

***Escribir para recordar y leer para soñar:  
Prácticas literarias en la vida cotidiana del  
adulto mayor***

***Writing to remember and reading to dream:  
Literary practices in the daily life of older  
adults***

*Yesenia Huanto Mamani*<sup>1</sup>

<https://orcid.org/0009-0002-6972-1466>

***Fecha de recepción:*** 7/11/2024

***Fecha de aceptación:*** 12/03/2025

## **RESUMEN**

En la actualidad es implícito el problema de la lectura y la escritura que afecta a una parte de la sociedad, y más aún en poblaciones vulneradas como los adultos/as mayores, en este artículo nos referiremos como elemento de investigación a la “Práctica de la lectura y la escritura en la vida cotidiana del adulto mayor del centro de comedor *Casa Amandita del Adulto Mayor* de la ciudad de La Paz”, la investigación surge inicialmente a partir de una observación de la investigadora sobre la práctica de lectoescritura independiente e individual por parte de los sujetos.

---

1. Licenciada en Ciencias de la Educación, Universidad Mayor de San Andrés

\*Correo electrónico: [yeseniahuanto5@gmail.com](mailto:yeseniahuanto5@gmail.com)

Se presenta el siguiente análisis de datos a partir de las siguientes categorías: Educación permanente, proceso de la lectura y la escritura. Los resultados apuntan que la mayoría de los adultos mayores leen en un nivel medio, practican lecturas de mensajes cortos y en muchos casos revisan imágenes debido al deterioro de la vista, pero pese a eso quieren seguir aprendiendo para tener habito de la lectura y una vejez integradora con la formación de una educación permanente.

### **PALABRAS CLAVE**

Lectura, escritura, cotidianidad, educación permanente

### **ABSTRACT**

Currently, the problem of reading and writing is implicit, affecting a segment of society, and even more so in vulnerable populations such as older adults. In this article, we will address the research topic "The Practice of Reading and Writing in the Daily Life of Older Adults at the "Casa Amandita del Adulto Mayor" (Center for the Elderly) in La Paz." The research initially arose from the researcher's observation of the subjects' independent and individual reading and writing

practices.

The following data analysis is presented based on the following categories: Continuing Education, Reading and Writing Process. The results indicate that most older adults read at an intermediate level, practice reading short messages, and in many cases, scan images due to their deteriorating vision. However, despite this, they want to continue learning to foster reading habits and ensure a successful old age through lifelong learning.

### **KEYWORDS**

Reading, writing, everyday life, lifelong education.

### **I. INTRODUCCIÓN**

La lectura y la escritura son fundamental para acompañar la etapa de la vejez en los adultos mayores. Este proceso no solo se centra en tener que aprender para su formación sino al contrario es un elemento fundamental como es el área de la activación y conexión de la memoria a corto plazo y largo plazo. Mediante la práctica de la lectura y la escritura, específicas para su edad los adultos mayores

se van incluyendo en la sociedad, ya que en muchas situaciones de la vida son excluidos de manera indirecta y directa; y más aún si hoy se vive una sociedad tecnológica; lo cual, es muy importante que se vayan adaptando mediante la educación permanente. Así mismo, la práctica de la lectoescritura les permite estar conectados con las situaciones que vive la sociedad, genera espacios de debate entre pares activando la comunicación y fortalece su calidad de vida con integración participativa en la vida.

La lectura y la escritura más allá de ejercer una función comunicativa y expresiva, y ser un componente de la vida social, contribuye a desarrollar la imaginación y creatividad y hace del lector/a un ser empático, en cuanto a la escritura permite expresar las emociones, sobre todo, para estar activos con uno mismo y para continuar con la vida cotidiana.

También se presenta una intervención para la formación continua y la vinculación social de adultos mayores utilizando la lectura y la escritura. El objetivo fue desarrollar habilidades de

lectura en voz alta, reflexión crítica, escritura creativa y estimulación cognitiva. La metodología empleada fue la investigación-acción, con actividades de lectura dialógica y escritura creativa. Se logró una mejoría en las competencias comunicativas, conocimiento de textos literarios, desarrollo de la memoria, concentración y análisis, capacidad para interrelacionarse, colaboración, trabajo en equipo y expresión de sentimientos. Los adultos mayores pueden aprender y relacionarse, pero requieren espacios incluyentes donde, bajo una guía adecuada, puedan desenvolverse. (Herros & Jarvio, Fomento de lectura y escritura en adultos mayores, 2022)

La lectura y la escritura en adultos mayores les permiten seguir aprendiendo, también es un medio para relacionarse más con su entorno, generando un espacio de interacción activa con uno mismo en su cotidianidad de la vida. Permitiéndoles la oportunidad de activar la memoria y a la vez previniendo el Alzheimer ya que en la etapa de la vejez se va desarrollando o experimentando diferentes cambios físicos, biológicos y cognitivos.

Los diferentes tipos de lectura, ya sean lecturas cortas, revistas, periódicos, cuentos breves, historietas, adivinanzas, etc.; más allá de generar aprendizaje y conocimiento, les permiten estar conectados con la realidad que vive sin alejarse de la sociedad, esto debido a que la población del grupo etario de Adultos Mayores.

La educación permanente un medio fundamental que colabora a llevar adelante procesos de formación en la lectura y la escritura.

Si bien hay datos estadísticos sobre la lectura en las diferentes poblaciones y edades. Sin embargo, no hay datos específicos sobre la población de los adultos mayores en cuanto a la lectura y la escritura que realizan en la cotidianidad.

La lectura y la escritura es muy importante en la vida cotidiana del adulto mayor debido a que genera espacios de dialogo interno con el “yo” de cada individuo, la ventaja que tiene la lectoescritura es beneficiosa para llevar una vejez de calidad en la cotidianidad del adulto mayor.

De los beneficios que tiene la lectura y la escritura se puede

mencionar la más importante que previene el problema del “Alzheimer” donde se da la pérdida de la memoria o deterioro cognitivo por la poca práctica de la conexión con la vida que antes ejercían, ya que uno por la edad se va aislando dejando de lado varias actividades que realizaba, lo cual les genera una soledad interna y externa.

Aplicar espacios de educación permanente para los adultos mayores sería un beneficio para acompañar el proceso de la etapa de la vejez para una vida con calidad e integración en la cotidianidad que habitan los sujetos.

## **II. DESARROLLO**

### ***2.1. Educación no formal***

La educación no formal tiene una estructura abierta y cómoda para organizar y plantear aprendizajes continuos sin límite de edad, en este caso como lo sería en la población adulta de edades de 60 para adelante. Quienes pueden seguir un proceso de aprendizaje a lo largo de la vida con el objetivo de fortalecer sus aprendizajes activos para su calidad de vida. La educación no formal permite esa libertad de

poder preparar a todo sujeto y a lograr transformar su desarrollo de conocimiento esto a partir de su experiencia vivida.

*El término educación no formal tiene su origen en la Conferencia Internacional sobre la Crisis Mundial de la Educación, celebrada en Williamsburg, Virginia, Estados Unidos de América, en 1967. Se entiende por educación no formal el aprendizaje ofrecido fuera de los centros de educación institucionalizada y que, regularmente, no concluye con una certificación o título. Por tanto, se considera educación no formal a la actividad educativa organizada y sistemática realizada fuera de la estructura del sistema formal, para impartir ciertos tipos de aprendizaje a específicos subgrupos de la población. La educación de estas personas, con determinados conocimientos, experiencias y puntos de vista, no siempre científicos de la realidad, necesitan de un trato y una metodología especial y esto lo aporta la Pedagogía Social, cuyo principal*

*representante es Paulo Freire. (Gomes, y otros, 2021, p. 2)*

La lectura del mundo precede a la lectura de la palabra, de ahí que la posterior lectura de esta no puede prescindir de la continuidad de la lectura de aquel. Lenguaje y realidad se vinculan dinámicamente. La comprensión del texto a ser alcanzada por su lectura crítica implica la percepción de relaciones entre el texto y el contexto. Al intentar escribir sobre la importancia del acto de leer. (Freire, 1986).

En el contexto de la investigación realizada, la mayoría de los adultos mayores leen textos sencillos como ser revistas, periódicos. Realizan una práctica de la lectura independiente para lo cual se debe fomentar a un nivel alto en la práctica de la lectura y no solo por leer; sino por mejorar su calidad de vida y evitar caer en una depresión de pérdida de memoria, un problema neurológico debido a su etapa de envejecimiento.

Asimismo, Freire, hace referencia a que nadie es ignorante, ya que cada persona puede aprender de diferentes formas sin la necesidad de que tenga que

obedecer una secuencialidad de lectura, no hay barrera que límite la lectura que uno va leyendo.

## **2.2. Tipos de lectura**

- Lectura oral
- Lectura silenciosa
- Lectura superficial
- Lectura selectiva
- Lectura comprensiva
- Lectura reflexiva y crítica
- Lectura de contexto.
- Lectura literal

## **2.3. Práctica de la escritura**

Alonso Breto (2008) citado por Herros & Jarvio, menciona que muchos autores y autoras establecen una clara relación de la escritura con la terapia por las sensaciones que les procura y porque le acerca al yo interior. escribir creativamente no está restringido a quienes cuentan con una vocación literaria, bajo ciertas circunstancias, es posible realizar este ejercicio dados sus múltiples beneficios. La estimulación que en este sentido se alcance con los adultos mayores alentará su participación social y les procurará sensaciones y motivaciones por explorar. (Herros, J, 2008).

Las competencias de un adulto

mayor son la capacidad de poder identificar, crear, expresar, interpretar los diferentes conceptos, emociones, hechos y opiniones mediante la escritura, también se basa en la comunicación y un dialogo participativo entre sus pares dentro la socialización del grupo.

Uno de los beneficios de la lectura para las personas mayores es que pueden mejorar el funcionamiento del cerebro. Ya sea poesía o prosa, ficción o no ficción, las investigaciones indican que los lectores ávidos pueden experimentar muchos beneficios para la salud. Si hace tiempo que no abres un libro, he aquí algunas razones para adentrarse en una buena lectura. (CENIE, 2021)

Los diferentes beneficios que tiene la lectura para poder fortalecer su etapa del envejecimiento con calidez y calidad.

En el contexto del estudio realizado, la mayoría de los adultos mayores leen textos sencillos como ser revistas, periódicos. Realizan una práctica de la lectura independiente para lo cual se debe fomentar a un nivel alto la práctica de la lectura y no sólo por leer; sino

por mejorar su calidad de vida y evitar caer en una depresión pérdida de memoria, un problema neurológico debido a su etapa de envejecimiento.

### III. MÉTODOS Y TÉCNICAS

La metodología que se optó es un estudio de enfoque mixto de tipo descriptivo que otorga profundidad en los datos, el diseño de investigación fue de tipo no experimental de estudio de caso.

En cuanto a las técnicas e instrumentos aplicados fueron el cuestionario y la entrevista, teniendo una guía de cuestionario y una guía de entrevista fueron validados por especialistas del área.

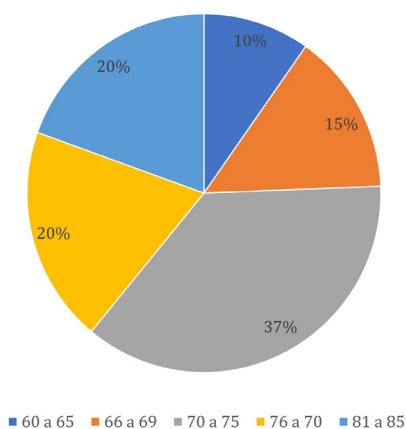
Se tuvo como población a los adultos mayores del centro de comedor “Casa Amandita del adulto mayor “donde participaron 45 adultos entre mujeres y varones. Las entrevistas fueron aplicadas a 13 adultos mayores de ambos géneros y la entrevista se aplicó a los 45 sujetos.

Como el estudio fue descriptivo, para analizar los resultados de los dos instrumentos de investigación se accedió a la estadística descriptiva.

### IV. RESULTADOS

Los resultados que a continuación se presentan pasaron por un proceso de análisis y la realización de una reflexión de la investigación, para lo cual se presentan los gráficos más relevantes del estudio de acuerdo al estudio presentado: “La práctica de la lectura y la escritura en la cotidianidad del adulto mayor del centro comedor “Casa Amandita”.

**Gráfico Nro 1: Edad de los adultos mayores**

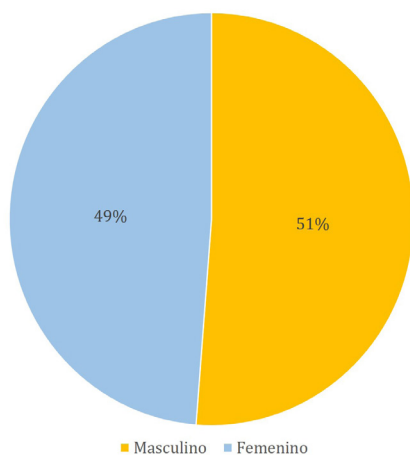


**Fuente:** Elaboración propia

En cuanto a los rangos de edades se puede señalar que el 10% representa a las personas que tenían de 60 a 65 años, el 15% estuvieron en las edades de 66

a 69 años, los que tenían de 70 a 75 años representaban al 37% de los adultos mayores, y el 76 a 81 años eran el 20%; en ese sentido se puede señalar que hay mayor porcentaje de adultos en las edades de 70 a 75 años.

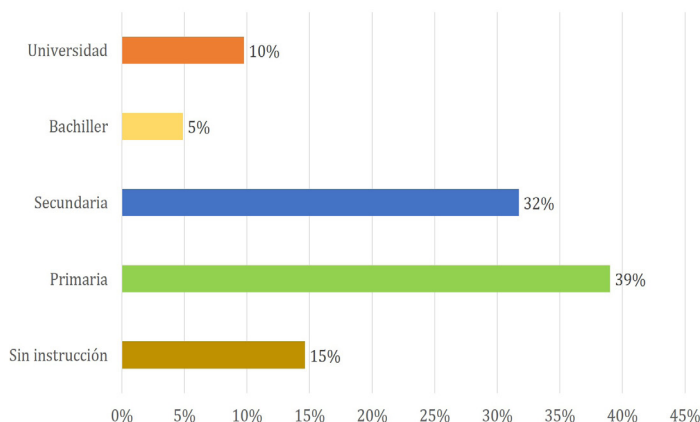
**Gráfico Nro 2: Genero de adultos mayores**



**Fuente:** Elaboración propia

Se puede ver el porcentaje de asistencia a la Casa Amandita en cuanto a genero es casi igual, siendo que el 49% son mujeres y el 51% son varones.

**Gráfico Nro 3: Nivel de estudio alcanzado**



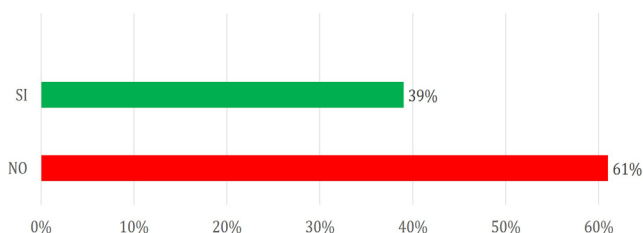
**Fuente:** Elaboración propia



Se puede ver en el grafico que el nivel de instrucción de los adultos mayores se constituye de la siguiente forma: el 15% indico que no ninguna instrucción, el 39% llega hasta el nivel primario, el 32% tiene un nivel de instrucción secundario, y el 5% concluyeron en bachillerato, y solo el 10% señalaron que tienen formación superior.

Los datos mas relevantes de nivel de instrucciones están en primaria y secundaria lo cual llegarían a sumar el 71%.

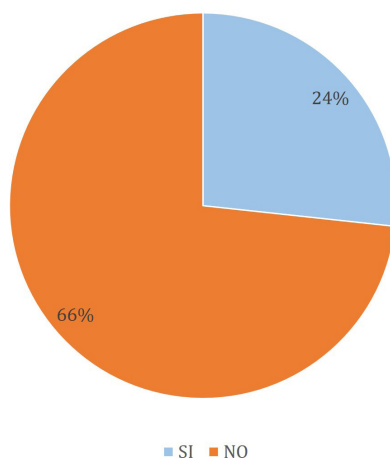
**Gráfico Nro 4: ¿Práctica alguna lectura en su cotidianidad?**



**Fuente:** Elaboración propia

En referencia a la practica de la lectura, se puede ver que el 61% no realiza esta actividad y el 39% si la realiza; estos resultados hacen inferir que los que no practican lectura se puede deber a que el nivel de instrucción educativa es muy bajo, lo cual limita esta practica que ayuda a mantener las habilidades lectoras ligadas a la activación de neuronas.

**Gráfico Nro 5: ¿Le gusta escribir?**



**Fuente:** Elaboración propia

Se puede ver en el gráfico que solo al 35% le gusta escribir y al 10% no le gusta escribir, siendo que eso puede ser a causa que las habilidades lectoescrituras fueron bajas en cuanto a la práctica, pero también el nivel de escolaridad influyó.

En cuanto a las entrevistas aplicadas se puede señalar que los adultos mayores respondieron que leen los siguientes textos: revistas, periódicos, novelas e historias todo por las imágenes y por obtener información de la sociedad; también leen en la cotidianidad como identificador de letras para apoyo emocional y distracción. Pero esta lectura se caracteriza principalmente por escritos que tienen imágenes o dibujos siendo que es más fácil para su entendimiento.

De la misma forma señalaron que el fortalecimiento de la lectura y escritura les ayuda a poder fortalecer su motricidad fina y gruesa, pero también les apoya a estar distraídos o de alguna manera poder expresar lo que sienten, aunque el porcentaje es bajo en cuanto a los que leen o escriben.

## **V. DISCUSIONES**

En referencia a la indagación que se hizo sobre la práctica

de la lectura y la escritura en la cotidianidad del adulto mayor se presenta características de la discusión como ser, el nivel de instrucción educativa alcanzada, hábito de lectura en la cotidianidad y expresión de sentimientos.

En cuanto al material de los textos se puede señalar que en la Casa Amandita cuentan con diversos tipos de escritos como libros, historietas, ensayos, cuentos, periódicos, novelas, revistas y otros, lo cual es favorable para esta población.

Asimismo, se comprende que la lectura y la escritura es fundamental para el acompañamiento del envejecimiento del adulto mayor y más aún si ellos de manera empírica reconocen que es muy importante tener un hábito de la lectura en la cotidianidad, para lo cual se deben aplicar dinámicas de lectura y escritura acordes a sus capacidades y habilidades del grupo, partir desde su realidad que habita el grupo.

También se debe aplicar una educación permanente en base a la lectura y la escritura del adulto mayor partir de la educación no formal con programas o talleres

innovadores que les permita estar conectados con la realidad de su contexto y de manera indirecta con la misma sociedad que habitan día a día.

Si bien las/los adultos mayores reconocen de manera independiente los beneficios que les trae la práctica de la lectura o la escritura en su etapa de envejecimiento y sobre todo evitando prevenir el alzhéimer o el deterioro cognitivo por la falta de ejercicio neurológico de la memoria, se debe fortacer esta practica en los diferentes entornos como el familiar, educativo no formal y social.

## **VI. CONCLUSIONES**

La lectura y la escritura es fundamental para el desarrollo del ser humano desde que nace hasta siempre con una educación permanente formal o no formal.

La etapa del envejecimiento es compleja ya que se pasa por cambios inesperados de la vida dejando de lado muchas funcionalidades que se realizaba día a día; el deterioro físico y cognitivo les va cerrando espacios de interacción y participación con diferentes entornos que frecuentaba. Sin

embargo, para no estar aislados y entrar en depresión con estos cambios se debe aprovechar las ventajas de la práctica del hábito de la lectura y la escritura en la cotidianidad. Permitiéndoles un acompañamiento integrativo con uno mismo.

La lectura y la escritura permite espaciode diálogoy comunicación con uno mismo y más aún en la etapa del envejecimiento se debe subir a un nivel alto la práctica de la lectura y la escritura en la cotidianidad del adulto mayor del centro de comedor “Casa Amandita del adulto mayor”. Los sujetos afirman leer y escribir algo de manera independiente para estar conectados con la sociedad de su contexto.

Por último, al plantear una educación permanente desde la educación no formal, permite una integración sin exclusión a ninguno de los adultos mayores, más al contrario brindándoles unos espacios de calidad de vida y vejez digna.

## **BIBLIOGRAFÍA**

- Freire, P. (1986). *La importancia de leer y el proceso de liberación*. Mexico: siglo veintiuno.
- Gomes, J., Cordova, C., & Fernandez, E. (2021). *La educacion no formal en el contexto angolano*. Dialnet,
- Herros, I., & Jarvio, A. (Enero-junio de 2007). *Fomento de lectura y escritura en adultos mayores*. *LiminaR*, XX. Obtenido de <https://www.researchgate.n>
- Herros, I., & Jarvio, A. (2022). *Fomento de lectura y escritura en adultos mayores*. *LiminaR*, 1.net/publication/356363899\_Fomento\_de\_lectura\_y\_escritura\_en\_adultos\_mayores
- Herros, I., & Jarvio, A. (2022). *Fomento de lectura y escritura en adultos mayores*. *Liminan*.