



---

**Ilustración de portada:** Detalle de Kandinsky, *Nel blu* (1925) [óleo, 80x110 cm, Kunstsammlung Nordrhein-Westfalen, Dusseldorf].

**Diseño:** Gerardo Miño  
**Composición:** Eduardo Rosende

**Edición:** Primera. Diciembre de 2009  
**Tirada:** 500 ejemplares

**ISBN:** 978-84-92613-35-9

**Lugar de edición:** Buenos Aires, Argentina

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

© 2009, Miño y Dávila srl / © 2009, Pedro Miño



Colección

SOCIEDAD, CULTURA Y DESARROLLO

---

**MIÑO y DÁVILA**  
♦ EDITORES ♦

**e-mail producción:** [produccion@minoydavila.com.ar](mailto:produccion@minoydavila.com.ar)  
**e-mail administración:** [info@minoydavila.com.ar](mailto:info@minoydavila.com.ar)  
**web:** [www.minoydavila.com.ar](http://www.minoydavila.com.ar)



# Envejecer participando

El proyecto “Entre mayores”.

Una experiencia de investigación-acción

Juan Lirio Castro

David Alonso González

Inmaculada Herranz Aguayo



**Castilla-La Mancha**



**MIÑO Y DÁVILA**  
EDITORES



# ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	11
-------------------	----

## CAPÍTULO 1

Envejecimiento activo: Estado de la cuestión .....	15
1. De las teorías de la vejez, al envejecimiento activo.....	15
2. Bases teóricas del envejecimiento activo.....	21
3. Marco Institucional y Aproximación conceptual.....	24

## CAPÍTULO 2

La participación: Herramienta clave del envejecimiento activo.....	35
1. Participación: Un concepto multidimensional .....	35
2. Programas y experiencias de participación social de personas mayores. ....	43

## CAPÍTULO 3

El proceso de participación del proyecto “Entre mayores” .....	59
1. Proyecto “Entre Mayores: Diseño y Desarrollo.....	59
2. Diseño del Proyecto .....	60
3. Metodología: El acompañamiento y la transferencia de saberes.....	66
4. Desarrollo del Proyecto Entre Mayores: Mayores en la Comunidad”	67
4.1. Presentación del Proyecto “Entre Mayores: Mayores en la comunidad” .....	67
4.2. Grupos de discusión .....	67
4.3. Actividad Formativa .....	68
4.4. Evaluación del periodo formativo.....	69

4.5. Elaboración de la Guía de Recursos socio-culturales de Talavera de la Reina.....	70
4.6. Diseño y realización de las Jornadas de difusión y presentación de la guía de recursos socioculturales para mayores de Talavera de la Reina.....	74

## CAPÍTULO 4

Justificación metodológica del proyecto .....	77
1. Introducción .....	77
2. Diseño general del proyecto: fases y procedimiento.....	79
3. Metodología de evaluación del proyecto.....	81
3.1. Perspectiva metodológica.....	81
3.2. Diseño metodológico de la evaluación.....	87

## CAPÍTULO 5

Evaluación y análisis de la actividad formativa .....	91
1. Características socio-demográficas del grupo .....	91
2. Niveles de satisfacción con la estructura general de la actividad formativa .....	93
3. Evaluación de los módulos formativos .....	94
3.1. Módulo Habilidades Sociales .....	95
3.2. Módulo de Desarrollo Comunitario y Animación Sociocultural .....	96
3.3. Módulo de Participación Ciudadana .....	97
3.4. Módulo de Envejecimiento Activo .....	98
3.5. Módulo de Métodos y Técnicas de Investigación Social: la entrevista .....	99
3.6. Valoración media del Programa Formativo.....	101
4. El profesor como variable determinante .....	101
5. Principales perfiles de valoración por edad y sexo .....	104
6. A modo de conclusión.....	107

## CAPÍTULO 6

Análisis de los discursos de los participantes .....	109
1. El escenario de partida.....	109
1.1. Las necesidades socio-culturales de la población mayor .....	110
1.2. Los proyectos dirigidos a la población mayor.....	111



1.3.	La percepción del colectivo: autopercepción e imagen colectiva	112
1.4.	Intereses y capacidades del grupo.....	114
2.	El escenario a mitad del periodo: El cambio de rol.....	115
2.1.	Proyectos y necesidades de la población mayor.....	116
2.2.	Proyectos gestionados por la población mayor.....	116
2.3.	Autopercepción del grupo.....	117
2.4.	Nivel de conocimiento del proyecto .....	118
2.5.	El proceso de cambio: debilidades y fortalezas.....	118
3.	El escenario final: La visión global del proyecto .....	121
3.1.	El discurso instrumental pasivo: Formación y aplicación práctica.....	122
3.2.	Apertura a la Comunidad: De mirar hacia dentro a mirar hacia fuera .....	123
3.3.	Empoderamiento y aumento de capacidades: Autopercepción vital de capacitación.....	124
3.4.	Deseo de participación efectiva.....	126

## CAPÍTULO 7

Conclusiones.....	129
-------------------	-----

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	137
----------------------------------	-----

ANEXO 1: Modelo de cuestionario.....	145
--------------------------------------	-----

ANEXO 2: Modelo de entrevista .....	153
-------------------------------------	-----

ANEXO 3: Calendario de entrevistas .....	157
--	-----



**D**entro de muy poco tiempo la mayoría de la población tendrá más de 50 años, y la “revolución gris” hará muy real su presencia en nuestra sociedad. Este envejecimiento de la población, fruto de los avances en la medicina y el confort de las sociedades avanzadas, se ha tendido a valorar, en numerosas ocasiones, más como un problema que como una oportunidad abierta a muchas personas que hoy en día tienen la posibilidad de participar y estar presentes en el quehacer cotidiano y colectivo por muchos más años.

Se suele creer también que la idea de la prolongación de la vida va unida a un mayor gasto sanitario y de protección social que pueda permitir la atención a las necesidades de los mayores. Este hecho podría poner en duda las previsiones de los Estados de Bienestar —máxime cuando la solidaridad intergeneracional no se ha desarrollado lo suficiente, sobre todo en el marco de los sistemas de corte más neoliberal—, pero nos asaltan dudas sobre si este coste es tan real como se quiere plantear. Las posibilidades de los mayores de hoy, mucho más sanos y en mejores condiciones, pasan también por una nueva visión del envejecimiento como una etapa plena de desarrollo evolutivo.

Consideramos, por tanto, que la calidad de vida de las personas mayores habría que medirla en cómo se actúa en relación con la participación activa de éstos en los diferentes ámbitos de la vida social, y no solo considerando la idea de fragilidad y dependencia tantas veces asociadas, de manera perversa, a este colectivo.

Creemos que la participación de las personas mayores es un claro ejercicio de ciudadanía que nace de la conciencia de que los problemas con los que convivimos en nuestra sociedad tienen soluciones, y éstas

pasan por la participación activa, y en la confianza de que esa apuesta agiliza y acelera las soluciones buscadas.

Dos de los ejes sobre los que se asienta esta cultura de la participación son los siguientes:

- *La cultura de la ciudadanía:* nos sentimos miembros de un territorio, de un contexto, de unas posibilidades que nos pertenecen, no como propietarios, sino como protagonistas de nuestra historia.
- *La cultura de la transformación:* se participa en aquello que se desea transformar. Desde esta perspectiva, la participación representa un modo peculiar de profundizar en la democracia.

Así, dentro de este ideario, tiene perfecta cabida las posibilidades de las personas mayores que actúan como ciudadanos activos y que se mueven por un futuro mejor para ellos y para su entorno.

Es, por tanto, en esa nueva participación e inclusión activa de las personas de mayor edad en donde estará la clave de hasta qué punto las sociedades modernas tienen en la integración y en el respeto a la diversidad humana el testimonio de cuáles son las características de su calidad de vida. A todo esto hay que añadir que si con tal integración y respeto a la diferencia se propicia, además, una participación efectiva de todos como escudo ante las amenazas de exclusión y dualización social, los resultados son más que positivos.

La calidad de vida, e incluso la sostenibilidad colectiva, no cabe medirse por tanto solamente con ratios económicos, sino en cómo las personas pueden sentirse como tales y cómo pueden ver que contribuyen a los destinos colectivos sin ser marginadas ni ignoradas en la toma de decisiones, ni verse limitadas en el desarrollo de unas aficiones y en la ilusión por seguir emprendiendo proyectos personales.

En este sentido de aportación social y participación de las personas mayores se orienta el trabajo que a continuación se desarrolla. El **Proyecto Entre Mayores** se presenta como una investigación y plan de intervención, cuyo fin no es otro que canalizar el potencial de acción que tienen los mayores hacia la sociedad y la mejora de la misma. Por ello, tenemos que resaltar que dicho proyecto ha sido posible gracias a la Dirección General de Atención a Personas Mayores, Personas con

Discapacidad y Personas en Situación de Dependencia, de la Consejería de Salud y Bienestar Social de la Junta de Comunidades de Castilla La Mancha –que financió este proyecto como un I + D + I “Proyecto Entre Mayores: Mayores en la Comunidad” en la convocatoria CONV08213–, que fue la continuación de una colaboración anterior firmada con el Vicerrectorado de Extensión Universitaria y del Campus de Cuenca, de la Universidad de Castilla La Mancha.

También nos gustaría mencionar que la idea, diseño y desarrollo de dicho proyecto es responsabilidad del GESED (Grupo de Investigación en Gerontología Social y Educativa de la Universidad de Castilla La Mancha) cuyos integrantes son los autores del presente trabajo.

En cuanto a la estructura del libro, cabe mencionar que además de la presentación del proyecto, la metodología y los resultados de investigación, se ponen de manifiesto los pilares teóricos sobre los que se fundamenta este trabajo.

No consideramos esta investigación sobre la participación social de los mayores como un proceso acabado, sino como un proceso en marcha sobre el que continuar indagando y generando conocimiento. Dada la importancia que en la actualidad y en un futuro inmediato tendrá –tanto para las propias personas mayores como para las sociedades– el desarrollo de proyectos e investigaciones orientadas al aprendizaje de procesos de participación, consideramos que nuestra experiencia puede resultar de interés para aquellos preocupados por un nuevo tipo de proyectos alejados de la cultura de la sobreprotección y orientados hacia el empoderamiento y mayores niveles de participación social.

Sin duda, ésta era nuestra aspiración al desarrollar el trabajo: facilitar procesos de cambio hacia mayores niveles de participación por parte los mayores y conseguir generar procesos de transferencia de saberes de estas personas a la sociedad, recurriendo a la educación como medio transformador. Quedamos satisfechos si en alguna medida hemos conseguido estos logros.

*Los autores*



# CAPÍTULO 1

## Envejecimiento activo: Estado de la cuestión

### 1. De las teorías de la vejez, al envejecimiento activo

**E**n la actualidad, los enfoques teóricos sobre el envejecimiento afirman que básicamente puede interpretarse esta etapa de la vida desde dos perspectivas. La primera alude al *modelo de vejez como déficit*, que englobaría todas aquellas teorías que de un modo u otro entienden la vejez como una etapa de espera, deterioro, improductividad y pasividad. Esto incluiría la teoría de la desvinculación, la cual supone que, llegados a esta edad, los individuos viven la necesidad de retirarse, de aislarse socialmente en una respuesta adaptativa ante el inminente suceso vital que constituye la muerte. Y también incorporaría visiones como la que aporta la teoría de la ancianidad como subcultura, que entiende la vejez integrada por un conjunto de personas con idénticos intereses y necesidades, constituyéndose en un subgrupo social y que, por tanto, solamente entre sus afines pueden sentirse cómodos.

La segunda perspectiva se ha venido en llamar *modelo de desarrollo de vejez*. Según ella, se entiende la vejez como una etapa llena de posibilidades en la que la actividad y la participación se convierten en eje central y motor de desarrollo de la persona. Este enfoque aglutinaría tanto la teoría de la actividad como el enfoque del ciclo vital, entre otras teorías sobre el envejecimiento.

Básicamente la teoría de la actividad se basa en la idea de que sólo el individuo activo puede sentirse feliz y satisfecho, dado que la falta de actividad produce apatía, pesimismo y otros efectos negativos no deseados. Esta misma teoría entiende que tras la jubilación se puede producir una pérdida de rol y de función social que, en definitiva, no

traería efectos positivos para la persona. Por ello, según esta visión, se entiende que la persona debe ocupar su tiempo en nuevos roles propios de su reciente estado, a fin de no caer en la inadaptación y en la alienación (Limón, 1997).

El enfoque del ciclo vital viene a resituar la vejez como otra etapa evolutiva más en la que se producen –como en otras etapas– pérdidas y ganancias. A su vez, el mayor en este momento vital tiene que enfrentarse a nuevos retos, que le demandan desarrollar estrategias de adaptación y cambio. En este sentido, la investigación ha demostrado que en esta etapa de la vida se desarrollan estilos característicos de pensar (pensamiento post-formal, etc.) y nuevos roles (abuelidad, etc.) que demuestran que las personas mayores continúan su desarrollo.

A la vez que encontramos dos grandes concepciones sobre la vejez en la literatura gerontológica, según Zarebski (2006) existen distintos modos de envejecer que toman en la forma individual las personas frente a este momento vital. Para esta autora, la vejez puede ser vivida como un camino hacia la sabiduría o bien hacia la anulación en tanto persona: la pérdida de la subjetividad.

Es decir, podemos encontrar personas con una actitud positiva y proactiva frente a esta etapa de la vida o, por el contrario, personas con una posición de rechazo y resignada aceptación de lo que consideran una etapa negativa y el fin de las etapas vitales verdaderamente importantes.

Monchietti y Krzemien (2000) refuerzan esta idea cuando ponen de manifiesto que más allá de las características generales de la vejez, cada sujeto atraviesa el proceso de envejecimiento de acuerdo a su biografía y, en función de ésta, al posicionamiento personal que adopte frente a este momento de vida. Este posicionamiento está determinado por el estilo de vida en la vejez. Así, según Conde (1999), la tarea de sujeto es una de las claves para poder acceder a realizar un buen proceso de envejecimiento.

Romero (2002) afirma que la manera en que se prosiga marcará las diferencias entre las personas. Mientras que en algunas personas se producen actitudes de angustia y temor; otras atraviesan la vejez con dinamismo, siendo capaces de resignificar su sentido de la vida, alcanzando un significativo grado de productividad y autogestión a través de la construcción de un proyecto personal.



Se refiere a pensar un proyecto entendido en su dimensión vital como motor de la vida humana. El proyecto se presenta como un desafío que, en tanto sea adecuado a las propias posibilidades, se convierte en un espacio y tiempo actual que brinda la oportunidad de construir una dimensión de futuro y la afirmación de esa posibilidad en cualquier etapa de la vida.

La construcción de un proyecto personal significativo se presenta como una alternativa para la promoción de un envejecimiento saludable, para que el adulto mayor transite la búsqueda de un nuevo lugar, preservando su autonomía y su continuidad identitaria, funcionando como organizador de tiempos y espacios. (Romero, 2007: 1).

Establecer vínculos basados en la confianza y en el respeto, ser reconocidos y mirados en sus semejanzas y diferencias, promueve procesos de participación que resuelven una necesidad prioritaria en la vejez: estar activos socialmente.

Para Monchietti y Krzemien (2000: 5) la vejez tampoco es definible desde la pasividad, sino que puede ser a la vez ganancia y actividad. Según sea la estructura psíquica particular y la modalidad de relación con su medio, existen ancianos que llevan un estilo de vida dependiente, así como otros que mantienen un grado importante de autonomía y actividad:

El camino hacia una vejez activa requiere de la consideración tanto de las ofertas del medio sociocultural como del estilo de vida forjado.

Tamer (1999) dice que, desde una perspectiva formativa y personalizada del tiempo libre, es válido distinguir entre una organización de carácter *centrífugo* y otra *centrípeto*.

La primera de ellas es la que privilegia todas aquellas actividades que llevan a la persona mayor a huir de sí misma, lo cual se da, fundamentalmente, por temor al vacío interior, por temor a verse enfrentado con ese vacío. Son las que llevan a “ocupar” compulsivamente el tiempo libre. En esta situación, el gran riesgo es que quieran “matar el tiempo” a través de un activismo social que disfraza más bien una concepción de desapego o separación, al mismo tiempo que se refuerza una “distracción” exagerada del sí mismo y de su tendencia a la inte-

rioridad. También puede derivar en alguna de las diversas formas de asistencialismo.

En contraposición, una organización centrípeta del tiempo libre, y por consiguiente personalizante, es aquella que la lleva hacia sí, la hace volver sobre sí. No se halla al servicio de la distracción sino de la concentración y la actividad interior. Es la que conovoca a resignificarse en su nueva realidad: consigo mismo, con los otros, con el mundo. Lleva a redescubrir “su mundo” y a re-conocer la existencia de una riqueza interior aún no manifiesta, pero con potencialidad suficiente para generar nuevos modos de expresión, nuevos estilos de vinculación generacional e intergeneracional.

Los mayores necesitan actividades que tengan sentido para ellos, que sean verdaderos estímulos en cuanto significan una forma real de pertenencia social, de participación, de expresión, de ampliar y profundizar su interés por permanecer vitales frente a su devenir personal.

Lógicamente, para poder hablar de envejecimiento activo y participación en las personas mayores, tenemos que referirnos en la teoría al modelo de desarrollo de vejez, que sería el que nos posibilita encontrar justificación teórica y evidencia empírica para plantear acciones e investigaciones que aborden este aspecto.

Es más, incluso a nivel individual, es más probable que desde una concepción de vejez posibilista, en la que la persona se lance a la búsqueda de su realización y que recurra a la actividad como herramienta de desarrollo, encontremos personas mayores que participan socialmente y estén abiertas a seguir haciéndolo.

Por el contrario, desde posiciones teóricas que conciban la vejez desde el modelo deficitario, hablar de participación en las personas mayores sería un contrasentido. Al igual que de poco servirían las políticas sociales que pretendieran conseguir una vejez activa, máxime cuando las personas conciben esta etapa de la vida como un momento de pasividad, pérdida y vacío existencial.

Por tanto, no podemos hablar de envejecimiento activo y participación social de las personas mayores en sociedades cuya concepción sobre la vejez sea esencialmente la del modelo deficitario, y en la que las personas interioricen esta visión, asumiendo posturas inactivas, negativas y caracterizadas por los mitos negativos sobre esta etapa de la vida.

Es más, lo esperable en ese tipo de sociedades es encontrar lo que los autores denominan la “cultura de la sobreprotección”, que se refiere a las actitudes que fomentan la pasividad y la pérdida de autonomía de la persona mayor, y que en muchas ocasiones, además de resultar invalidantes, atentan contra su libertad y dignidad como personas (Pardo, 2005). Enfoque también que nos remite al modelo médico que considera a las personas mayores únicamente como objetos de la intervención (Conde, 1999).

Por tanto, para nosotros, el *modelo de desarrollo de vejez*, además de un objetivo social y un deseo individual, es el que posibilitaría lo que se viene denominando envejecimiento activo. Implicaría recurrir a la participación como estrategia que habilite a las personas, y por ende a las sociedades, a canalizar el potencial de este colectivo y hacer realidad una etapa posibilista que permita el libre ejercicio de desarrollo individual y la contribución –desde sus posibilidades– en espacios y lugares para la vertebración social y, como consecuencia, el desarrollo de las sociedades. En palabras de Pérez (2002: 22):

El desarrollo de enfoques no estereotipados que permitan contextualizar el envejecimiento se plantea pues como el primer paso para la adaptación de nuestra sociedad al envejecimiento.

En esta línea, Villar (1998) indaga cómo las personas mayores podrían construir ciertas versiones de su propio envejecimiento, de modo que su propio yo sea evaluado en términos positivos.

Así, los mayores parecen desplegar un discurso sobre su propio envejecimiento que les aparta de las implicaciones negativas que el envejecimiento en sentido genérico podría tener para la mayoría de personas. Al hacer esto, creemos que están protegiendo su propio autoconcepto y alejándolo de las connotaciones que ellos mismos han afirmado que tiene el hecho de envejecer y los viejos.

Algunas de las estrategias discursivas que se aplican para lograrlo y que subyacen y se evidencian en las diferencias encontradas en función de la edad son las siguientes:

- *Diferenciación entre envejecimiento biológico y envejecimiento psicológico.* De esta manera, las personas de mediana edad, y especialmente las más mayores, tienden a concebirse psicológicamente

jóvenes con independencia de su edad cronológica y de su envejecimiento biológico. Así, enfatizan que internamente ellos no han cambiado a pesar de que su cuerpo lo haya hecho, dando especial valor a esa estabilidad con los años y sentimiento de “ser el mismo”, lo que les permite ser, en ese sentido, todavía jóvenes. Aunque conciben que pueda haber personas “psicológicamente viejas” y describen este estado, nadie se ve a sí mismo como formando parte de este grupo.

- *Diferenciación entre envejecimiento sano y envejecimiento patológico.* Las personas más mayores, a diferencia de las de mediana edad y de los jóvenes, resaltan la diferencia entre el envejecimiento sano y el patológico, la diferencia entre envejecimiento y enfermedad, autoadscribiéndose dentro del envejecimiento sano (con independencia de la salud “objetiva” que se deriva de su historial clínico).
- *Reducción de aspiraciones futuras.* Al hablar del futuro, las personas más mayores resaltan la continuidad en el estado actual como el mayor deseo para su propio futuro, enfatizando la importancia de conservar cierto número de capacidades básicas que les aleje de la incapacidad y la dependencia.
- *Vida frente a muerte.* El envejecimiento es construido mediante su oposición al final de la vida: la muerte. Ya que el envejecimiento es vida, automáticamente adquiere connotaciones positivas y se opone al polo negativo de la dicotomía, la muerte.

Si la actividad y la participación resultan, en consecuencia, aspectos cruciales en esta etapa de la vida, parece interesante aproximarse al concepto de envejecimiento activo en un intento de desentrañar a qué se refieren los autores y las administraciones al mencionarlo como ideal.

La cuestión estriba, entonces, en conocer y comprender el alcance de lo que se viene denominando “envejecimiento activo”. Pero también pretendemos encontrar o discutir qué condiciones son las que posibilitan o no la participación, así como las variables que contribuirían en mayor o menor medida en el desarrollo de ésta en los individuos. Por ello, a continuación analizaremos los aspectos y variables que los autores entienden cruciales o que están incorporados en lo que venimos llamando participación social en las personas mayores.