

El envejecimiento de la población en Cuba: una visión y propuesta desde la Biblioteca Pública

LIC. KATIUSCA PARÉS RAMÍREZ
Biblioteca Pública Municipal Máximo Gómez

YOSLENYS ROQUE HERNÁNDEZ
*Centro de Gobierno Electrónico
Universidad de las Ciencias Informáticas (UCI), Cuba*

REINIER FERNÁNDEZ COELLO
*Centro de Gobierno Electrónico
Universidad de las Ciencias Informáticas (UCI), Cuba*

El trabajo se centra en analizar el envejecimiento acelerado de la población cubana desde la perspectiva informacional y cómo contribuir desde el cumplimiento de los objetivos de desarrollo sostenible de la Organización de Naciones Unidas para el 2030 a que este grupo etario no se sienta excluido de un proceso tan importante como la informatización de la sociedad, proceso de rápido movimiento en el que la familia y las organizaciones son responsables de educarlos en ello.

Se propone un servicio para las bibliotecas públicas a partir de que su función social es la atención a la comunidad donde se encuentra ubicada; este servicio contribuirá al bienestar social y al mejoramiento de la calidad de vida de nuestros abuelos.

Palabras Clave: Agenda 2030, Envejecimiento poblacional en Cuba, Tecnologías de información y la comunicación, Biblioteca pública.

POPULATION AGEING IN CUBA: A VIEW AND PROPOSAL BY THE PUBLIC LIBRARY

Abstract: This paper analyzes the rapid aging of the Cuban population from an informational perspective. In accordance with the United Nations' 2030 Agenda for Sustainable Development Goals, this work contributes to preventing this age group's



feeling of exclusion from such an important process as society's digitalization, a fast-moving process in which both family and organizations are responsible for their education.

A service for public libraries is proposed, as their social function is to meet their community's needs. This service will contribute to the social well-being as well as to the improvement in the quality of life of our elderly.

Keywords: Agenda 2030, Population aging in Cuba, Information and Communication Technologies, Public library.

INTRODUCCIÓN

“Los países con una población envejeciente necesitan respuestas con políticas públicas que apoyen a su población mayor con el fin de eliminar los factores que obstaculizan su plena participación en la sociedad al tiempo de proteger sus derechos y su dignidad [i].”

La prolongación de la esperanza de vida ha sido un anhelo de la humanidad. En este sentido, el envejecimiento puede ser considerado un logro que mucho ha aportado el desarrollo científico técnico alcanzado. La definición de envejecimiento, desde el punto de vista demográfico, está relacionada no solo con el aumento en la proporción de personas de edad avanzada con relación al resto de la población, sino, de igual modo, con la inversión de la pirámide de edades, pues implica también la disminución de la proporción de niños y jóvenes entre 0 y 14 años (Jerez, 2018).

En el año 2030 se estima que habrá más personas mayores de 60 años que los niños menores de 10 años. En 2050, habrá 2 mil millones de personas mayores en el planeta, la mayoría de las cuales serán mujeres. Las cifras actuales muestran que existen 84 hombres por cada 100 mujeres mayores de 60 años (Prospects, 2018). Algunos de los indicadores que harán posible que se cumplan con estos datos estimados, son las mejoras en la calidad de vida y la lucha constante por una longevidad satisfactoria, que asegura bienestar económico, seguridad, protección y felicidad en el adulto mayor. Sin embargo, la longevidad está produciendo retos sin precedentes a los responsables de la elaboración de políticas, en general, y a los ciudadanos, en particular, pues se deberán mantener los niveles de seguridad social y económica, así como también la oferta de servicios de salud a un segmento de la población que por su avanzada edad se encuentra en desventaja para afrontar las exigencias sociales de la contemporaneidad.

i A life of Dignity for all: accelerating progress towards the Millennium Development Goals and advancing the United Nations development agenda beyond 2015: United Nations, New York, 2013.

Cuba tiene el índice de envejecimiento más alto de América Latina: 19,8%. En todas las provincias, los niveles de fecundidad y mortalidad son tan bajos como en los países altamente desarrollados, de ahí que la isla se ubique en la llamada etapa postransicional. El flujo migratorio negativo y el escaso desarrollo económico le confieren singularidad al caso cubano y demuestra que se puede completar la transición demográfica en tales condiciones (Jerez, 2018).

El envejecimiento de la población, entendido por el aumento de la proporción de la población de 60 años y más con respecto al total, constituye un proceso irreversible e indicativo de avance social. Según la Oficina Nacional de Estadísticas e Información (ONEI), se estima que entre el año 2011 y el 2025 la población de Cuba habrá disminuido en valores absolutos en algo más de 203.111 personas, casi el 26 % de su población tendrá 60 años y más, con un elevado crecimiento absoluto de la de 80 años y más. Para el 2030 las personas de 60 años y más serán 3,3 millones(ONEI, 2006). El impacto se verá directamente en las estructuras de la familia cubana, en los recursos laborales, y por tanto en los resultados productivos y en el desarrollo socioeconómico del país.

En el ámbito cubano, algunos autores como Mabel Creagh Peña, Damary García Onesy Rolando Valdés Cruz de la Universidad de Ciencias Médicas de La Habana, han realizado estudios para reflexionar sobre la repercusión que en la ciencia, la técnica y la sociedad tiene el envejecimiento poblacional para el mundo y Cuba. Además, la ONEI ha presentado en una publicación *El envejecimiento de la población. Cuba y sus territorios* de 2016, las cifras e indicadores que son resultado de este proceso. También la autora Marlene L. Milanés Ramos, en un artículo publicado en la revista TINO el 14 de marzo de 2012, que se titula “La influencia de las TIC [ii] en la vida del adulto mayor” destaca el uso de las tecnologías para beneficiar la salud de éste y cómo influyen en el entorno familiar, la psiquis, su estado físico y sus relaciones personales.

Disimiles son las fuentes donde se reflexiona acerca del envejecimiento poblacional, pero pocos han sido los estudios orientados hacia cómo la población de edades más avanzadas accederá a la información desde las bibliotecas en un entorno tecnológico que se moderniza constantemente. Las desigualdades a lo largo del ciclo de vida en cuanto a ingresos, educación, empleo, salud, discapacidad y género se incrementan con la edad y este factor debe ser reconocido. La discriminación por razones de edad continúa siendo una práctica generalizada en todas las regiones del mundo. Se hace necesaria la creación de iniciativas desde diferentes tipos de instituciones sociales y educativas, tanto públicas, como privadas, aspecto fundamental en este segmento poblacional en vista de los conflictos surgidos a partir de la brecha

ii Tecnologías de la información y las comunicaciones.

digital existente. Es por ello que el objetivo del presente trabajo está encaminado a proponer cómo la biblioteca pública puede realizar la alfabetización informacional al grupo etario Tercera edad.

DESARROLLO

El acceso público a la información ayuda a la creación de sociedades del conocimiento y agrupa a la infraestructura, las TIC, los medios masivos y las habilidades informativas que las personas necesitan para usar eficazmente la información, además de la preservación que garantice el acceso continuo a las futuras generaciones. En esta definición, el tipo de información que debe proporcionar se va más allá de la información que hacen disponible los gobiernos o la que se exige claramente en la legislación en materia de Derecho a la Información, debe considerarse el derecho público de acceso a la información y los datos, al igual que es esencial el respeto al derecho a la privacidad individual.

Teniendo en cuenta la declaración del Secretario General de la Organización de Naciones Unidas (ONU) y las siguientes sugerencias planteadas en su informe a los Estados miembros:

- Reconocer la edad como uno de los temas transversales que deben ser tomados en cuenta en todos los objetivos y metas.
- No dejar atrás a nadie combatiendo la desigualdad y la exclusión, y eliminando los obstáculos que comprometen la plena participación de las personas en la sociedad independientemente de su edad, condición de discapacidad o género.
- Promover el desarrollo inclusivo, el trabajo digno, la protección social y garantizar el acceso a todos los servicios básicos.
- Promover una mejor rendición de cuentas de los compromisos estatales asumidos a través de una “revolución de datos desglosados” para medir y monitorear los progresos en términos de edad, el género y discapacidad para identificar las brechas dentro y entre los grupos poblacionales.

Queda evidente la relación y la importancia de garantizar en la Tercera edad la vinculación social desde actividades que posibiliten el desarrollo de sus habilidades y su inclusión en la sociedad.

Recordando además, la declaración del informe del Equipo de Trabajo del Sistema de Naciones Unidas sobre las dinámicas de población, el marco de desarrollo de la Agenda Post-2015 debe considerar el progresivo y rápido envejecimiento global, a través de la promoción de un envejecimiento saludable y digno, proporcionando entornos favorables para las personas mayores, a fin de integrarlas en el proceso de desarrollo como un activo y no una carga. Queda reiterada como una preocupación

la falta de un discurso coherente, fuerte y positivo sobre el envejecimiento de la población mundial.

Agenda 2030: es una agenda civilizatoria que pone a las personas en el centro, se ocupa del planeta y de lograr la prosperidad compartida. Propone crecer para igualar e igualar para crecer, de calidad más allá de mínimos de bienestar (Bárcena, La Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible: perspectivas latinoamericanas y caribeñas, 2015).

La Agenda 2030 de la ONU incluye:

- Declaración: Visión del mundo en 2030.
- Objetivos del Desarrollo Sostenible (17 objetivos, 169 metas): Lo que el mundo necesita lograr para 2030, desde la erradicación de la pobreza hasta educación de calidad, ciudades sostenibles, paz y justicia.
- Medios de implementación: Quién cubrirá los gastos y cuánto costará.
- Seguimiento y revisión – tomando en consideración indicadores globales (a finalizarse y consensuarse en marzo de 2016): “La manera de saber qué países están encaminados a cumplir los Objetivos” (Bárcena, La Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible: perspectivas latinoamericanas y caribeñas, 2015).

ENFOQUES Y PRINCIPIOS BÁSICOS DE LA AGENDA 2030

Enfoque basado en derechos humanos. Aporta una visión en la que los Estados asumen obligaciones y deberes de respetar, proteger y establecer bases para hacer realidad el ejercicio de los derechos humanos a través de regulación y políticas, donde el rol de lo público como espacio de construcción del bien común constituye un elemento central, frente a lógicas de privatización de la vida social. Su propósito es analizar las desigualdades que generan los problemas de desarrollo, corregir prácticas que discriminan y resolver el reparto injusto de poder que obstaculiza el progreso en materia de desarrollo, desde procesos que empoderan a las personas. Los derechos se constituyen así en el espacio desde el que construir un modelo social capaz de resolver colectivamente los riesgos individuales y los déficits sociales y ambientales que enfrentamos como país (Bárcena & Prado, Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible Una oportunidad para América Latina y el Caribe, 2016).

Enfoque de equidad: no dejar a nadie atrás. La Agenda 2030 incorpora como un elemento central el compromiso de no dejar a nadie al margen de un progreso en armonía con la naturaleza, implica trascender los promedios nacionales y abordar las categorías de exclusión –género, etnia, raza, nacionalidad, edad, discapacidad– que afectan a las personas, para lo cual resulta preciso disponer de información estadística desglosada, capaz de visibilizar la situación de los grupos en peor situación y de los afectados por la discriminación, aplicando enfoques basados en los derechos humanos a la labor de compilación de datos y análisis estadístico. Al mismo

tiempo incluye la promoción activa de medidas políticas que garanticen la igualdad de oportunidades, el ejercicio de derechos y el acceso a servicios y bienes. Por último, supone promover la participación efectiva de todas las personas y colectivos en la toma de decisiones y en la aplicación de políticas, en todos los niveles de gobierno, garantizando su bienestar, su voz y su participación (Bárcena & Prado, Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible Una oportunidad para América Latina y el Caribe, 2016).

De los 17 objetivos que contempla la agenda, están relacionados con el tema, 4:

- *Objetivo 3.* Salud y bienestar: garantizar una vida sana y promover el bienestar para todas las edades.
- *Objetivo 4.* Educación de calidad: Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos.
- *Objetivo 11.* Ciudades y comunidades sostenibles: Lograr que las ciudades y los asentamientos humanos sean inclusivos, seguros, resilientes y sostenibles.
- *Objetivo 16.* Paz, justicia e instituciones sólidas: Promover sociedades pacíficas e inclusivas para el desarrollo sostenible, facilitar el acceso a la justicia para todos y crear instituciones eficaces, responsables e inclusivas a todos los niveles.

Serán analizados específicamente los objetivos 11 y 16, dado que el 3 y 4 están contenidos y reflejados en los mismos.

El objetivo 16 de los Objetivos de Desarrollo Sostenible propuestos en la Agenda se centra en la *promoción de sociedades pacíficas e inclusivas para el desarrollo sostenible, la provisión de acceso a la justicia para todos y la construcción de instituciones responsables y eficaces a todos los niveles*. Una de sus metas es la 16.10: Garantizar el acceso público a la información y proteger las libertades fundamentales, de conformidad con las leyes nacionales y los acuerdos internacionales (Bárcena & Prado, Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible Una oportunidad para América Latina y el Caribe, 2016).

La mitad de la población mundial carece de acceso a la información en línea, el acceso público a la misma permite a las personas tomar decisiones que puedan mejorar sus vidas. Las comunidades que tienen acceso a información puntual y pertinente para todos se posicionan mejor para erradicar la pobreza y la desigualdad, mejorar la agricultura, proporcionar educación de calidad y apoyar a las personas en materia de salud, cultura, investigación e innovación (Fariñas Acosta, 2013).

Las bibliotecas avalan el acceso a la información, una meta transversal que apoya a todos los Objetivos del Desarrollo Sostenible. Alrededor del mundo, 320.000 bibliotecas públicas y más de un millón de bibliotecas parlamentarias, nacionales, universitarias, académicas, escolares, de investigación y especializadas, se encargan de garantizar que la información y las habilidades para usarla estén al alcance de

todos, convirtiéndolas en instituciones importantes para todos en la era digital. Las bibliotecas proporcionan infraestructuras tecnológicas que ayudan a las personas a desarrollar habilidades para usar eficazmente la información y preservarla con el fin de asegurar el acceso continuo a las futuras generaciones.

Los servicios bibliotecarios contribuyen a mejorar los resultados de los Objetivos de Desarrollo Sostenible:

- Promover la alfabetización universal, incluyendo la alfabetización informativa y de medios, al igual que las competencias digitales.
- Reducir brechas en el acceso a la información y ayudar a los gobiernos, la sociedad civil y al sector empresarial a entender mejor las necesidades locales de información.
- Constituir una red de sitios de suministros para los programas gubernamentales.
- Fomentar la inclusión digital por medio del acceso a las TIC y de personal dedicado a ayudar a las personas a desarrollar nuevas habilidades digitales.
- Funcionar como el núcleo de las comunidades académicas y de investigación.
- Preservar y proporcionar acceso a la cultura y el patrimonio mundial.
- Es por ello que el objetivo 11 de la *Agenda 2030* se proyecta hacia el logro de ciudades y asentamientos humanos inclusivos, seguros, resilientes [iii] y sostenibles y entre sus metas está la 11.7 que plantea que: *de aquí a 2030, se debe proporcionar acceso universal a zonas verdes y espacios públicos seguros, inclusivos y accesibles, en particular para las mujeres y los niños, las personas de edad y las personas con discapacidad* (Bárcena & Prado, *Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible Una oportunidad para América Latina y el Caribe*, 2016). Siendo entonces la biblioteca pública uno de esos espacios en el que la tercera edad pudiera encontrar un servicio que los eduque en la solución al problema de acceso a la información.

Actualmente en el país, las bibliotecas públicas se integran al programa de la *Agenda 2030* con los recursos con los que cuentan. Cuba cuenta con alrededor de 500 bibliotecas entre la nacional, municipales y sucursales. Es uno de los países que más acciones ha subido a la plataforma de la *Agenda*. Este sistema ha servido para que otras organizaciones se integren al cumplimiento de estos.

La provincia La Habana cuenta con 24 bibliotecas: 1 provincial, 14 municipales y 6 sucursales que sistemáticamente trabajan en cumplir con los objetivos de la *Agenda*.

Específicamente en la Biblioteca Pública Provincial Rubén Martínez Villena (provincial), la cual es el órgano Rector Metodológico del Sistema de Bibliotecas Públicas

iii Capacidad para sobreponerse al cambio.

en la capital, perteneciente también a la Dirección de Información, Informática y Comunicaciones de la Dirección de Patrimonio Cultural de la Oficina del Historiador de La Habana, trabaja con recursos humanos interdisciplinarios en las diferentes áreas. Su visión está enfocada en reposicionar la institución y sus unidades de información, orientando sus servicios y actividades al desarrollo de la gestión de los recursos de información.

Por su parte la Biblioteca Pública Manuel Cofiño de Arroyo Naranjo (municipal) cuya misión es: *Centro depositario de documentos para el fortalecimiento de preservación, promoción, uso y recuperación de la información así como la potenciación del placer por la lectura y el desarrollo cultural de la comunidad a la que servimos* y la Biblioteca Pública Máximo Gómez de La Habana Vieja (municipal), cuyo objeto social es el de brindar servicios de información a la comunidad.

Desde el punto de vista metodológico estas instituciones públicas mencionadas tienen como su centro, la garantía de satisfacer las necesidades informacionales del público que las visite. También desde las mismas se realizan actividades que apoyan los objetivos de la *Agenda 2030* analizados anteriormente y que vinculan a la tercera edad y el acceso a la información. Un ejemplo es el *Desayuno con los abuelos*, experiencia de un servicio comunitario para la tercera edad.

Bajo el espíritu de la Asamblea General de las Naciones Unidas celebrada en 1991, en la cual se señaló que debían ser respetados para los ancianos los derechos relativos al acceso a los alimentos, al agua, a la vivienda, a los servicios de salud mediante la provisión de ingresos, la capacitación y el apoyo familiar y comunitario, la Biblioteca Pública Rubén Martínez Villena desarrolla un espacio de promoción de la lectura y la cultura, que ofrece a una veintena de ancianos de diferentes localidades de la capital, que acudan cada martes a encontrarse con la bibliotecaria, quien siempre los espera con una sonrisa, una humeante taza de café con leche y una nueva propuesta literaria para el disfrute individual y colectivo.

Dicho espacio utiliza en ocasiones una dinámica grupal con técnicas participativas, establece un diálogo interactivo con los abuelos. Este intercambio persigue el objetivo de activar su memoria a través de preguntas y respuestas que les permiten completar refranes, recordar personajes, filmes, canciones y libros leídos entre otras cosas. Como resultado del intercambio se pone de manifiesto el estado anímico de los adultos mayores, sus vivencias pasadas y recientes, anécdotas de la vida cotidiana. Para dinamizar aún más la realización de este espacio o actividad cultural, se han creado, dentro de la misma, diversas modalidades que permiten hacer cada encuentro más atractivo y evitar la monotonía. Algunas de estas son:

- *Encuentro con la historia*. A partir de un acontecimiento histórico o alguna efeméride significativa se promueven títulos y autores que se encuentran en los fondos bibliográficos de la biblioteca.

- *Museo interactivo*. En coordinación con las Casas Museo del Centro Histórico se trae una pieza museable a la comunidad y el especialista del museo, conjuntamente con el bibliotecario, comenta acerca de la misma y se promueven así libros o artículos relacionados con ella.
- *Visitas dirigidas* a instituciones culturales e históricas de la comunidad.
- *Charlas* sobre temas de cultura nutricional y cultura popular tradicional.
- *Narraciones orales* escenificadas de cuentos e historias cortas que integran el fondo de la biblioteca.

Todas estas actividades inclusivas y otras muchas que se realizan en diferentes bibliotecas ayudan a la integración de los ancianos y desarrollan habilidades en ellos, pero no los acerca hacia el contacto directo con las nuevas tecnologías.

El uso de teléfonos celulares y dispositivos inteligentes ha crecido vertiginosamente en Cuba. Los que tienen edades que van de los 50 a los 70 años con estudios primarios o por debajo de estos, son usuarios menos frecuentes de unos dispositivos que consideran útiles, pero con los que no se sienten cómodos, requiriendo la ayuda de familiares para poder aprender a manejarlos con cierta soltura. La personalidad, la resistencia natural al cambio, la falta de conocimiento y el hecho de que los aparatos no estén acondicionados a sus capacidades limitadas debido a la edad, como la visión, el equilibrio y la coordinación con los dedos, son factores que influyen en que muchos queden excluidos del uso de nuevas tecnologías.

Para los adultos mayores, hacer una llamada es tan simple como alzar el teléfono y marcar, siempre ha sido así, pero ahora deben desbloquear una pantalla, tener conexión o entrar a un sitio web para contactar a sus familiares; que la tecnología necesite tantos pasos para una sola acción es incomprensible y lo sienten innecesario. Pese a la resistencia que pueden presentar algunos abuelos, se considera que hay muchos adultos mayores que ven la tecnología como un medio de obtener lo que buscan en esos años de menos compromisos. Pueden comprender que son capaces de contribuir con sus familiares en ciertas tareas (escolares, por ejemplo), acceder a recetas de cocina y comunicarse.

Al tomar conciencia de este potencial, se crea motivación, se rompe la barrera del temor y asimilan la tecnología sin mayores problemas. Este no es un tema de edad, sino de interés y potencial, que se facilita con los dispositivos táctiles. Por otro lado, cuando las personas que frecuentaba un adulto mayor ya no están y éste se aísla, la brecha generacional y tecnológica se agranda aún más. En ese sentido, además de la familia, las bibliotecas públicas pueden convertirse en un actor más para lograr motivarlos y educarlos. Involucrar en todas las actividades mencionadas el uso de las tecnologías y hacerles ver que con este recurso pueden seguir siendo útiles y más independientes.

Ideas que se pueden manejar desde la biblioteca y sus espacios:

- Escoger aparatos que les sean cómodos y fáciles de manipular. Las pantallas se pueden configurar con letras más grandes.
- El adulto mayor puede aprender, entre otras cosas, a navegar en internet, leer las noticias, artículos, ver videos o películas, participar en una red social y en grupos de chat con familiares y amistades y a jugar videojuegos con los nietos.
- Ayudarlos a crear un foro o blog donde comparta su conocimiento y experiencias. Esto les ayuda a ejercitar su mente, pensando y recordando.
- Orientarlos en la utilidad de los celulares para el pago de facturas de electricidad y otras.
- Ofrecer espacios para capacitar a los ancianos en el uso de cajeros automáticos y tarjetas magnéticas.
- Capacitarlos en el uso de herramientas informáticas que le tributen a su formación desde la universidad del adulto mayor.
- Ofrecer servicios de audio libros para los que tienen problemas visuales
- Enseñarlos a confeccionar su árbol genealógico automatizadamente para ejercitar el cerebro
- De esta forma se estaría dando un paso de avance hacia las nuevas formas de consumo de información donde en función de los objetivos analizados, sea la biblioteca un centro inclusivo y de igualdad para todos.

CONCLUSIONES

- La tercera edad es una etapa de la vida en la que la capacidad de aprendizaje existe y puede utilizarse.
- La población cubana se encuentra en un acelerado proceso de envejecimiento por lo que los organismos y las organizaciones tienen que implementar servicios para estas personas.
- El uso de las tecnologías por parte del adulto mayor contribuye a su bienestar social y a su inclusión en los procesos de cambios de la sociedad en la que vive.
- Las TIC contribuyen a que los adultos mayores empleen su tiempo libre y por ende mejoren su calidad de vida.
- Las bibliotecas públicas pueden implementar servicios destinados a la alfabetización informacional dirigidos a los adultos mayores, la tercera edad y los viejos más viejos.

RECOMENDACIONES

- Aplicar el diseño del servicio en el sistema de bibliotecas públicas de la capital.

CITAS Y REFERENCIAS

- BÁRCENA, A. (2015). *La Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible: perspectivas latinoamericanas y caribeñas*. XIV Conferencia de Ministros y Autoridades de Planificación de América Latina y el Caribe, (págs. 2-28). Yachay, Ecuador.
- BÁRCENA, A., & PRADO, A. (2016). *Agenda 2030 y los objetivos de desarrollo sostenible una oportunidad para América Latina y el Caribe*.
- CREAGH PEÑA, M., GARCÍA ONES, D., & VALDÉS CRUZ, R. (2015). *Envejecimiento poblacional como reto de la ciencia, la técnica y la sociedad*. Revista habanera de Ciencias Médicas, 2-10.
- FARIÑAS ACOSTA, L. (2013). *El Economista*. Obtenido de El Economista: <http://www.eleconomista.cubaweb.cu/2013/nro459/retos-envejecer.html>
- JEREZ, L. B. (2018). Mejoramiento del nivel y calidad de vida de la población cubana. CubaAhora, 6-10.
- ONEI. (2006). Oficina Nacional de Estadística e Información de la República de Cuba. Obtenido de *Anuario estadístico de América Latina y el Caribe, 2010*: <http://www.one.cu/>
- PROSPECTS, W. P. (2018). *United Nations DESA / Population Division*. Obtenido de United Nations DESA / Population Division: <http://esa.un.org/unpd/wpp/index.html>
- RAMOS, M. L. (2012). *La influencia de las TIC en la vida del adulto mayor*. TINO, 8-12.