectividad de la intervención “Envejecer OcupadaMente” en mejorar el bienestar emocional y la participación en actividades de las personas mayores. **Conclusiones:** la implementación del programa demostró ser efectiva para aumentar la participación en actividades significativas y el estado de ánimo de las personas mayores, promoviendo un envejecimiento activo.

Objective: To determine the differences in the frequency of participation in meaningful activities and in mood before and after participating in the intergenerational university program “Envejecer OcupadaMente” **Method:** a quasi-experimental study was carried out with adults over 65 years of age from two senior citizen centers. Mood and participation in meaningful activities were assessed using the General Health Questionnaire and Escala de implicación en actividad significativa before and after the intervention. The “Envejecer OcupadaMente” intervention consisted of five weekly sessions of 1 hour and a half. Data were analyzed using the Wilcoxon matched-pairs signed-rank test. **Result:** After the intervention, significant improvements in mood ($p = 0.003$) and participation in meaningful activities ($p = 0.017$) were observed. These findings support the effectiveness of the “Envejecer OcupadaMente” intervention in improving the emotional well-being and activity participation of older adults. **Conclusions:** The implementation of the program proved to be effective in increasing participation in meaningful activities and mood of older adults, promoting active ageing.

DeCS Envejecimiento saludable; Relaciones intergeneracionales; Educación MeSH Healthy Aging; Intergenerational Relations; Education

Texto recibido: 24/07/2024 Texto aceptado: 28/11/2024 Texto publicado: 30/11/2024

Derechos de persona autora



INTRODUCCIÓN

El envejecimiento es un proceso natural y dinámico que sucede en todos los seres humanos. Implica cambios en múltiples niveles, afectando a su vez a la capacidad de adaptación de las personas frente al mundo ⁽¹⁾. Como envejecimiento activo se entiende como el proceso de optimizar las oportunidades de salud, participación, seguridad y aprendizaje a lo largo de la vida para mejorar la calidad de vida a medida que uno envejece ⁽²⁾. Y es que, seguridad, salud, participación y aprendizaje a lo largo de la vida constituyen los 4 pilares fundamentales de este nuevo concepto ⁽³⁾.

Este último pilar de aprendizaje a lo largo de la vida, también denominado aprendizaje permanente, es una necesidad indispensable ante el cambio demográfico y ante la ampliación de la visión de políticas que están



COTOGA
COLEGIO OFICIAL
DE TERAPEUTAS OCUPACIONALES
DE GALICIA

promoviendo el desafío de brindar oportunidades para todos y no solo centrar la educación en niños, adolescentes y jóvenes^(4,5). Distintos programas universitarios para personas mayores se han desarrollado en todo el mundo como resultado de la política mundial de envejecimiento activo, que marca una dirección prioritaria surgida en estas últimas décadas⁽⁶⁾. Los resultados de estos programas muestran beneficios en el estado de ánimo, la autopercepción y los estereotipos culturales y grupales sobre el envejecimiento en los participantes⁽⁷⁾.

El aprendizaje-servicio es una metodología educativa que se alinea perfectamente con este nuevo enfoque actual. Y existiendo una necesidad de respuesta a las necesidades e intereses educativos de las personas mayores que requieren de prácticas innovadoras de enseñanza y participación comunitaria⁽⁸⁾, estos proyectos de aprendizaje-servicio como los intergeneracionales, aportan la ventaja de promover el intercambio de habilidades y complementar el conocimiento⁽⁹⁾. La terapia ocupacional, en este sentido posee una visión integral respaldada en modelos de trabajo definidos que proporciona competencias para entender y apoyar a las personas mayores al identificar factores que pueden afectar en la participación en todas sus ocupaciones⁽¹⁰⁾. Teniendo en cuenta que las universidades tienen el potencial de desempeñar un papel importante de innovación para el aprendizaje, Horowitz et al. (2010) implementó un programa de aprendizaje-servicio intergeneracional en la universidad, enmarcado en la titulación de Terapia Ocupacional. El programa de 8 sesiones se centró en las formas de reducir los riesgos de caídas en mayores, mostrando altos niveles de satisfacción⁽¹¹⁾.

Sin embargo, en España no hay evidencia de los beneficios de los programas formativos para personas mayores dentro del grado de Terapia Ocupacional con este enfoque intergeneracional.

Objetivos

Determinar las diferencias en la frecuencia de participación en actividades significativas y en el estado de ánimo antes y después de participar en el programa intergeneracional universitario "Envejecer OcupadaMente".

MÉTODOS

Diseño del estudio

Es un tipo de diseño de estudio cuasiexperimental. Donde comparamos el efecto estudiado en los mismos sujetos antes y después de la aplicación de la intervención.

Características de la muestra

Las personas participantes fueron reclutadas entre diciembre de 2023 y enero de 2024. La selección de la muestra fue por conveniencia. En un primer momento, una de las personas autoras del programa contactó telefónicamente con las juntas directivas de los centros sociales para mayores de las localidades colindantes a la universidad, concertando una primera visita presencial para realizar una charla informativa. Las charlas fueron impartidas por la investigadora principal y el alumnado involucrado en el desarrollo del proyecto. Al finalizar, se entregó un tríptico informativo a las personas interesadas, en la que se incluía la fecha y horario de las distintas sesiones y pudieron inscribirse. Los criterios de selección llevados a cabo en este programa fueron los siguientes:

- Criterios de inclusión:
 - personas mayores de 65 años que vivan en la comunidad.
 - estar en situación de jubilación.
 - ser capaces de acceder de manera independiente a la universidad o con asistencia mínima (acompañamiento).
- Criterios de exclusión:
 - incompatibilidad horaria para asistir a las sesiones.

Recogida de datos

Realizamos una recogida de datos sociodemográficos (nombre, edad, sexo, centro de procedencia, estado civil, número de hijos y vida laboral) e información acerca de las actividades que realizaban en sus centros de mayores. Y aplicamos el Montreal Cognitive Assessment (MOCA)⁽¹²⁾, un test utilizado para detectar alteraciones cognitivas leves, aplicable tanto en población general como en personas con sospecha de deterioro cognitivo. Consta de 12 tareas que evalúan seis dominios cognitivos: atención, memoria, lenguaje, funciones ejecutivas, habilidades visoespaciales y orientación.



Los instrumentos de valoración utilizados fueron, en relación al estado de ánimo, el General Health Questionnaire (GHQ-12)⁽¹³⁾. Se trata de un cuestionario autoadministrado de cribado con finalidad de detectar morbilidad psicológica en contextos de población general. Está formado por 12 ítems, siendo 6 de ellos positivos y los otros 6 negativos que se contestan a través de una escala tipo Likert de cuatro puntos (0-1-2-3). A mayor puntuación indica menor salud mental. Presenta una elevada consistencia interna en población general y en población mayor de 65 años⁽¹⁴⁾.

Respecto a la frecuencia de participación en actividades significativas empleamos la Escala de implicación en Actividades Significativas (EDIAS)⁽¹⁵⁾. Es una escala de autoinforme tipo Likert que consta de 12 ítems los cuales miden la participación en actividades significativas. La puntuación final se da por suma de respuestas desde (1=casi nunca, hasta 4=casi siempre) resultando la significatividad que perciben las personas en sus actividades como baja (EDIAS<29), moderada (EDIAS 29-41) o alta (EDIAS>41). Presenta una validez convergente y predictiva respecto a las medidas de resultado, propósito de vida y salud mental⁽¹⁶⁾. Su versión en inglés está validada en población mayor⁽¹⁷⁾.

Procedimiento de intervención

Tras la charla informativa y la inscripción de las personas interesadas en participar en el programa aplicamos los criterios de inclusión y exclusión y, realizamos la selección de los participantes. Posteriormente se llevó a cabo una sesión de presentación del programa en el que se administraron las evaluaciones iniciales, se les enseñaron las instalaciones de la universidad y entregó un cuaderno con el contenido de cada una de las sesiones del programa. Fue necesario realizar una adaptación para una participante con déficit visual a la que se le grabó en audio los mismos contenidos. Posteriormente llevamos a cabo el programa que concluyó con la entrega de diplomas para cada participante y la recogida de las medidas de evaluación. Tanto las evaluaciones iniciales como las finales fueron administradas por el alumnado implicado en el proyecto. *"Envejecer OcupadaMente"*.

Se trata de un programa de 5 sesiones formativas que se enmarca en la realización de un proyecto de aprendizaje y servicio con alumnado de terapia ocupacional de segundo y tercer curso. Con una periodicidad de 1 sesión semanal de 1 hora y media e impartido por profesoras expertas en la materia. Las 4 primeras sesiones constaron de una estructura sistemática, comenzando con una bienvenida, dando paso a una introducción teórica del tema de la sesión y posteriormente se realizaba la práctica que permitió a las personas mayores experimentar de manera directa los beneficios de las técnicas y estrategias de cada sesión. Tras la parte práctica y a través del trabajo interactivo de participantes mayores y alumnado, se definió un objetivo ocupacional que cada participante se comprometía a explorar o incorporar en su vida diaria. Los contenidos abordaron fueron;

- 1^{era} sesión: técnicas de conservación de la energía.
- 2^{da} sesión: prevención de caídas.
- 3^{era} sesión: envejecimiento activo.
- 4^a sesión: cognición y vida diaria.
- 5^a sesión: actividad física terapéutica.

Análisis de datos

Realizamos un análisis descriptivo (medias y frecuencias) para evaluar los datos sociodemográficos: nombre, edad, sexo, procedencia, estado civil, número de hijos e historia laboral. Además de las actividades a las que asisten en sus centros de mayores y el nivel cognitivo. Los datos cuantitativos obtenidos de GHQ-12 y EDIAS antes y después del programa se analizaron mediante el software estadístico Jamovi versión 2.3 para *Windows*. Los datos no presentaron una distribución normal debido al tamaño de la muestra. Por esta razón, optamos por utilizar métodos estadísticos no paramétricos concretamente la prueba de rango con signo de pares emparejados de Wilcoxon.

Consideraciones éticas

Este estudio fue aprobado por el comité de ética (CE112310) respetando la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y Garantía de los Derechos Digitales. Los posibles sujetos participantes fueron informados del estudio tanto de forma verbal como escrita y aquellos que aceptaron participar en el mismo firmaron el consentimiento informado de participación en la investigación.

RESULTADOS



Tras una primera inscripción de 27 personas interesadas, contactamos con 15 personas que cumplían con los criterios de inclusión y exclusión marcados, de los cuales accedieron a participar finalmente 10 personas, 2 hombres y 8 mujeres. Otro participante comenzó a participar a partir de la 3ª sesión, por lo que no lo incluimos en el análisis. La edad promedio de los participantes fue de 71 años, oscilando en un rango de 65 a 78 años.

En cuanto al número de hijos, presentaron una media de 2 hijos por participante (tabla 1). Respecto a la historia laboral, el 90% habían tenido un trabajo remunerado. Por otro lado, un 30% presentaban diagnósticos médicos relevantes que interferían en sus actividades de la vida diaria (tabla 2). El test MOCA se aplicó por parte del alumnado implicado para comprender mejor las capacidades cognitivas de las personas mayores con las que trabajaron, facilitando la interacción con ellos durante el programa.

Por otro lado, en el gráfico 1, podemos ver las actividades a las que asisten en sus centros de mayores. Las actividades con mayor participación son gimnasia, la asistencia actividades puntuales en sus centros de referencia y piscina.

En relación con la asistencia al programa, el 80% de las personas participantes asistieron a todas las sesiones, solo 2 personas faltaron a 1 sesión cada una.

Los resultados de la prueba de rango con signo de pares emparejados de Wilcoxon muestran que para la escala GHQ-12, se obtuvo un valor p de 0,003 indicando una mejora estadísticamente significativa en el estado de ánimo al igual que en la escala EDIAS con relación a la frecuencia en participación de actividades significativas ($p=0,017$). Ver tabla 3.

Tabla 1. Estadísticas descriptivas sobre edad, nivel cognitivo e hijos.

	N	Media	Mediana	DE	Mínimo	Máximo
Edad	10	71.20	71.00	4.37	65	78
MOCA	9	23.9	24	2.89	18	27
Hijos	10	2.20	3.00	1.40	0	4

Nota: Elaboración propia 2024

Tabla 2. Características sociodemográficas de los participantes.

	n(10)	%
Género:		
Mujer	8	80
Hombre	2	20
Estado civil:		
Viudo/a	3	30
Soltero/a	2	20
Casado/a	5	50
Centro:		
Centro1	5	50
Centro12	5	50

Nota: Elaboración propia 2024

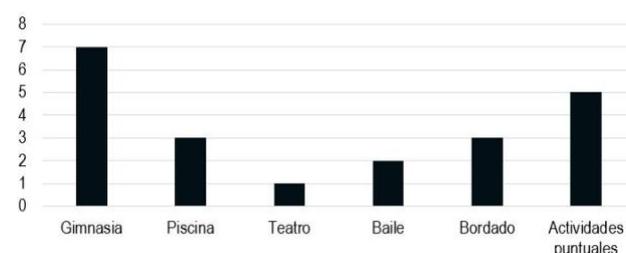


Figura 1. Actividades de los participantes en sus centros de mayores.

Nota: Elaboración propia 2024

Tabla 3. Estadísticas de las escalas.

	PRE (media y DT)	POST (media y DT)	PRE (mediana)	POST (mediana)	Z	P Value
GHQ-12	11,5(2,64)	5,40(2,88)	11,5	5,50	5,50	0,003
EIDAS	36,3(6,33)	40,4(3,89)	35,5	41,5	-5,81	0,017

Nota: Elaboración propia 2024

DISCUSIÓN

El objetivo de este estudio fue analizar la efectividad del programa formativo "Envejecer OcupadaMente". Se evidencian mejoras tanto en la frecuencia de participación en actividades significativas, como en el incremento del estado de ánimo en los participantes al finalizar el programa. Estos hallazgos son respaldados por la bibliografía, donde se destacan múltiples beneficios en las formaciones intergeneracionales para personas mayores. En particular, señalan cómo la participación en tales programas mejora significativamente las actitudes, el bienestar y aspectos sociales, como la participación y aspectos psicológicos de los participantes (18,19).

Respecto la mejoría en el estado de ánimo obtenido en nuestro estudio, coincide con los resultados de otros estudios, donde las personas mayores participantes en programas formativos universitarios mostraron mejoras, además, en autoeficacia y autopercepción, tras recibir formación en la universidad (7,20). Sin embargo, en ninguno de ellos, se comparte aula con alumnos por lo que no tienen el enfoque intergeneracional de nuestro estudio. Es este enfoque, el que podría explicar que con solo 5 sesiones formativas las mejoras en estado de ánimo sean estadísticamente significativas mientras que en el estudio de Ordonez et al. (2011) son los participantes que asisten durante 6 meses o más a programas formativos universitarios los que obtienen mayores mejoras (19).

Respecto a la frecuencia de participación en actividades significativas, otro estudio similar al nuestro lleva a cabo un programa comunitario llevado por estudiantes de Terapia Ocupacional para educar y alentar a los adultos sobre la participación en ocupaciones significativas (21). Sin embargo, a pesar de presentar contenidos muy similares a los de nuestro estudio (ejercicio, protección articular, conservación de la energía entre otros),



encontramos que en sus resultados no especifica la mejoría la variable de participación en ocupaciones significativas y además, aunque participan estudiantes, no se realiza en un contexto universitario.

Con relación a estudios que, si se realizan en el contexto de un aula, Montoro-Rodríguez y Pinazo (2005) evalúan aspectos relacionados con la integración social⁽²²⁾. Este estudio presenta los resultados de un programa universitario "Nau Gran" en el que personas mayores de 55 años comparten contenidos y aula con estudiantes universitarios en diferentes itinerarios formativos durante 3 cursos académicos. A diferencia del nuestro, este estudio plantea y afirma que, a mayor tiempo de participación en el programa, mejores resultados de integración social y bienestar. Nuestros resultados difieren de esa hipótesis puesto que evidencian mejoría significativa en la frecuencia de participación en actividades significativas, sin emplear un programa extenso en el tiempo y aunque la integración social y la actividad significativa no son la misma variable, la escala de implicación en actividades significativas evalúa la dimensión social de las mismas como atributo de significatividad (hacer actividades con otros o que sean valoradas por ellos, entre otros)⁽¹⁶⁾.

En relación a los contenidos existen estudios, como el anterior que incluyen itinerarios de psicología, arte o ciencias sociales entre otros⁽²²⁾ pero ninguno relacionado con la terapia ocupacional y más específicamente con aspectos relacionados con el envejecimiento activo, como si hiciera el nuestro o el de Horowitz (2010). En este, se realizan sesiones dentro de 2 asignaturas del Grado en Terapia Ocupacional (gerontología y promoción de la salud) específicamente trabajando contenidos relacionados con la prevención de caídas a través del programa "Staying Active: ways to reduce fall risks"⁽¹¹⁾. Aunque las similitudes con nuestro programa son amplias es difícil la discusión de los resultados ya que las variables a evaluar difieren. Mientras que el estudio de Horowitz et al (2010) evalúa el nivel de adquisición de los contenidos abordados en las sesiones y la satisfacción con el programa el nuestro se centra en aspectos relacionados con el estado de ánimo y la participación ocupacional significativa. Podemos inferir entonces, que en estos resultados favorables cobra importancia el hecho de ser intergeneracional y de enmarcarse en el Grado en Terapia Ocupacional, dado que los contenidos son específicos de esta disciplina y parece apropiada para intervenir en la variable de participación en actividades significativas.

Limitaciones del estudio

La principal limitación de este estudio radica, por un lado, en que se han medido únicamente 2 variables, por lo que solo se pueden atribuir mejoras del programa en frecuencia en participación en actividades significativas y estado de ánimo. Por otro lado, en una muestra de participantes pequeña, el muestreo no ha sido aleatorio y además sin grupo control con el que comparar resultados. En cuanto a las fortalezas, se trata del primer estudio que contempla una variable ocupacional como la participación en actividades significativas en este tipo de estudios en el que las personas mayores se incluyen en programas formativos del Grado en Terapia Ocupacional en el contexto español. Además, no ha habido pérdida de participantes a lo largo del programa.

Futuras líneas de la investigación

En futuras aplicaciones de este programa, sería interesante analizar más variables y obtener así mayores medidas de resultado en referencia al proceso que abarca de envejecimiento activo, como autopercepción del envejecimiento, estereotipos asociados al proceso del envejecimiento o calidad de vida entre otros.

Y, además de medidas cuantitativas, incluir el análisis de grupos focales para conocer la perspectiva de las personas participantes.

Aplicabilidad

Este programa puede implementarse en los Grados de Terapia Ocupacional de las diferentes universidades españolas y además en otras titulaciones como Trabajo Social, Enfermería o Psicología, donde las personas participantes mayores pueden adquirir conocimientos específicos sobre el proceso de envejecimiento.

CONCLUSIÓN

Nuestro estudio ha demostrado que la implementación del programa formativo intergeneracional "Envejecer OcupadaMente" dentro del Grado en Terapia Ocupacional, es efectivo en aumentar la participación en actividades significativas y el estado de ánimo de las personas mayores, promoviendo así un envejecimiento activo. Estos hallazgos no solo subrayan el potencial de las universidades para innovar en el aprendizaje intergeneracional, sino que también destacan la efectividad de integrar programas formativos para mayores dentro de los contenidos académicos en la titulación de Terapia Ocupacional.



AGRADECIMIENTOS

Queremos expresar nuestro agradecimiento a todas las personas involucradas en el proyecto "Envejecer OcupadaMente", especialmente a los participantes mayores y al alumnado de Terapia Ocupacional por su motivación, implicación y compromiso. También agradecemos a la UCAM por la financiación del proyecto a través de sus ayudas de innovación docente (PID 12/23).

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

AJFS realizó la conceptualización del estudio, participó en la recogida, análisis e interpretación de los datos y revisó y editó el manuscrito. JMEP participó en la recogida, análisis e interpretación de los datos y escribió y editó el manuscrito.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Alvarado García AM, Salazar Maya AM. Análisis del concepto de envejecimiento. Gerokomos. junio de 2014;25(2):57-62.
2. Marzo RR, Khanal P, Shrestha S, Mohan D, Myint PK, Su TT. Determinants of active aging and quality of life among older adults: systematic review. Front Public Health. 26 de junio de 2023;11:1193789.
3. Andalucía. Consejería para la Igualdad y Bienestar Social. Libro Blanco del Envejecimiento Activo [Internet]. Junta de Andalucía. Sevilla: Consejería para la Igualdad y Bienestar Social; 2010 [citado 19 de mayo de 2024]. 508 p. Disponible en: <http://hdl.handle.net/10261/62792>
4. Ayoubi-Mahani S, Eghbali-Babadi M, Farajzadegan Z, Keshvari M and Farokhzadian J (2023) Active aging needs from the perspectives of older adults and geriatric experts: a qualitative study. Front. Public Health 11:1121761. doi: 10.3389/fpubh.2023.1121761
5. Guzón Nestar JL, González Alonso F, Ochoa Cervantes A. Aprendizaje servicio en educación superior entre España y México. Hacia los ODS. Alteridad. 21 de diciembre de 2021;17(1):76-88.
6. Singha S. Promoting Diversity and Inclusivity Through Service Learning in Higher Education. En 2024. p. 20-34.
7. Fernández-Ballesteros R, Caprara M, Schettini R, Bustillos A, Mendoza-Nunez V, Orosa T, et al. Effects of University Programs for Older Adults: Changes in Cultural and Group Stereotype, Self-Perception of Aging, and Emotional Balance. Educ Gerontol. febrero de 2013;39(2):119-31.
8. Gierszewski D, Kluzowicz J. The role of the University of the Third Age in meeting the needs of older adult learners in Poland. Gerontol Geriatr Educ. 3 de julio de 2021;42(3):437-51.
9. Gualano MR, Voglino G, Bert F, Thomas R, Camussi E, Siliquini R. The impact of intergenerational programs on children and older adults: a review. Int Psychogeriatr. abril de 2018;30(4):451-68.
10. Mitterfellner R, D'Cunha NM, Isbel S. Occupation-Based Interventions to Improve Occupational Performance Among Older Adults Living in Long-Term Care: A Systematic Review. Am J Occup Ther. 2024 Jan 1;78(1):7801205140.
11. Horowitz BP, Wong SD, Dechello K. Intergenerational Service Learning: To Promote Active Aging, and Occupational Therapy Gerontology Practice. Gerontol Geriatr Educ. 26 de febrero de 2010;31(1):75-91.
12. Malek-Ahmadi M, Nikkhamanesh N. Meta-analysis of Montreal cognitive assessment diagnostic accuracy in amnesic mild cognitive impairment. Front Psychol. 2024 Feb 13;15:1369766. doi: 10.3389/fpsyg.2024.1369766.
13. Wojujutari AK, Idemudia ES, Ugwu LE. The evaluation of the General Health Questionnaire (GHQ-12) reliability generalization: A meta-analysis. PLoS ONE. 2024;19(7)
14. Rocha KB, Pérez K, Rodríguez-Sanz M, Borrell C, Obiols JE. Propiedades psicométricas y valores normativos del General Health Questionnaire (GHQ-12) en población general española. [Psychometric properties and normative values of General Health Questionnaire (GHQ-12) in Spanish population.]. Int J Clin Health Psychol. 2011;11(1):125-39.
15. Fernandez-Solano, AJ, Merchán-Baeza Jose A, Rodriguez-Bailón M, Eakman A. Translation and Cultural Adaptation into Spanish of the Engagement in Meaningful Activities Survey. Occup Ther Int. 28 de marzo de 2022;2022:e4492582.
16. Eakman AM. A prospective longitudinal study testing relationships between meaningful activities, basic psychological needs fulfillment, and meaning in life. OTJR Occup Particip Health. 2014;34(2):93-105.
17. Eakman AM, Carlson M, Clark F. Factor Structure, Reliability and Convergent Validity of the Engagement in Meaningful Activities Survey for Older Adults. OTJR Occup Particip Health. 2010;30(3):111-21.
18. Montayre J, Maneze D, Salamonson Y, Tan JDL, Possamai-Inesedy A. The Making of Age-Friendly Universities: A Scoping Review. The Gerontologist. 1 de octubre de 2023;63(8):1311-9.
19. Webster M, Norwood K, Waterworth J, Leavey G. Effectiveness of Intergenerational Exchange Programs Between Adolescents and Older Adults: A Systematic Review. J Intergenerational Relatsh. 2023;0(0):1-42.
20. Ordóñez TN, Lima-Silva TB, Cachioni M. Subjective and psychological well-being of students of a University of the Third Age: Benefits of continuing education for psychological adjustment in the elderly. Dement Neuropsychol. 2011;5(3):216-25.
21. Barnes M, Bigari K, Culler T, Gregory H, Hamilton J, Krawczyk S, et al. Healthy lifestyles through an Adaptive Living Program: a pilot study. Occup Ther Int. 2008;15(4):269-83.
22. Montoro-Rodríguez J, Pinazo S. Evaluating Social Integration and Psychological Outcomes for Older Adults Enrolled at a University Intergenerational Program. J Intergenerational Relatsh. 5 de octubre de 2005;3(3):65-81.

Derechos de persona autora



COTOGA
COLEGIO OFICIAL
DE TERAPEUTAS OCUPACIONALES
DE GALICIA