



New challenges for the tourism environment, heritage and companies

ISSN: 2183-0800

www.isce-turismo.com

Volume 10 | Número 1 | Março 2018
Volume 10 | Number 1 | March 2018
Volumen 10 | Número 1 | Marzo 2018

Patrocinadores:



LA EDUCACIÓN AMBIENTAL: UNA ESTRATEGIA PARA EL MEJORAMIENTO DE LA CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR

Patricia Duque Cajamarca¹

Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, (UCMC) Bogotá, Colômbia

Lola Rosalía Saavedra Guzmán²

Fundación FUNDCREA, Espanha

Bertha Marlene Velásquez Burgos³

Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales U.D.C.A, Bogotá, Colômbia

Duque Cajamarca, P., Saavedra Guzmán, L. R. & Velásquez Burgos, B. M. (2018). La educación ambiental: una estrategia para el mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor. *Tourism and Hospitality International Journal*, 10(1), 126-139.

¹ Decana de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, Bogotá-Colombia; Doctora en Pedagogía ICCP, Habana-Cuba; Maestría en Administración en Salud, Universidad Pontificia Javeriana; Especialista en Docencia Universitaria, Universidad Piloto de Colombia; Trabajadora Social, Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca; investigadora en Área de Salud Mental y formación en Educación Superior; docente Universitaria y asesora.

² PhD en Relaciones Internacionales y Política Exterior de la Universidad Estatal de Kiev – Ucrania; directora de proyectos para Iberoamérica, FUNDCREA. España.

³ Docente Investigadora Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales -U.D.C.A- Magíster en Educación. Magíster en Pedagogía. Universidad de La Sabana, Bogotá-Colombia. Licenciada en Educación con estudios principales en Matemáticas, Universidad Pedagógica Nacional de Colombia.

Resumen

El presente artículo propone la educación ambiental como una estrategia que contribuye a la calidad del vida del adulto mayor, coadyuvando a que este asuma un rol dinámico generador de procesos participativos con comunidades y nuevas generaciones, cuya finalidad consiste en integrar y responsabilizar a individuos, así como a la colectividad con el medio, mediante su capacidad de aprendizaje para toda la vida, gracias a la plasticidad cerebral; al final, se enuncian algunas experiencias exitosas que muestran el proceso partiendo de concepciones teóricas y metodológicas. Desde la anterior perspectiva, se asume el papel de la Educación Ambiental del adulto mayor como el proceso que permitirá reconocer el rol activo de este grupo social, de acuerdo con los lineamientos de la legislación ambiental, toda vez que se analiza la participación de los adultos mayores en la consecución de una óptima integración de la sociedad como el entorno ecológico: el individuo reafirma su acercamiento a la naturaleza y el mundo se (re)modela a partir de la educación ambiental en todos los órdenes de lo formal, informal y no formal. Es el espacio donde las nuevas generaciones encuentran eco, desde la experiencia que dan los años que tienen quienes siguen participando activamente en los procesos de conservación natural comunitaria.

Palabras Clave

Educación ambiental, Adulto mayor, Desarrollo personal, Plasticidad cerebral, Comunidad y calidad de vida

Abstract

This article proposes Environmental Education as a strategy that contributes to the quality of life of the elderly, helping to assume a dynamic role that generates participatory processes with communities and new generations, whose purpose is to integrate and hold individuals accountable as to the community with the environment, through its capacity for lifelong learning, thanks to brain plasticity; at the end, some successful experiences that show the process starting from theoretical and methodological conceptions are enunciated. From the previous perspective, the role of the Environmental Education of the older adult is assumed as the process that will allow to recognize the active role of this social group, in accordance with the guidelines of environmental legislation, since the participation of adults is analyzed older in achieving an optimal integration of society as the ecological environment: the individual reaffirms his approach to nature and the world is (re) modeled from environmental education in all the formal, informal and non-formal. It is the space where new generations find an echo, from the experience that the years that those who continue to participate actively in the natural community conservation processes give.

Keywords

Environmental education, Older adult, Personal development, Brain plasticity, Community and quality of life

Es relevante tener en cuenta los objetivos propuestos en las Metas del Milenio, en cuanto a la necesidad y significado de la Educación Ambiental – (EA), y resulta vital propender, como especie humana, por la preservación del planeta. La reflexión sobre el tema permite concatenar argumentos referidos al fortalecimiento de la población adulta en EA; ello requiere reconocer la necesidad de diálogo y relación entre las acciones políticas, los programas y proyectos de educación ambiental, sumado a ello el procurar una educación durante toda la vida, y de esta manera asumir el rol imperativo ante los cambios socioambientales del mundo globalizado.

En consecuencia, se enfatiza en el compromiso que deben asumir las comunidades locales, regionales y nacionales en la construcción y el fomento de las acciones que aseguren el futuro de la humanidad. Estas actitudes, comportamientos y valores han de ser el objetivo por cumplir, no sólo de los gobiernos, sino de las organizaciones comunitarias y la sociedad civil en general. Esta EA será imprescindible en la lucha contra la pobreza, la desigualdad y la inequidad. En este sentido, el adulto mayor colaborará en la revisión, implementación y toma de conciencia del significado de la legislación ambiental.

La percepción correcta del tema requiere *una internalización de los valores ambientales* (UNESCO-PNUMA, 1991), con el fin de racionalizar el comportamiento humano respecto de la conservación del medio ambiente y propiciar una ética ambiental que oriente y fundamente el actual estilo de vida de las personas y comunidades. Aún no se ha abordado completamente esta problemática debido a la incorrecta percepción de la misma, desde múltiples puntos de vista -sistémico, holístico, sentido de pertenencia- en relación con el medio ambiente global; es decir, superar el antropocentrismo, según Novo (1995), lo cual permitirá observar la complejidad y las interrelaciones que la rigen.

De acuerdo con lo anterior, el Tratado de Educación Ambiental para Sociedades Sustentables y Responsabilidad Global (Viezzer e Ovalles, 1995), enuncia los principios que deben regir la actuación de las iniciativas en EA, entre otros se retoman los siguientes:

- La educación ambiental es individual y colectiva. Tiene el propósito de formar ciudadanos con conciencia local y planetaria, que respeten la autodeterminación de los pueblos y la soberanía de las naciones.
- La educación ambiental debe estimular y potencializar el poder de las diversas poblaciones, promover oportunidades para los cambios democráticos de base, que estimulen a los sectores populares de la sociedad. Esto implica que las comunidades deben retomar la conducción de sus propios destinos.
- La educación ambiental debe promover la cooperación y el diálogo entre individuos e instituciones, con la finalidad de crear nuevos modos de vida, fundados en la comprensión de las necesidades básicas de todos, sin distinciones étnicas, físicas, de género, edad, religión, clase, entre otros.

Este Tratado contempla, además, las siguientes directrices para ser implementadas:

- Actuar a partir de las realidades locales, tratando, sin embargo, de conectarlas con los problemas globales del planeta.

- Desarrollar la educación ambiental en todos los ámbitos de la educación formal, informal y no formal.
- Exigir a los gobiernos que destinen porcentajes significativos de su presupuesto para la educación y preservación del medio ambiente.
- Promover cambios en la producción, los hábitos de consumo y los estilos de vida.
- Reconocer la diversidad cultural, los derechos territoriales y la autodeterminación de los pueblos.

El objetivo primordial de la EA *es humanizar y personalizar al ser humano integral*, capaz de enfrentar los retos que le exigen transformar el medio ambiente y, de esta manera, asumir la crisis de relación con la naturaleza. Entonces, se habrá de propender por la toma de conciencia y cambio de actitud mediante la utilización de los conocimientos para la comprensión de los problemas del medio ambiente y las competencias necesarias para su intervención. Ello requerirá de dos elementos sustanciales: el fomento de valores humanos y la participación en la adecuada toma de decisiones, así como el compromiso con la conservación del planeta.

En este sentido, los problemas del entorno se deben abordar desde un enfoque interdisciplinario en el cual las Ciencias Naturales y Sociales se interrelacionen para promover la Educación y así reeducar a la persona y despertarle su *conciencia ambiental*.

Por esta razón, la EA se asume como requisito imprescindible para solucionar la crisis ambiental y generar nuevos modelos de desarrollo favoreciendo el entorno. En la actualidad se le da relevancia a importantes labores que son la base de esta educación dirigida a grupos etáreos -jóvenes y niños-; sin embargo, poco se ha hecho en la educación de adultos. En este aspecto, se puede enfocar y dirigir la educación hacia la modificación de comportamientos, percepciones y mentalidades arraigadas. Por tal razón, es necesario implementar programas que formen durante toda la vida y de esta manera facilitar a los adultos su participación como gestores de las transformaciones que beneficien el entorno, para que se traduzcan en mejoramiento de la calidad de vida, toda vez que se contará con una sociedad sensible a la preservación del sistema ecológico.

Sobre la base de lo anterior, es prioritario fortalecer los valores globales del orden natural, estableciendo el equilibrio entre la producción y la sostenibilidad del medioambiente. Actualmente, es necesario reconocer la importancia de la Educación Ambiental para Adultos Mayores (EAAM), toda vez que el acelerado proceso de deterioro ambiental y la sensible disminución de la calidad de vida de la población, invita a tomar conciencia del problema para intervenirlo, puesto que las futuras generaciones afrontarán las consecuencias del deterioro ecológico y se incrementarán las dificultades para el aprovechamiento de los recursos naturales.

La EAAM posibilita el mejoramiento de las condiciones de salud física, psicológica, fomenta pautas conductuales como resultado de generar debates, compartir experiencias y confrontar resultados del intercambio de ideas. La educación durante toda la vida en el adulto mayor, ha de propender por lograr un nuevo espacio en la sociedad, donde la

creatividad y la participación sean condiciones esenciales para potenciar sus capacidades y valores, además de visualizarlas ante su comunidad, logrando así la comprensión de los problemas ambientales y la participación en las alternativas de solución desde sus competencias y responsabilidades.

El siguiente gráfico (Figura 1) ilustra las relaciones que se generan entre los sistemas natural, social y cultural en el contexto ambiental:

El análisis del contexto ambiental debe abordarse desde perspectivas culturales y sociales pertinentes a cada comunidad, para que propicien su participación activa con el fin de que se apropien del conocimiento y de la solución de los problemas ambientales. La EA conlleva conocer, comprender y actuar.

De acuerdo con Cummins (1996, citado por Graciela Tonon, 2004)

el estudio de la calidad de vida remite al entorno material (bienestar social) y al entorno psicosocial (bienestar psicológico). Ha quedado definido como un concepto que implica dos ejes: el objetivo y el subjetivo, siendo cada eje el agregado de siete dominios: bienestar material; salud; trabajo-productividad; intimidad; seguridad; comunidad; bienestar emocional

las cuales son necesidades inherentes al ser humano y que deben satisfacerse para tener una vida plena, sana y digna con calidad.

La EAAM brinda un alto grado de seguridad, apoyo moral y bienestar total para vivir con dignidad; así mismo, la afectividad le proporciona felicidad, por cuanto se siente valorado y respetado como persona. Al respecto Ander-Egg (2010), hace referencia a cómo

la alegría de vivir alarga la vida, y tanto más la alarga cuanto más ilusionada y apasionadamente se vive. No hay que confundir la alegría de vivir con divertirse y distraerse, esto es bueno pero la alegría de vivir es algo más profundo. Es la alegría interna, la alegría de la paz en el corazón... De ahí que la tercera edad pueda encerrar posibilidades que ninguna otra etapa de la vida ha ofrecido. La mayor disponibilidad de tiempo libre permite iniciar nuevos caminos y hacer lo que nunca se había hecho.

Lo anterior hace que para el adulto mayor su vida tenga sentido, cobre significado y rejuvenezca mediante el optimismo, la esperanza y la confianza en el futuro. Por consiguiente, el envejecimiento físico puede darse a la par con el psicológico; el primero depende del estado anímico del adulto mayor y de los cambios que se producen en su personalidad, a medida que entra en la tercera edad hasta llegar a la vejez avanzada; ello también depende del estado de salud y de factores tales como: el grado de autonomía y las crisis inevitables que por lo general acompañan esta etapa. En este sentido, la EA permite que las personas mayores se motiven al descubrir nuevos espacios e incentivos que lo llevan a asumir y adquirir nuevas responsabilidades y compromisos, que ahora son su razón de ser y estar en el mundo con la motivación de sentirse aún útiles.

De otra parte, la ancianidad presupone dos situaciones: en la primera, se le valora por la experiencia acumulada, el conocimiento de la vida que le otorga autoridad sobre las nuevas generaciones; y en la segunda, el adulto mayor, en algunos casos, es considerado un ser inútil, incluso para su familia, una carga pesada, alguien obcecado, hasta llegar a negar su relación con el porvenir. En términos generales, cuando se desliga de su quehacer laboral, siente que pierde su estatus profesional, social e incluso económico y que inevitablemente ha de ser reemplazado por personas más jóvenes.

Desde el punto de vista ambiental de las bondades que genera la educación a lo largo de la vida, se destaca los escenarios culturales y sociales que posibilitan la incorporación del adulto mayor a múltiples redes sociales que, a su vez, le facilitan la apertura a nuevas expresiones culturales beneficiando a la colectividad a través de la solidaridad grupal, el fortalecimiento de la identidad personal y el sentido de pertenencia, la utilización productiva del tiempo libre, la comprensión de la importancia del ocio y la búsqueda de espacios para el mismo. La integración de estos aspectos facilita el desarrollo de sus competencias sociales para la convivencia, minimizando su posibilidad de aislamiento, depresión, melancolía, abandono y baja autoestima, y de este modo prevenir y evitar experiencias negativas.

En cuanto al aspecto espiritual, la iglesia representa un espacio de equilibrio personal y de reencuentro con su comunidad local, como opción de servicio que le ayuda a fortalecer los valores ambientales, sociales y religiosos. Es así como la EA es el medio para que las personas mayores puedan vincularse a procesos sociales y ambientales, actividad que les garantiza salud mental, estrechar vínculos familiares, de amistad y con el entorno propiamente dicho. Igualmente, asumir esta responsabilidad social les permite ofrecer, recibir y difundir conocimientos aprovechando sus presaberes acerca del tema.

Los siguientes son algunos indicadores sociales de la calidad de vida ligados a la EA:

- Elementos del ambiente social que implican estructuras, funciones, actividades, relaciones interpersonales y ámbito familiar, entre otros.
- Accesibilidad a bienes y servicios disponibles en relación con la situación económica, personal y familiar.
- Seguridad de las personas adultas.
- Posibilidades de intervención con la población en los asuntos sociales y comunitarios.
- Accesibilidad física, geográfica, económica, cultural, educacional, artística, laboral y de vivienda, entre otros.
- Acceso a los servicios de salud individual y colectiva.
- Posibilidades de desarrollo de la personalidad.

Lo anterior ha de permitir la participación e integración del adulto mayor en la vida cultural, política, económica, y espiritual de las comunidades; mejorar el potencial de salud de los adultos mayores; prevenir problemas físicos y mentales; fortalecer la responsabilidad intergeneracional de la familia y la comunidad hacia el adulto mayor; fomentar el uso adecuado y creativo del tiempo libre y la recreación; promover la

asociatividad entre los adultos mayores y su desarrollo personal.

De otra parte, es importante reflexionar sobre el tema de la educación a lo *largo de toda la vida* que, según Delors (1996), representa para el ser humano una construcción y reconstrucción permanentes de sus saberes y aptitudes, así como del aprendizaje de su facultad de juicio y acción. Este constante aprendizaje permite al ser humano tomar conciencia de sí mismo y de su hábitat, para de esta manera poder desempeñar su función social en el ámbito en el que le corresponda coexistir.

El hecho de que podamos *aprender a lo largo de toda la vida* se debe a una capacidad única del cerebro humano, basado en estudios recientes sobre plasticidad cerebral⁴-*su capacidad para adaptarse continuamente a circunstancias cambiantes*- lo cual implica que el cerebro se encuentra bien equipado para aprender y adaptarse al medio; es natural que el cerebro envejecido se vuelve menos maleable y, como lo ha experimentado el adulto mayor, aprender cosas nuevas requiere de mayor dedicación y tiempo (Blakemore, 2008).

La autora anteriormente citada expone que el cerebro adulto es flexible, puede hacer que crezcan células nuevas y establecer nuevas conexiones, en algunas regiones como por ejemplo en el hipocampo; a pesar de que con el tiempo la nueva información se almacene con menos efectividad, se puede concluir que no existe límite de edad para el aprendizaje; la capacidad del cerebro de adaptarse permanentemente a situaciones cambiantes depende fundamentalmente de su plasticidad y de cuánto se usa.

Asimismo, es fundamental recordar que el cerebro como cualquiera de nuestros órganos vitales, se desarrolla y madura mientras crecemos; experimenta un rápido desarrollo después del nacimiento y a lo largo de la infancia temprana tiene periodos sensibles para el aprendizaje. En la adultez conserva su flexibilidad y plasticidad, que permite el crecimiento de nuevas células y, por ende, el establecer nuevas conexiones, capacidad de aprendizaje en diversas circunstancias y adaptación a diversas situaciones (Velásquez, Remolina & Calle, 2009).

Luego de la reflexión sobre el hecho de lograr aprender en la edad adulta, vale la pena indagar sobre *¿cómo aprendemos?* Realmente lo que el cerebro humano hace mejor *es aprender*; éste es un órgano biológico y social modificado por el aprendizaje, debido a que el cerebro con cada estimulación y experiencia se realambra; utilizarlo de forma no usual estimula la formación de conexiones neuronales. Asimismo, al cerebro le estimulan los cambios, lo desconocido excita las redes neuronales, por esta razón los ambientes fluidos y variados despiertan la curiosidad motivando nuevos aprendizajes. Para el desarrollo cerebral es muy importante la riqueza de estímulos y emociones positivas, así como la vivencia de nuevas experiencias con el entorno físico-social y cultural (Velásquez, Remolina & Calle, 2009).

De igual manera, uno de los fundamentos generales del proceso de aprendizaje, es que

⁴La **plasticidad cerebral** permite que tengamos una mente moldeable con la que nos adaptamos a los cambios que se producen en nuestro entorno. Ahora un estudio realizado por investigadores de la [Unidad de Cognición y Plasticidad Cerebral de Barcelona](#), en un experimento realizado con pianistas profesionales han descubierto que la plasticidad cerebral depende de la edad a la que se inicia un determinado aprendizaje (Sáez Cristina, 2017).

éste se consolida y refuerza mediante la práctica permanente y se puede dominar con propiedad; para ello, es preciso activar las neuronas y realizar conexiones entre estas mediante permanentes y continuos ejercicios de entrenamiento mental, así como seleccionar una actividad específica y dedicarse a ella con intensidad, concentración y motivación (Calle, Remolina, Saavedra & Velásquez, 2014).

Para finalizar la exposición del tema, se enuncian algunas formas de la EAAM, que permiten visibilizar nuevos caminos para fortalecer esta reflexión: el Consejo Municipal de Mayores cuya función es propiciar la participación de los adultos en estudios y programas ambientales; la conformación de grupos de adultos mayores que trabajen el tema ambiental; la generación de procesos con metodologías específicas que generen sensibilización de las comunidades hacia su ambiente; y el Centro Día que sirve de punto de unión entre las instituciones y la comunidad, realiza actividades ocupacionales recreativas, deportivas, culturales y ambientales (huerta) entre otras.

En el marco descrito se propone al adulto mayor como un actor líder de las comunidades, en este sentido es pertinente retomar el planteamiento de Ander-Egg acerca de la comunidad como la agrupación de personas, sus formas de relacionarse, los problemas que presentan, lo histórico que han compartido y construido, las organizaciones e instituciones formales e informales, los territorios, la relación comunidad ambiente -implica relación con recursos naturales, agua, clima, biodiversidad, la tecnología, biogeografía, parques, ríos, mares, plantas, ecosistema, percepción y manejo de la biodegradación-. El concepto de comunidad, al visualizarlo como un sistema que interrelaciona las partes, incluye el concepto de ambiente, entendido como el conjunto de condiciones físicas, sociales y económicas de un lugar, de un sector social.

Es así que la educación ambiental coadyuva a la revitalización del adulto mayor, al redescubrimiento de sus posibilidades de superación y potencialidades como ser humano que ha acumulado las experiencias y saberes de la vida, las cuales puede compartir como un aporte personal, pleno de riquezas, valores y enseñanzas que la sociedad actual necesita.

Antes de finalizar la reflexión, se intenta plantear de manera general algunas formas de operacionalizar lo descrito, mediante experiencias exitosas, sin olvidar que la propuesta involucra una concepción teórica y metodológica. Al respecto se enuncian las siguientes experiencias:

- Consejo Municipal de Mayores: entendido como un órgano de participación con carácter asesor y consultivo en el ámbito de la gestión local y/o municipal, el cual tiene como función propiciar la participación de las personas mayores en estudios y programas ambientales (Caso España Albacete).
- Conformación de grupos de adultos mayores (grupos socio educativos) que trabajen el tema ambiental y después se conviertan en multiplicadores en sus familias y comunidades.
- Generación de procesos que con metodologías específicas que propicien la sensibilización de las comunidades hacia su ambiente, algunos ejemplos son:

a) Mejoramiento de calidad de vida de grupos sociales, mediante la educación ambiental que contempla las siguientes fases:

i. Diagnóstico sobre problemáticas sociales (alcoholismo, delincuencia, problemas nutricionales, enfermedades, entre otros) que pueden afectar el proyecto e incorporación de apoyos y asesorías familiares para enfrentarlos; ello requiere participación de profesionales e instituciones.

ii. Diagnóstico sobre lo ambiental.

b) Realización de talleres que posibiliten la formación frente a las problemáticas y sus posibles manejos o abordajes.

c) Realización de actividades individuales que acerquen a la persona al ambiente y generen respuesta a las problemáticas, por ejemplo: huerta, recolección de papeles, cartones, botellas.

d) Educación ambiental, a través de talleres que permitan perfeccionar las actividades individuales.

e) Vincular instituciones educativas al proyecto.

La metodología descrita logró no solo concientizar a 30 miembros de la comunidad sobre el problema ambiental y su manejo, sino que permitió identificar estrategias de sostenibilidad del proyecto (Caso Chile).

- Sensibilización ambiental como estrategia para la educación y la participación; objetivo: promover y facilitar la protección de los recursos naturales garantizando cambios de actitud en los individuos y mediante ellos, en las comunidades.

Fases:

Fase I. Actividades básicas, componente cognitivo, generan conocimientos e intereses, brindan información sobre aspectos sociales y técnico ambientales del entorno; se reconoce la zona a trabajar.

Fase II. Actividades lúdicas, componente afectivo, se facilita la expresión de sentimientos y evaluación de las actitudes frente al entorno; se centra en la participación y la reflexión, propone actividades como caminatas de observación, salidas ecológicas, obras de mimos sobre el manejo de residuos sólidos, entre otros.

Fase III. Actividades de logro, componente comportamental. Define alternativas y formas de acción, adquiriendo compromisos individuales y colectivos, propone actividades como el árbol de problemas, jornadas de recolección de basuras, establecimiento de viveros caseros y escolares, multiplicación de estrategias de sensibilización, entre otros (Corporación Autónoma Regional -CAR regional Zipaquirá Colombia).

Centro Día: busca mantener la capacidad funcional existente en el adulto mayor y facilitar su permanencia en la comunidad y el grupo familiar; sirve de punto de unión entre las instituciones y la comunidad, realiza actividades ocupacionales recreativas, deportivas, culturales y ambientales (huerta). (ALBERGUE BOSQUE POPULAR, CAFAM, SECRETARÍA DE SALUD COLOMBIA).

Es claro que las cuatro propuestas enunciadas al ser desarrolladas con la participación activa de adultos mayores, contribuyen a la calidad de vida al generar factores protectores, por cuanto:

- Generan redes de apoyo.
- La autopercepción de salud es positiva.
- No hay sensación de soledad.
- Se mantiene la actividad.
- Se mantienen los contactos sociales.
- Se generan servicios comunitarios.
- Se evita la institucionalización y se mantienen las relaciones con la familia.
- Se estimula el mantenimiento de ABC (bañarse, arreglarse, entre otras).
- Se comparten experiencias.
- El trabajo entre adultos mayores posibilita entender las secuela del envejecer (lentitud, el repetir, el contar sus historias).
- Se genera comunicación intergeneracional dando un rol de líder al adulto mayor, permitiendo que éste genere nuevos espacios en donde se siente útil, escuchado, tenido en cuenta.
- Se posibilita al adulto mayor el continuar aprendiendo y construyendo, además de llevarlo a interiorizar y cambiar actitudes en su relación con el medio ambiente, lo que permite seguir construyendo.
- Se promueve una cotidianidad y vida sana.
- El acceso a nuevos espacios genera autorrealización, felicidad, oportunidad, disfrute.
- Se genera en los adultos mayores la capacidad para ser interlocutores y sujetos activos en procesos de la sociedad.

Lo anterior se logra si, previo a ello, se cuenta con la satisfacción de necesidades básicas mínimas como son: vivienda, vestido, alimentación, salud; solo a partir de allí es que se plantea la educación ambiental como estrategia que eleva la calidad de vida de los adultos mayores. En este aspecto es de aclarar que se entiende por educación la posibilidad de formar para la vida y para el momento histórico que le corresponde vivir.

Referencias

- Ander-Egg, Ezequiel (2010). *Cómo envejecer sin ser viejo: añadir años a la vida y vida a los años*. Bogotá: Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca.
- Balmori Martínez, Alfonso (SF). *Educación ambiental y conservación de la naturaleza*. Madrid: Centro Nacional de Educación Ambiental – Ceneam.
- Blakemore, Sarah-Jayne./Utafruh. (2008). *Cómo aprende el cerebro. Las claves para la educación*. Barcelona: Ariel.
- Bazo, María Teresa et al (1999). *Envejecimiento y sociedad: una perspectiva internacional*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.

- Calle, M., Remolina, N., Saavedra, L., & Velásquez B. (2014). *Inteligencias múltiples para potenciar el aprendizaje de los estudiantes universitarios*. Bogotá: Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca.
- Campos, M., Velásquez, B., Calle, M., & Remolina, N. (2014). *Formación en trabajo social. Representaciones, conocimientos y estilos de pensamiento* (pp.121-146). Bogotá: Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca.
- Delors, J. (1996). *La educación encierra un tesoro*. España: Santillana. Ediciones UNESCO.
- Encuentro Internacional *Atención integral a la persona mayor: una reflexión para las comunidades*. Memorias. Bogotá: Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca - ICETEX. 2008.
- Eschenhagen Durán, María Luisa (2009). *Educación ambiental superior en América Latina: retos epistemológicos y curriculares*. Bogotá: ECOE Ediciones.
- Frankl, Viktor (1988). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Editorial Herder.
- Maya S. Luz Helena. Componentes de la calidad de vida en adultos mayores. Documento Web disponible en: <http://www.funlibre.org/documentos/lemaya2.htm>
- Moema Viezzer, Ovalles et al (1995). Educación Ambiental de Jóvenes y Adultos – EAJA a la Luz del Tratado de Educación Ambiental para Sociedades Sustentables y Responsabilidad Global. Retirado de http://tratadodeeducacaoambiental.net/docs/art_fisc_conf_esp.pdf.
- Morelos Ochoa, Salvador. La Educación ambiental de jóvenes y adultos en situación de rezago educativo, en el marco del modelo de educación para la vida. Retirado de <http://www.bvsde.paho.org/bvsacd/cd36/eduambjo.pdf>.
- Osses, et al (SF). Hacia el mejoramiento de la calidad de vida de mujeres urbano marginales a través de la educación ambiental. Retirado de www.oei.es/revistactsi/numero3/art05.htm.
- Pardavé Livia, Walter (2001). *Ecología y calidad ambiental*. Bucaramanga: SIC Editorial.
- ¿Qué es la educación ambiental?. Asociación Civil Red Ambiental. Retirado de <http://www.ecopibes.com/educadores/que.htm>.
- ¿Qué entendemos por educación ambiental?. Instituto Alexander Von Humboldt. Retirado de http://www.humboldt.org.co/chmcolombia/servicios/jsp/educacion_amb/entender.htm
- Sáez, Cristina (2016). *Un cerebro sano*. En la Vanguardia Magazine. Barcelona, España.
- Sorrentino, Marcos et al. Educación Ambiental de Jóvenes y Adultos – EAJA a la Luz del Tratado de Educación Ambiental para Sociedades Sustentables y Responsabilidad Global. Retirado de http://tratadodeeducacaoambiental.net/docs/art_fisc_conf_esp.pdf
- Tonon, Graciela (2004). *Calidad de vida y desgaste profesional: una mira del síndrome del burnout*. Buenos Aires: Espacio Editorial.
- Torres, Maritza (2003). *La educación ambiental: una estrategia flexible, un proceso y*

unos propósitos en permanente construcción. Bogotá: MEN.

UNESCO-PNUMA. Red de Formación Ambiental para América Latina y el Caribe -
Catalogo de Publicaciones-. Retirado de
<http://www.pnuma.org/educamb/catalogo.php>.

Valverde, Teresa et al (2005). *Ecología y medio ambiente*. México: Editorial Pearson Educación.

Velásquez, B., Calle, M., & Remolina, N. (2009). El cerebro que aprende. *Revista Tabula Rasa*, 11.



Fuente: http://www.humboldt.org.co/chmcolombia/servicios/jsp/educacion_amb/

Figura 1. Las relaciones que se generan entre los sistemas natural, social y cultural en el contexto ambiental: