



FOMENTO DEL  
ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE  
A TRAVÉS DE SOLUCIONES DIGITALES



# LIMITACIONES Y OPORTUNIDADES para la actividad en la vejez

## AUTORÍA

Evangelina Olid González  
Rubén Martín Gimeno  
Carlos Bruquetas Callejo  
Javier Blanco Aguilar

2016



CONSEJERÍA DE SALUD -JUNTA DE ANDALUCÍA – SEVILLA



## Las TIC en la vida cotidiana de las personas mayores

En el presente estudio presentamos algunas consideraciones de contexto, que consideramos de utilidad para ilustrar la vida cotidiana de las personas mayores y el espacio, dentro de su esquema de prácticas, que tienen las TIC como oportunidad para una vida más activa. Tras la discusión conceptual, en que se plantea la vejez como una categoría socialmente construida, se exponen los resultados de una investigación cualitativa específica y paralela basada en aproximaciones biográficas y discursivas, en la que se trata de contextualizar, en el seno de la diversidad de situaciones vitales de las personas mayores, los posibles límites y las oportunidades para su actividad, entre ellas el uso de las nuevas tecnologías.





# ÍNDICE DE Contenidos

---

## Contenido

Las TIC en la vida cotidiana de las personas mayores.....	2
<b>1. La construcción de la vejez a partir de las políticas públicas .....</b>	<b>5</b>
1.1. La creación social de la dependencia en la vejez.....	6
1.2. Las múltiples caras del envejecimiento activo y las estrategias de promoción .....	6
1.3. El envejecimiento activo ¿utopía o realidad? .....	7
<b>2. Las personas mayores y el envejecimiento activo. Límites y oportunidades para la actividad .....</b>	<b>9</b>
2.1. Límites a la actividad: Salud, género y clase social.....	10
2.2. Límites a la actividad: relaciones familiares y autonomía. ....	12
2.3. Condiciones y uso de las Tecnologías de la información .....	16
<b>3. Resumen .....</b>	<b>20</b>
<b>Bibliografía .....</b>	<b>21</b>

# 1. **LA CONSTRUCCIÓN** de la vejez a partir *de las políticas públicas*

---



# 1. La construcción de la vejez a partir de las políticas públicas

A partir del desarrollo de las políticas sociales tras la II Guerra Mundial, la vejez cobra una importante dimensión pública. La vejez como etapa diferenciada se inaugura con el fin del trabajo y su institucionalización a partir de las pensiones, que vienen a constituir una prolongación del salario. La cultura del envejecimiento propia de las sociedades industriales se basaba en la distinción del derecho al trabajo y el derecho al no trabajo. Este esquema fordista se ha visto modificado, en la medida en que, desde finales de los setenta y ochenta hasta nuestros días, el proceso de globalización industrial y económica ha dado lugar a la profunda reconversión de asalariados en pensionistas. Por lo que la edad de retirada se adelantó en muchos sectores hasta los 55 años.

De ahí que en muchas estadísticas de jubilación se preste atención también a lo que sucede desde ese momento. A partir de los 65 se entraría en lo que los demógrafos han denominado *tercera edad* para diferenciarla de lo que sería la *cuarta edad*, una etapa medicalizada, más cerca del fin del ciclo de la vida. Se trata de construcciones sociales que tienden a crear una nueva realidad que escinde la vejez del resto de edades: los que producen y los que no; los independientes y los dependientes; los que sirven y los que no, etc.

El criterio de edad de las políticas públicas en los derechos y de deberes específicos contribuye a formar un grupo sobre la base de este criterio pero también a singularizarlo en el espacio social y político (Viriot Durandal, 2003: 16)<sup>1</sup>. Ya desde los años noventa los estudios de Arber y Ginn (1991)<sup>2</sup> en el contexto británico señalaban cómo, a veces, las políticas reformistas estigmatizan a la gente mayor con la puesta en marcha de programas de segregación por edad y políticas para combatir el “problema” de la vejez. Y cabría preguntarnos ¿cuál es el problema de la vejez? ¿Y el de la adultez? ¿Y el de la niñez? Dicho de otra manera ¿en qué medida la redefinición continua de la vejez tiene que ver con el contexto económico, político y actores implicados en su definición? ¿En base a qué planteamientos se ha edificado esa supuesta problemática?

Guillemard (1983:107)<sup>3</sup> ofrece un esquema interpretativo general de la formación y de la evolución de la política de la vejez a partir de la consideración de tres elementos fundamentales: a) los principales problemas a los que se enfrenta; b) el sistema de actores que intervienen, y c) las relaciones que mantienen entre ellos en los debates reconstruidos. Señala tres momentos (ibid: 109):

El primero, entre 1945-1960, estaría representado por la cuestión del debate sobre los medios de existencia de los trabajadores que envejecen, el desarrollo de las pensiones de jubilación y creación de la Seguridad Social. En este momento se ponen en marcha medidas sociales para los viejos más desprotegidos. Los actores sociales estarían representados por las diferentes clases sociales. La idea de poner en marcha un régimen general de pensiones contaba con la oposición de las clases medias tradicionales y las clases dirigentes.

Un segundo período, a partir de los 60, en torno a la creación de lo que se llamaría “la política de la vejez”, la cual pretende la integración social de los mayores. En este nuevo escenario “la vejez se aleja de la pobreza y la incapacidad para el trabajo” y aparecen nuevos principios de gestión “inmóvil y dependiente” surge la creación de la tercera edad y política de la vejez. El problema pasa de asegurar la subsistencia a la preocupación por el modo de vida de los mayores, en la medida que aparece una nueva población envejecida y nuevos actores. Ya no son los obreros, sindicatos y empresas los que plantean los términos del asunto, sino que las cuestiones sobre la vejez son formuladas por altos funcionarios, ciertos segmentos del Estado, instituciones especializadas en la acción social, etc.. En esta etapa la política social interviene en el terreno de la vejez.

El tercer período señalado por Guillemard, a partir de los ochenta, la agenda se centraría en las prejubilaciones, el nivel de vida y la marginalización de los trabajadores mayores. En esta fase se ponen en marcha políticas de prejubilaciones y

<sup>1</sup> Viriot Durandal, J- Ph. (2003): *Le pouvoir gris. Sociologie des groupes de pression de retraites*. Le Lien social. Puf. París.

<sup>2</sup> Arber y Ginn, (1991): *Gender and later life. A Sociological analysis of resources and constraints*. SAGE Publications.

<sup>3</sup> Guillemard, A. M. (2010): “Les politiques de la vieillesse”. In *Communications*, 7, 1983. Le continent gris. Vieillesse et vieillissement, pp. 105-123.

garantías de recursos a los desempleados mayores, siendo sus protagonistas más importantes sindicatos y patronales. Algunas de las consecuencias de esta salida forzosa del mercado de trabajo son la precarización y la marginalización de trabajadores en la cincuentena que ven cómo su derecho al trabajo ha sido fuertemente minado.

### 1.1. La creación social de la dependencia en la vejez

La condición humana nos recuerda una y otra vez la situación de dependencia a la que estamos expuestos desde el momento que nacemos. Una perspectiva individualista tiende a obviar las múltiples situaciones de dependencias: cuando nacemos, enfermamos, desfallecemos... Y también cuando perdemos el empleo, o por sesgos de género: muchos varones (físicamente capaces) declaran necesitar los cuidados y trabajo de otros para el mantenimiento de la vida, etc..

Desde esta perspectiva, la vejez es vista como etapa sin conexión con el resto de etapas del ciclo de la vida, con otras generaciones, con la vida activa, con la economía, las políticas públicas, el dinero, el bienestar, etc.. En definitiva, se configura un grupo social alejado de los macroprocesos que estructuran la vida económica y política de las personas (sean estas jóvenes o viejas), e incluso de las reglas y recursos que influyen y limitan la vida cotidiana de las personas ancianas. Por otra parte, la cuestión de la dependencia eclipsa gran parte del debate político sobre la vejez. El elevado perfil político de esta cuestión hace que reste poco espacio para temas como la autonomía, la independencia, la ciudadanía, la igualdad de género en la vejez, etc.

Guillemard (2010) plantea un enfoque alternativo, para aproximarse a la dinámica del envejecimiento en una sociedad cambiante. La vejez se entiende como producto de la evolución de las interdependencias entre tres ámbitos fundamentales: el mercado de trabajo, el sistema de protección social y la organización temporal del curso de vida. Así como la refundación de un nuevo pacto social e intergeneracional.

### 1.2. Las múltiples caras del envejecimiento activo y las estrategias de promoción

Las grandes transformaciones producidas a nivel demográfico y laboral han dado lugar a la creación de una nueva etapa de la vida que cada vez se alarga más. Trabajadores mayores que definitivamente han salido del mercado de trabajo y están lejos de la jubilación, ni son empleados ni pensionistas. Después de los años noventa el discurso normativo europeo en favor del envejecimiento activo se va integrando en las políticas nacionales. 2012 fue, en España, el año del envejecimiento activo<sup>4</sup>, en la estela de la Estrategia Europea 2020<sup>5</sup>, la cual proclama la necesidad de una mayor participación de los trabajadores mayores en el mercado laboral y señala entre su objetivo genérico el mantenimiento en el empleo del 75% de la población de 20 a 64<sup>6</sup>. Así como afrontar el cambio demográfico mejorando el crecimiento económico y la cohesión social a través de la participación de la población mayor de 50 años en la economía.

Pero ¿qué se entiende por envejecimiento activo (EA)? Esta noción abarca una pluralidad de conceptos. El concepto se desarrolló en los noventa, a lo largo de una reunión del G8 en Denver (OCDE, 2004:14)<sup>7</sup>, donde los países más industrializados del mundo establecieron los criterios demográficos, económicos y sanitarios de esta definición. Algunos de los acuerdos a los que se llegó (Mathias y Prats, 2006)<sup>8</sup> tenían que ver con: a) la reducción de obstáculos a la vida profesional; b) el desarrollo de la flexibilidad de empleo y el trabajo parcial y c) el estímulo a la formación a lo largo de la vida.

<sup>4</sup> <http://www.envejecimientoactivo2012.es/>

<sup>5</sup> Comisión Europea. (2013) Europa 2020: la estrategia europea de crecimiento, Bruselas, 2013. Disponible en: [http://ec.europa.eu/europe2020/index\\_es.htm](http://ec.europa.eu/europe2020/index_es.htm)

<sup>6</sup> Según la última EPA (III Trimestre de 2016, la tasa de empleo para dicho grupo de edad se situaba en España en el 64,5%. En Andalucía, por debajo del 75%

<sup>7</sup> OCDE (2003). A Disease-based Comparison of Health Systems: What is Best and at What Cost. OECD Publishing

<sup>8</sup> Mathias, L. y Prats, E. (2006): "Viellissement actif: comparaison des politiques publiques sur 10 pays". Institut de Recherches Économiques et Sociales (IRES), CFE-CGC. París.

## INFORME DE RESULTADOS

Años más tarde esta reflexión sobre el envejecimiento activo se orientó hacia la necesidad de repensar el esquema tradicional formación-actividad profesional- pensión. En 1999, las Naciones Unidas elaboraron un programa que tenía como tema “una sociedad para todas las edades” (Naciones Unidas, 2002)<sup>9</sup> que pretendía consensuar la necesidad de reconocer el rol productivo que podían tener las personas mayores en la sociedad.

Como señalan Mathias y Prats (2006), las políticas de envejecimiento activo cubren numerosos dominios: a) cuestiones de la **empleabilidad** (formación, gastos salariales); b) de **protección social** (indemnización del desempleo, niveles de prestación de pensiones, edad legal de entrada en la jubilación...) y c) la **salud pública**. Un cuarto elemento añadido por Alan Walker en la segunda asamblea mundial sobre el envejecimiento sería el de la **ciudadanía** que garantiza tanto a los más jóvenes como a los mayores estar integrados en la población.

### 1.3. El envejecimiento activo ¿utopía o realidad?

La OMS<sup>10</sup>, por su parte, considera que el envejecimiento activo engloba el bienestar físico, mental y social. La participación de las personas mayores en la vida económica favorecería el aumento de cotizantes a la seguridad social y ampliaría la cobertura social y sanitaria. Además, los gastos médicos se podrían reducir al tener activa a la población envejecida, y ésta tendría mejor salud, por la doble vía de la actividad física y la integración social.

El adjetivo “activo” resulta, tal vez, impreciso para analizar un universo plural, cada vez más amplio, en la medida que propone una pauta utópica de cómo envejecer feliz. Sobre todo viene a oscurecer importantes cuestiones sociales que están detrás (desempleo, desigualdades de ingresos y reparto de trabajo doméstico y de cuidados, relaciones intergeneracionales y la larga cadena de interdependencias, dificultades residenciales y geográficas para la autonomía de los mayores; etc.).

Cualquier aproximación a la vejez tendrá que romper, por tanto, la densa trama homogeneizadora que la etiqueta “edad” introduce, para abordarla en su compleja heterogeneidad. La dialéctica del envejecimiento activo se mueve en el campo del *deber ser* “productivo”, “exitoso”, “saludable”. Conceptos prometedores que habrá que poner a prueba en el campo de lo real, y plantearnos qué sentido le dan los individuos a sus actividades y qué limitaciones y dificultades existen de cara a una mayor autonomía, independencia y en definitiva a un mayor bienestar. Por ejemplo, en el ámbito del envejecimiento laboral activo habría que cuestionar los límites de la acción pública a favor del empleo de los mayores de 55 años.

Entre las dos principales necesidades de la población mayor de 65 las económicas ocupan la primera posición (57%), y evitar la soledad la segunda (37%) (Imsero, 2010: Pregunta 46)<sup>11</sup>. Su preocupación por el tiempo libre ocupa un 10%. Según la misma fuente (Pregunta 29) la retirada de la vida activa (empleo), por tanto, no se traduce en una etapa desprovista de actividad (trabajo), al contrario, un 30% de los mayores de 65 años tienen bastantes obligaciones y les falta tiempo, un 52% no tiene demasiadas obligaciones, pero tiene el día ocupado. Tan sólo un 15% dice que no tiene nada que hacer y que el día se le hace muy largo, sobre todo entre los mayores de 80 años. Las relaciones intergeneracionales y servicios prestados en las redes familiares constituyen parte de esta actividad: un 31,2% de los mayores de 65 años cuidaba de nietos en el momento de la encuesta, de los cuales un 50% lo hacía diariamente, un 45% casi todas las semanas (Pregunta 23). Cumplir 65 años no parece introducir grandes cambios en relación con las actividades que ya se realizaban (Pregunta 28). Un 40% no hace nada nuevo; un 27% incorpora como rutina el ejercicio físico, más los hombres (35%) que las mujeres (20%). Las manualidades es otra de las nuevas actividades que se hacen por primera vez (12%) más entre mujeres (16%) que entre varones (5%). Cultivar el huerto o cuidar el jardín se convierte en actividad masculina (10% frente a un 1,2%).

<sup>9</sup> NACIONES UNIDAS (2002): Informe de la Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento. A/CONF.197/9. Nueva York: Naciones Unidas

<sup>10</sup> OMS (2002). Envejecimiento activo: un marco político. Rev Esp Geriatr Gerontol, 37(S2), 74-105

<sup>11</sup> Imsero (2010): Encuesta de personas Mayores, pregunta 46. Los resultados de esta encuesta están disponibles en: <http://envejecimiento.csic.es/estadisticas/encuestas/index.html>

# 2.

## **LAS PERSONAS MAYORES** y el envejecimiento activo. *Límites y oportunidades para la actividad*

---





## 2. Las personas mayores y el envejecimiento activo. Límites y oportunidades para la actividad

Con el fin de disponer de información apropiada para hacer más eficaz el diseño de un proyecto de Plataforma Digital, se ha llevado a cabo una investigación cualitativa que trata de contextualizar, en el seno de la diversidad de situaciones de las personas mayores, los posibles límites y las oportunidades para su actividad, entre ellas el uso de las nuevas tecnologías. Más específicamente, el análisis se ha centrado en identificar los límites y oportunidades a la actividad de las personas mayores, como los autocuidados, la salud, el bienestar y su conexión con el ocio, actividades esperadas y sus relaciones sociales. Después, las limitaciones a la actividad derivadas de las relaciones familiares. Por último, repasamos la relación y condiciones de uso con las TIC, como oportunidad para un envejecimiento activo.

Conforme a las características más abiertas de las metodologías empleadas en el este estudio, la dinámica de desarrollo tanto de la reunión grupal como de la reunión grupal no estaba rígidamente preestablecida. No obstante, tanto para las entrevistas biográficas como en las reuniones grupales se establecieron los siguientes objetivos específicos, que se pueden considerar un guión temático en su desarrollo, pero en ningún caso cuestiones que deban ser preguntadas directamente:

- Representaciones sociales de la salud.
- Los frenos y motivaciones para el ‘envejecimiento activo’.
- El consumo de medios en general y la relación de las personas mayores con la tecnología de la información, el ordenador, Internet y el teléfono móvil. Examinar las condiciones alrededor de su utilización o no.
- Las oportunidades, los conflictos y las propuestas de mejora de los usuarios habituales en su interacción con las TIC. Averiguar su interés sobre temas de calidad de vida a partir de una plataforma digital y recabar cómo lograr que sea de uso fácil.
- Como se puede promover el uso mas frecuente de las TIC entre las personas mayores que apenas las utilizan.

Éste estudio se funda en un material cualitativo específico, desarrollado en paralelo a las reuniones grupales que alimentan el estudio realizado por Gimeno et al. (2016), enfocados en el uso de las nuevas tecnologías. Se recoge una serie de ideas y situaciones de interés del discurso de:

- una reunión de grupo (de las dos inicialmente diseñadas) con personas mayores (hombres y mujeres, de 65 a 75 años, asistentes a Centros de Participación Activa) de una localidad rural, y
- cuatro entrevistas biográficas a personas jubiladas (dos hombres y dos mujeres de 61 a 85 años, asistentes a Centros de Participación Activa) de un barrio popular urbano, sobre su cotidianidad, modos de vida, estado de salud y su uso de las nuevas tecnologías.

El estudio de Gimeno et al. (2016) muestra que aumenta el número de hogares y personas con acceso a un ordenador, Internet o a la telefonía móvil. En Andalucía esa difusión se extiende a todos los grupos de edad incluidas las personas mayores. Desde 2006 a 2015, entre los 65 a 74 años por ejemplo, se han multiplicado por cinco los que han utilizado Internet en los últimos 3 meses y casi se ha doblado el número de estas personas que utilizan el teléfono móvil.

Aún así, la circulación de las nuevas tecnologías entre las personas mayores no es homogénea. Si habitan en zonas rurales y disponen de un determinado nivel de ingresos hacen un uso de las nuevas tecnologías diferente a los que residen en zonas urbanas o semiurbanas.

Hay que recordar que abundan los estudios sobre las condiciones de las personas mayores a partir de categorías de edad o edad cronológica que trasladan una visión indiferenciada de la situación de este sector de población. La utilidad administrativa de esta perspectiva suele desplazar la exploración de las circunstancias y el recorrido vital alrededor de la

edad de las personas mayores y de las importantes diferencias que se generan<sup>12</sup>. El análisis que sigue va a tener en cuenta ciertas condiciones alrededor de las personas mayores y del sistema de relaciones que mantiene con su entorno, además de otros factores decisivos como la cuantía de su pensión para explicar mejor su situación.

## 2.1. Límites a la actividad: Salud, género y clase social.

A partir de las narraciones obtenidas en nuestro estudio no parece tan evidente la vinculación entre problemas de salud o dependencia y las personas mayores. Más allá de la presencia de síntomas y enfermedades, incluso del género y de los años, las autovaloraciones sobre la salud y el bienestar encarnan la conformidad de las personas mayores con su entorno doméstico y más inmediato y con la posibilidad de participar de medidas y situaciones definidas socialmente. De modo que si se dan estas condiciones, y son más o menos satisfactorias, los relatos de los mayores van a describir estados próximos o distantes a lo que se acepta como un buen estado de salud y bienestar.

*‘He trabajado, ya te digo, he trabajado, he hecho de to como en botica; he andao por los pueblos a buscar un cacho pan, pasar ríos que me iba ahogar, de todo un poco; pero aquí estoy, no me duele nada gracias a Dios hasta hoy, mañana no lo sé’ (Entrev. Mujer jubilada. Fue limpiadora, cuidadora de ancianos y ama de casa. 66 años) (Pg9)*

*‘...Que ahora, como me entró lo del tiroides pues me tuve que quitar del coro porque se me inflama las cuerdas vocales...’ (Entrev. Mujer 86 años. Pensionista. Pg.3)*

*‘...porque prácticamente no tengo ná; lo único que tengo es un poco la tensión alta eh...la pastilla y ya está (...). Por eso, que prácticamente me conservo bien (...)... voy andando y vuelvo andando entonces hago ahí un recorrido para mantenerme, así un poquito en forma, para que no me quede sentao allí en el salón viendo la tele; y claro eso es lo que yo me cuido ahora mismo; vamos que comer...mi mujer y yo estamos que no nos conviene de comer muchas grasas y muchos fritos y eso y andar todos los días; todos los días no, cada dos o tres días; depende, hora y media más o menos, que es lo que tardo en ir al parque y darle una vuelta al recinto y volver otra vez’. (Entrevista Hombre prejubilado. 61 años. Fue dependiente de comercio y Guarda seguridad. (Pg.3-9)*

*‘... Prácticamente hasta hoy, ya le digo; hace cinco años mi mujer que ha fallecido y mi vida pues prácticamente me he quedado sin amigos ninguno, ahora estoy más solo que la una(...) Tengo cervicales, tengo lumbares, tengo el sacro, tengo de to...’ (Entrev. Hombre jubilado. 66 años. Celador y Portero. (Pg. 1-2)*

Hay situaciones que parecen generar bienestar a los mayores y que se relatan con confianza, con solvencia, sobre todo si se refieren al cumplimiento de actividades valoradas socialmente, como la actividad física o disponer de relaciones sociales de calidad; por el contrario, son de reproche hacia uno mismo si no se pueden realizar.

*‘...suelo jugar al padel, eh; hago también gimnasia en el gimnasio, suelo coger la bicicleta algunos días. En fin, mi vida es más o menos deporte ahora mismo, porque me encuentro bien, soy un afortunado de que me encuentro bien...por eso hago esas cosas. Cuando hay viaje, salgo a viaje también de aquí, del centro de participación de mayores. Tengo una vida normal, y en fin creo que una vida afortunada la que yo tengo’. (Grupo Mixto. Hombre. (Pg.3)*

*‘Yo voy de viaje, juego a la petanca, al teatro, uhmmm, dos coros de navidades, en navidades que hacemos coros, que tenemos un coro aquí en el Centro... que no paramos. Nosotras no paramos’. (Grupo Mixto. Mujer 71 años. Ama de casa. (Pg.3)*

<sup>12</sup> Bytheway, B. (2005) *Ageism and Age Categorization*. Journal of Social Issues.- 61(2) pp. 361–374

## INFORME DE RESULTADOS

*‘Vivo como dice este señor a barriga llena, no doy un palo al agua; en cambio, él no tiene un problema de salud: yo los tengo todos, los suyos, los suyos... todos’. (Grupo Mixto. Mujer 70 años. Limpiadora. (Pg.4).*

Algo similar sucede con la observancia de ciertas reglas legítimas sobre autocuidados o sobre la mejor forma de alimentarse. Los mayores se sienten bien cuando eligen determinados alimentos y no otros, lo que supone además, que ellos mismos se hacen responsables del control sobre unos productos que pueden darles una vida más sana. Por el contrario, si no pueden cumplir ciertas pautas, al menos a la hora de comer, parecen haber perdido el dominio de la situación

*‘En el caso de... en el caso de mi casa, mi mujer procura de comprar lo más natural posible. Entonces, comprar lo más natural posible, aquí hay algunos hortelanos que siembran cosas que no tienen pesticidas ni cosas de esas y va dos veces por semana, el martes y el viernes y procura comprar pues,... en fin todo lo que lleva de la huerta de ella, pues lo procura comprar, procuramos de comprar. Y procuramos de comer lo más sano posible’. (Grupo Mixto. Hombre. (Pg 18).*

*‘Pues eso, que como comida todo lo sana que pueda, porque hoy, ya se sabe. Pero si venden cosas que lo crían alguien, pues lo compro. Que yo me cuido mucho, de verdura, de mucho pescao, poquita carne. Yo me tomo un chupito de aloe vera todas la mañanas en ayunas’. (Grupo Mixto. Mujer. (Pg 17)*

*‘Yo lo que me pasa es que, como vea una cosa que me guste, pierdo el control. Hasta terminar. Dice mi mujer muchas veces: “¿niño, qué vas a hacer?”. Pues ya nada, ya me lo he comido (...) ‘Ahora estuve al médico y me han sacado azúcar y todo (...) Pues ahora mismo pues las pastillas, comer más moderado, me ha dicho y que camine, que camine, que camine, que camine... para quemarla’. (Grupo Mixto. Hombre. (Pg 17).*

Una de las vías más referidas por los expertos para encauzar el tiempo de las personas mayores son las relaciones sociales y las actividades de entretenimiento. De hecho, en el perfil esperado de los nuevos jubilados, asegurar relaciones con otros y contar con un inventario de actividades frecuentes y satisfactorias, son la base del modelo del envejecimiento activo. Sin embargo este modelo será de aplicación desigual según las condiciones y la posición social de los sujetos<sup>13</sup>. Así, las personas jubiladas y los mayores de clases medias, con más recursos, podrán experimentar como próximo ese discurso en pro de actividades (construido por personas de su misma clase social para aminorar desajustes tras el abandono de la vida laboral), y sentirse capaces de reorientar sus habilidades y diversificarlas en nuevas acciones e intereses. En cambio, y según los relatos de nuestro estudio, entre los jubilados y mayores trabajadores/as manuales de clases populares, esa idea de activismo o modelo relacional encuentra más barreras para ponerse en práctica toda vez que el paso de la jubilación significa una brecha con el trabajo, y si se pierde el trabajo se pierde la actividad. Naturalmente, no decimos que el tránsito a la jubilación de los trabajadores manuales les conduzca a algo semejante a la inactividad, sino que su proceso de readaptación tiene un recorrido no comparable al de las clases medias. De hecho, a menudo la jubilación contribuye a generar situaciones de gran utilidad para los trabajadores manuales, no tanto porque vayan a reorientar antiguas habilidades profesionales, sino simplemente para beneficiarse y participar de los recursos y situaciones que ofrece su nuevo estatus. Que también sirve para relatar la necesidad de mejoras sociales.

*‘Y yo solamente, lo único... mi trabajo ha sido el campo y después me dediqué a la construcción. Me he jubilado y mi trabajo es solamente hacer mis (no se entiende...), me entretengo en mis actividades. Hago gimnasia, me vengo aquí al club y estoy un ratito y solamente eso’. (Grupo Mixto. Hombre jubilado. Pg 3).*

<sup>13</sup> Sarabia Cobo, C. M. et al (2011). *A vueltas con la jubilación*. Gerokomos Vol. 22 nº 2- Barcelona. Junio 2011.

## INFORME DE RESULTADOS

*Llevo muy poco tiempo, bueno, un año llevo jubilada. Y...mi hobbie son los viajes. Ando mucho. Yo voy andando a todos los sitios. No hago deporte. Y la casa y mis nietos y las cosas que... Pero me siento muy bien, y verás que yo ahora mismo estoy muy bien. Gracias a Dios, verás'. (Grupo Mixto. Mujer jubilada. Pgs 3-4).*

*'Bueno yo estaba deseando de que llegara (la jubilación) porque muchos años trabajao; después iba a ganar igual'(...) Aburrirme no me voy aburrir; en las casas siempre hay algo que hacer, pintar, arreglar el desconchón... por eso que aburrirme de momento no me voy aburrir porque prácticamente, ahora estos tres meses, no he hecho na porque está to hecho, pero cuando salga algo pues lo haré (...) La diferencia que veo se puede decir un poco las amistades. Que vienes aquí y ves ya otras edades diferentes; ves mucha gente mayor que es lo que veo que te tienes que adaptar a lo que te viene ¿no?; antes no, que no que vieras muchas jóvenes pero había de todo, pero ahora ya tienes que tirar como para lo mayor porque claro lo jóvenes están (...) y parece que es otra cosa'. (Entrevista Hombre prejubilado. 61 años. Dependiente y Guardia de seguridad) (Pgs- 7-8-10-4)*

*'Porque yo vivo feliz viendo yo a mi hija y a dos nietas que tengo, una con once y otra con seis; yo soy feliz, siendo ella feliz(...) Pues yo ahora me levanto me tomo mi café de eso, mi descafeinao bastante cargao y voy a echarle una mano ahora que no estoy haciendo nada pues le recojo a mi hija le tiendo la ropa si no la tendido ella se la recojo que le ayudo un poquito y ya está'.(Pg5) (Entrev. Mujer jubilada. Fue limpiadora, cuidadora de ancianos y ama de casa. 66 años). (Pg5)*

*'No tenemos teatro, no tenemos gimnasio, nada, nada. Yo de eso no tengo nada (...) Salir a los fines de semana en autobusitos por ahí, por ahí (...) La piscina con agua calentita...'. (Varios participantes. Grupo Mixto. Pgs 20-21)*

Al tiempo parece debilitarse la censura social que impedía a las mujeres realizar determinadas actividades, con lo que se refuerza su autonomía. En el grupo mixto, una mujer relata prácticas hasta hace poco desacreditadas en un hábitat rural para un estatus de viuda, como era salir de casa para ir a hacer gimnasia o salir de viaje aunque justifica con puntualidad el momento del regreso a casa ('...y ya hasta el otro día no...salgo para nada...')-:

*'Yo, pues, me levanto y me voy a la gimnasia...yo tengo poco que contar porque no...hace una año que murió mi marido y...y me meto en la casa a las 11 por ejemplo, mientras voy y vengo, y ya hasta el otro día no...salgo para nada, de ir al mercado o algo pero si no, no salgo a ninguna parte. Hasta que no coja yo el hilo otra vez (sonríe) pues ya será otra cosa, pero ahora mismo. Claro, que como ha dicho aquí este hombre, si hay algún viaje vamos y eso...' (Grupo Mixto. Mujer. Pg3).*

## 2.2. Límites a la actividad: relaciones familiares y autonomía.

La autonomía es una condición por la cual el sujeto dispone de autosuficiencia y capacidad para poder decidir sobre su propia vida y llevarla a cabo. Siguiendo a Walter (2004)<sup>14</sup> 'significa poder decidir dónde vivir y con quién, cómo vestirse, qué comer, a dónde salir, cómo administrar el dinero, planificar el futuro, hablar sobre lo que se desea y llevarlo a cabo'. Esta autora describe las condiciones alrededor de la pérdida de la autonomía personal de ciertos sectores de la población de mayores, no solo derivadas del proceso natural de envejecimiento y su manifestación biológica, sino también por otras dimensiones económicas, sociales y culturales que moldean las representaciones sociales de lo que es esperable en la vejez, y que a menudo fuerza a los mayores a cumplir determinadas reglas.

<sup>14</sup> Graciela Walter (2004). Autonomía en la vejez y derechos humanos. Trabajo monográfico para el Curso Virtual Educación para el Envejecimiento de la Revista de Psicogerontología "Tiempo". Rosario, Argentina. ISSN: 1668- 3935. Fecha de consulta: 07/1/2016. Disponible en: <http://www.psiconet.com/tiempo/monografias/autonomia.htm>

## INFORME DE RESULTADOS

Una de las causas decisivas que condicionan la independencia de los mayores son los recursos económicos: lo menguado de sus ingresos por jubilación o pensión. Llegan a producirse situaciones de angustia que profundizan el estado de vulnerabilidad. Y de no cubrirse las necesidades básicas, hay que aceptar el socorro de la red familiar (*'...quien me viste es mi hija...'*).

*'Que a mí me ha quedado 600 euros de pensión, ¿eh? Después de 50 años trabajando'* (Grupo Mixto. Mujer 70 años. Limpiadora). (Pg. 22).

*'Hombre! como está ahora la vida me parece que no es suficiente, a mí me ha quedao se puede decir unos mil euros después de llevar unos cuarenta y cinco años cotizando, y yo lo veo poco dinero...'*

(Entrevista Hombre prejubilado. 61 años. Fue dependiente de comercio y Guarda seguridad). (Pg.9)

*'Yo trabajo para mis cosas para poder...; porque yo tengo mi piso, para pagar la luz, para pagar la comunidad, el agua que lo tenemos nuestro, la contribución y hombre y para no... Quien me viste es mi hija... Pero para no vivir nada de... Quiero hacer mis cositas o cobrar algo para lo mío, pero como no tengo terminao de pagar la seguridad social... Ahora tengo los papeles echados por la Junta, porque hace seis meses que cobré la última vez que he cobrado (...) ¡Hombre! pero yo creía que esto de la Junta me iba a quedar más, pero trescientos cincuenta, ¿adónde voy yo?'*

(Entrev. Mujer jubilada. Fue limpiadora, cuidadora de ancianos y ama de casa. 66 años). (Pg. 2-3)

En sentido contrario, también se producen situaciones donde se altera la autonomía de las personas mayores por ser ellos la fuente de ingresos de la red familiar:

*'Yo gracias a Dios sueldo, tengo una paguita que me ha quedao, una paguita buena; Persona ambiciosa nunca he sido porque no he tenido... Yo, para tener para todos los días para tabaco, mi cerveza, para ir a un cine si me apetece y un mes de vacaciones cuando...Que yo me estoy ahora llevando a los niños y soy yo el que pago el chalet para mi hijo cuando están de vacaciones, estoy conforme...'* (Entrev. Hombre jubilado. 66 años. Celador y Portero). (Pg.15)

De modo que la autonomía económica y la autonomía familiar son temas que se encuentran profundamente interpenetrados. En nuestro país en mayor medida que en otros europeos, como consecuencia de un sistema de bienestar familista: las políticas sociales más usuales asumen el hogar como institución de compensación para la redistribución de los recursos (Saraceno, 1995)<sup>15</sup> (Leitner, 2006)<sup>16</sup> y el papel del estado resulta subsidiario. Lo cual sucede con relativa independencia de que en el seno del hogar se produzca efectivamente reparto. Una participante relata cómo su marido disponía a su antojo la relación de ella con la Seguridad Social. Como consecuencia, no obtuvo ninguna clase de prestación hasta el fallecimiento del marido:

*'En fin, que tenía muchas cosas [de salud], y entonces me arreglaron una paguita, en la Ronda Capuchino, ahí me la arreglaron. Pero hijo, viene un día mi marido... Como él tenía un taller, y me dice: "Mira, firma esto que te va"... Claro, yo inocente: "Firma este papel que te van a pasar a la seguridad social". Digo – "Pero si yo no pertenezco a la Seguridad Social si esto es una ayuda que me dan a mí, me dan veinticuatro mil pesetas". Entonces era dinero, yo estaba loquita y claro – "¡Qué no, qué tienes que firmar, porque tienes que firmar porque es un bien para ti, que eres una inútil que no entiendes, que no sabes". Bueno, pues firmé mi sentencia, porque al día siguiente un guardia a las siete de la mañana en mi casa que me habían dado de baja ya. (...) ¡Firmé la sentencia! Por culpa de él...'* (Entrev. Mujer 86 años. Pensionista. Pg.7)

Los estereotipos sociales sobre las personas jubiladas y mayores encuentran en la estructura familiar un entorno apropiado y desde allí se favorecen limitaciones significativas. Entre otras normas, los hijos comienzan a decidir por sus padres

<sup>15</sup> Chiara Saraceno (1995): Familismo ambivalente y clientelismo categórico. En: Sarasa, S., & Moreno, L. (Comps.). (1995). El Estado del bienestar en la Europa del sur. Colección Politeya: Estudios de Política y Sociedad, vol. 7, Editorial CSIC-Ministerio de Asuntos Sociales.

<sup>16</sup> Leitner, S. (2003). Varieties of familialism: The caring function of the family in comparative perspective. European societies, 5(4), 353-375

## INFORME DE RESULTADOS

estructurando su tiempo y entretenimiento, envolviéndoles en tareas de custodia acerca de los nietos o decidiendo si pueden o no seguir viviendo solos

*“...Ahora estoy sola; mi hija no quiere que...; o sea, ella quiere que yo me vaya y yo no me quiero ir porque en casa de mi hija en Castilleja, en la calle Real, no pasa ni un...; no he visto un pueblo más vacío que ése, está todo el mundo en su casa, pero ni uno eh!. Por la mañana, los mandaitos y ya no veo a nadie. Y yo no... Yo tengo que tener otra actividad’.(Entrev. Mujer 86 años. Pensionista. Pg.3)*

*‘...Y cuando no, me vengo aquí al centro a dar cuatro vueltas, a echar cuatro ratitos...Y un trocito de parcela que tengo y allí me distraigo. Y esa es la vida. Y gracias a Dios, lo podemos llevar, lo sobrellevamos muy bien. Pero el problema es ayudar a nuestros hijos con los nietos. De cuando no es uno, es otro, y siempre estamos pringaos (...) Mi quehacer es que me llame mi hija o mi nuera o mi hijo, “papá que mañana a las 8 tienes que estar aquí que sale el Miguel para el trabajo y yo, y yo me tengo que ir”. Entonces nos tenemos que levantar temprano para llevarle al colegio, para recogerlo después al mediodía tal vez, llevárnoslo a casa a comer...el sin vivir de nosotros es nuestros hijos’. (Grupo Mixto. Hombre jubilado. Pgs.4- 5)*

*‘De hecho cuando hay un viaje, y los tengo, no me voy porque mi hijo necesita que le eche una mano. Porque algunas veces viene más tarde del trabajo y les tengo que recoger del colegio, cosas así. O se tiene que ir una tarde a trabajar y tengo que quedarme yo. Pero vamos de eso poco, porque él procura...’ (Grupo Mixto. Mujer jubilada. Pg- 23)*

Las dinámicas domésticas parecen afectadas por las relaciones que se dan entre los padres mayores-hijos-nietos-nueras y yernos. Hay una doble tensión de intereses: entre los jubilados y mayores, que tratan de reorientar el tiempo y asegurar actividades para sentirse bien, mientras deben estar dispuestos a renunciar a ellas si sus hijos se lo piden -cuestiones ambas socialmente establecidas-; y entre los vástagos, que se aferran a la parte utilitaria de sus progenitores desplazando la compensación emocional y otros aspectos de respeto o jerarquía familiar.

*‘... Porque no nos cuidan tampoco nada. Con lo que les hemos dado nosotros a ellos (...) Que nos den cariño nada más (...) Qué nos cuiden.’ (Grupo mixto. Mujer. 71 años. Pg. 11)*

*‘Es verdad, no hemos recibido, no...no lo vamos a recibir nosotros, por supuesto. Lo que hemos puesto, no lo vamos a recibir (...) Eso descartao. Con que no se olviden de nosotros...’. (Grupo mixto. Hombre. Pg. 11))*

*‘Nosotros somos conscientes, perdona, somos conscientes de que nosotros, el futuro de nosotros es terminar, lo que estemos así buenos medio regular y demás, es terminar en una residencia, ¿eh? O sea, que no esperamos nada de ellos: ellos no van a cuidar de nosotros’. (Grupo mixto. Hombre. (Pg.11))*

Aún así, ni mucho menos todas las personas mayores se someten a la presión de determinadas situaciones sociales y domésticas y luchan por su espacio de independencia. Por ejemplo, el relato de una mujer donde reconoce que la viudedad supuso una liberación o que la decisión de ingresar a su marido en una residencia, puesto que le era imposible por sus propias dolencias ejercer de cuidadora, le ha supuesto que otros hijos y nueras le retiraran la palabra

*‘Mi jubilación ha sido muy buena, porque, mientras vivió mi marido no, porque es muy chinche y ya falleció y ahora estoy yo viviendo mi vida’ (...) ‘Mi nuera no me quiere, pero tengo de amigos y amistades que no se lo puede imaginar. Porque una dijo, me dice: “si te hace falta un bollo no te lo voy a dar”. “Ni yo te lo voy a pedir, tengo todavía dos manos para coser.” Y se han enfadado porque he metido al abuelo en la residencia cuando yo no podía ya con él, pero ella y ninguna de las dos venían a decir voy a echar una manita. Porque si ella hubiera venido una un día y otro día otra, pues mira. Es que yo podía con él, es que era un cuerpo muerto, es que estaba atrofiado todo, las piernas no podía y se me cayó cuatro veces...’ (Entrev. Mujer 86 años. Pensionista. Pg.7-6)*



## INFORME DE RESULTADOS

O el relato de otra mujer de 65 años que hace una rabiosa declaración de independencia y de la autogestión de su vida en sus relaciones con los hombres, y que llega a rechazar los espacios asignados a su grupo de edad, como es un centro de participación activa

*'...porque yo he ido a las ventas, no me la han prohibido, a todas las que ha habido. Me lo he pasao muy bien, como se suele decir. Lo pasao, pasao. No tenía que darle cuentas a nadie, decirle lo que hago y lo que no hago. No se las doy a mi hija, no se las doy a otra persona. Yo voy derecha, me parieron así y me moriré así, ni más formal ni más na... Cada uno nace así y ya está. Yo he hecho de to como en botica, pero sé estar en mi sitio' (...). 'Yo tengo que estar moviéndome... como... ¡para esto!: esto yo no valgo*

*[acudir al CPA]. Mi hija: "sácatelo, sácatelo [el carnet]"; yo no valgo, yo pa estar ahí... Yo voy al parque, yo voy andar, me voy pacá me voy pallá ¿pero yo sentá?...'(...)' Hombre, es un sitio sí, sí; el baile lo probaría, porque me gusta mucho' (...)' Sí, sí, pero yo que sé...No mayor...como te deje me vas a decir yo que sé. No me veo mayor, pa que lo entiendas...') (Entrev. Mujer 86 años. Pensionista. Pgs.9-5)*

También un hombre relata su autonomía de vida respecto a los hijos, reivindicando su capacidad para desenvolverse en buena parte de la gestión doméstica y marcando una lógica de correspondencia familiar sólo en los márgenes de situaciones invalidantes o de enfermedad:

*'Sí, yo no pierdo el contacto con mis hijos; incluso algunas de mis hijas vienen a limpiarme una vez a la semana, hacerme una limpieza...pero vamos que yo...como ellos también tienen sus hijos, tienen su familia, tienen... Yo no le doy obligaciones mientras yo pueda, porque yo gracias a Dios sé guisar, sé planchar, sé cocer, vamos que a mí no me hacen comida ni na... solamente que una limpieza más a fondo que las mujeres limpian mejor que nosotros entre comillas pues vienen y me la hacen' (...)' Ahora, que yo mientras pueda... Es lo mismo que al contrario; si yo a mis nietos, yo no voy a bregar con mis nietos, no me voy a ser cargo, a ver si me explico; a no ser que sea por una enfermedad, pero tú has traído el niño el niño es tuyo, yo no voy a estar como abuelo llevándolo a la guardería, trayéndolo y to el día pringando con los niños; digo no, los niños lo han traído al mundo tu, brega tú. Ahora cuando el niño caiga enfermo y necesite el abuelo, el abuelo va estar ahí, o uno de mis hijos, soy el primero que estoy; ahora tu trae niño (da unos golpes en la mesa) el niño lo cría tu, porque yo he criado cinco y no me ha ayudado nadie y mi madre que está ahí, que se lo puede ustedes decir ¿eh?'. (Entrev. Hombre jubilado. 66 años. Celador y Portero (Pgs. 2-14)*

Las personas mayores también se hacen valer simbolizando un apoyo para muchos de sus hijos e hijas, solucionando problemas burocráticos que los propios hijos/as generan y no saben resolver

*'Yo en este tema es al revés. Cuando ellos tienen que mover un papel oficial me llaman a mí. Mamá esto cómo va. Me han despedido, ¿cuánto me tienen que dar? ¿Esto cómo lo resuelvo?, ¿a dónde voy?, ¿a qué oficina tengo que patelear? Porque yo me he pasado patealeando 50 año;; ellos es al revés, son ellos los que me preguntan a mí qué tengo que hacer o qué paso tengo que dar para estas cosas en vez yo a ellos. Yo los molesto poquito. Muy poco'. (Grupo Mixto. Mujer 70 años. Limpiadora. Pg.34).*

Y cuentan disponer de recursos y tener soluciones para resolver problemas cotidianos (burocracias, escenarios con hijos enfermos...).

## INFORME DE RESULTADOS

*‘Yo sí tengo que hacer algo de papeles, sí. Lo arreglo y lo... vamos que yo murió mi marido, por ejemplo, y los papeles los arreglé yo todo. Que sí que me costó un mes arreglar todos los papeles pero yo no necesité decir “hacerme esto que yo no sé”. Yo sí, yo lo arreglo.’. (Mujer 3- Pg 34).*

### 2.3. Condiciones y uso de las Tecnologías de la información

Alrededor de las tecnologías, las personas mayores en principio relatan rechazo y miedo –sobre todo a Internet: compras por Internet, jamás-.

*‘Además otra cosa, comprar cosas por Internet, no me atreveré a meter ni un número, no tengo interés ¡No me fio!’ (Grupo mixto. Hombre – Pg 26)*

El recelo inicial irá perdiendo peso. La inhabilidad se justifica por no haber crecido con las TIC: es la inexperiencia lo que justifica la distancia con las tecnologías. Pero también, por la creencia de contar con cierta incompetencia casi natural para aprender, sobre todo entre las mujeres. Esta desacreditación social podría explicar porqué inciden menos las mujeres que los hombres mayores a la hora de formarse en las TIC.

*‘Yo creo que así estamos todos. Hemos trabajado desde chicos. Bueno, nosotros tenemos que trabajar porque no había otra cosa, nada más que trabajar. Nuestros padres no habían estudiado entonces no sabían lo importante que era estudiar para nosotros. No nos dieron estudios. Yo tengo el certificado de estudios primarios, es lo único que tengo. Lo saqué de noche. De noche lo saqué yo’. (Grupo mixto. Hombre 1. Pg 33)*

*‘Yo mi madre decía que las mujeres no hacía falta estudiar. No fue al colegio. Tampoco. Porque decía que las mujeres no le hacían falta de saber leer y escribir. El varón sí porque tiene que irse a la mili y tiene que escribir cartas. Pero a las hembras no. Nunca fue al colegio’. (Grupo mixto. Mujer 4. Pg 34).*

*‘En el tema de las tecnologías soy un ceporro. Tengo móvil desde el 95 y sigo teniendo uno con teclas porque no me aclaro. Yo soy una persona muy cerrada de mente y a mí eso no me entra en la cabeza. Entonces esto de intentar tocar un ordenador como que no. No sé más que tiene un ratolí (ratón en catalán) pero que al ratolí no se le da queso. Todo lo que salga de ahí en el tema de las tecnologías nuevas, negá, negá, negá’. (Grupo mixto. Mujer 6- Pg 4).*

*‘Yo voy de viaje, juego a la petanca, al teatro, uhmmm, dos coros de navidades, en navidades que hacemos coros, que tenemos un coro aquí en el Centro...que no paramos. Nosotras no paramos. Los de 70 años no paramos. (Risas) Y yo de tecnologías cero, yo no tengo nada de ná. Yo no sé nada de ná. Del móvil y de nada. Yo soy cero’. (Mujer 4- Pg 3).*

*‘Claro, que como ha dicho aquí este hombre, si hay algún viaje, vamos y eso...Yo actividades de decir...ordenador y eso, no. Porque en mi casa lo hay, mi hija lo tiene; pero yo no... El móvil sí, el móvil lo cojo pero el ordenador no’. (Mujer 3- Pg 3).*

La complejidad y la desconfianza del ordenador o Internet es el tópico que explica la inseguridad. Pero reconocen que pueden aprender. En el grupo aparece un debate significativo sobre las posibilidades de aprender y las ventajas de las tecnologías. Y parece que aprender es posible, casi necesario:

*‘Yo veo mucho el programa de Juan y Medio, porque ya tengo cierta edad también, y hombre el programa que hace, hay muchas criaturitas que salen del país colombiano de América y Sudamérica y se ven. El medio de comunicación de verse, al cabo de un año o dos años, es el ordenador. Y eso se ve, lo escucho*





*mucho. Entonces la tecnología tenemos que intentar aprender las cuatro reglas, como nuestros padres. Tenemos que intentar aprender’. (Grupo mixto. Hombre 7 – Pg 30)*

*‘Yo creo que al ir aprendiendo nosotros más tendremos más confianza en el ordenador y nos iremos metiendo en más sitios...pero con más confianza. Necesitamos confianza’. (Grupo mixto. Hombre 1 – Pg 30)*

*‘Hoy cuando le he dicho que venía aquí, dice “mamá no vayas a decirle a los señores que te digan dónde está la manivela, que los ordenadores no tienen manivela” (risas). Eso me han aconsejado’. (Grupo mixto. Mujer 6- Pg 27).*

*- Porque se pensaban que venía a un curso de formación para...para nuevas tecnologías (risas). (Moderadora Pg 27)*

*‘Siii. Sii. Me dice, mamá, ¿no le preguntes donde está la manivela, por favor!’ (Grupo mixto. Mujer 6- Pg 27).*

De modo que el grupo combina un relato de recelo y desconfianza hacia las TIC, con otro que denota interés en aprender. Aunque aceptan su inhabilidad o prejuicios, las personas mayores reconocen que a pequeña escala utiliza el ordenador e Internet en casa, participan en algún grupo de WhatsApp, utilizan la cuenta de Facebook de la esposa, piden cita médica o han acudido a clases básicas sobre informática en el centro de participación de mayores.

*‘En el centro de participación han dao clases de ordenador a personas mayores. Hemos tenido nuestros cursos’. (Grupo mixto. Hombre 7 – Pg 28)*

*‘Sí, sí. Yo. Pido cita, mi señora, nosotros pedimos cita pero no quiero aprender más para allá de donde está,...no. No me fío, soy muy desconfiado en la tecnología, no hago más ná. Si tengo que hacer algún movimiento me lo hacen mis hijas o mis hijos, y ahí no llego’. (Grupo mixto. Hombre 7 – Pg 25)* Lo que puede justificar el esfuerzo por aprender el uso de las TIC (o ganar en confianza), está relacionado principalmente con situaciones de interés afectivo y práctico. Posibilidades de autonomía y crecimiento personal, que además les permita de acortar las distancias entre familias dispersas, principalmente con hijos y nietos.

*Hombre yo creo que sí, que nos tiene que ayudar, y además, no es que nos tiene que ayudar sino que tenemos que aprender más. Porque nosotros nos tenemos que comunicar con mi nieta que tiene cuatro años me tengo que comunicar con las nuevas tecnologías. Es que no...tengo que aprender yo, ella no puede ir para atrás, tengo yo que ir para adelante’. (Grupo mixto. Hombre 1 – Pg 29)*

*‘Porque lo que está diciendo usted....puede estar hablando con su hijo y está delante del ordenador...Y viéndolo. Entonces le estás viendo las facciones que tiene, si está contento... Hombre la tecnología tendremos que aprenderla’. (Grupo mixto. Hombre 7 – Pg 30)*

*‘Ayer mismo estábamos hablando mi sobrina con el padre y se estaban viendo en el mismo, en el mismo móvil. Le estaba viendo mientras estaban hablando. Y dice mira, mira. Estuve saludando, “¡hola tío que te veo!” (risas).’ (Grupo mixto. Hombre 2 – Pg 30)*

*‘Yo pienso que hay que saber, porque no sabemos dónde van a ir los nietos, y si tienes que hablar con ellos...’. (Grupo mixto. Mujer 5- Pg 29).*



Y de orden práctico, el aprendizaje de ciertas herramientas tecnológicas podría resolver ciertas situaciones de reclusión muy relacionado con la seguridad y la protección de la salud, sobre todo en hogares unipersonales y para mayores con menor movilidad. Se valora muy especialmente la tecnología para los casos de emergencia sanitaria.

*‘Yo estoy sola verás. En que tengo a mi hija detrás pero yo me he caído en mi casa y mi hija todavía no llega a las tres de la tarde, yo, a mí nadie me recoge, ¿me entiendes? Como si me caigo en el cuarto baño, porque yo me ducho por la mañana, si me caigo en el cuarto baño y me pego un porrazo yo no tengo a quien llamar. Mi hijo está en Lora del Río y mi hija está trabajando. Hasta el mediodía no viene mi hija a las tres. Pues entonces estaría en el suelo o donde sea...hombre cuando se tiene esas cosas pues mira. Yo lo veo que es útil. Pero que verás yo todavía tengo mucho cuidao y tó y subo la escalera con mucho cuidao y dice mi hija, “mamá así subes la escalera? Pareces una persona mayor”, y yo digo, “bueno, déjalo”. Pero yo me tengo que asegurar. Porque tengo que ir a tender arriba. Yo lo veo muy bien esto cuando ya está una a lo mejor, bueno y ahora que estoy sola, porque nadie está libre de que se caiga y le pase algo’. (Grupo mixto. Mujer 5- Pg 31).*

*‘Yo tengo un aparatito en mi mesita de noche que le doy al botón y mi hija arriba pues suena y baja para abajo. En ocasiones que estoy mala’. (Grupo mixto. Mujer 3- Pg 31).*

*‘Si, para la noche. Pero si te caes en el cuarto de baño y no puedes llegar ¿qué? Porque te partas una pierna, es que...’. (Grupo mixto. Mujer 5- Pg 31).*

*‘Acostumbrarse una a llevarse una las cosas...el móvil, por ejemplo’. (Grupo mixto. Mujer 3- Pg 31).*

*Finalmente, los mayores parecen receptivos al aprendizaje del uso de las TIC por el mero hecho del conocimiento, quizás más los hombres. La posibilidad del saber, muy mermada en la infancia, suscita interés más si sirve para autoaplicarse el conocimiento (facilita la comunicación con otros, permite aprender cosas nuevas, resuelve gestiones burocráticas o de seguridad, etc.) y permite compartirlo.*

*‘A mí me han dicho, a ver si eres capaz de aprender. Vale, vale. Bueno pues mira, lo intentaré’. (Mujer 6- Pg 30).*

*‘Cuando vamos a hacer, cuando vamos a hacer algún viaje cultural de los que hace el centro, pues vamos a ir a Valladolid o vamos a ir Córdoba, Córdoba, me veo por donde vamos a ir, pero no me va. Ahora cuando hemos ido a Castilla León que estuvimos una vez, pos me meto, me saco o voy a ver las Ramblas o, me meto y saco por donde va; qué es lo que hay en las Ramblas, o en Baeza o Úbeda, que me hemos ido, o la catedral de Baeza, a ver, pero ya está, hasta ahí. Ya después me da miedo’. (Hombre 7 – Pg 25) (A propósito del uso de Internet).*

# 3.

## *Resumen*

---



### 3. Resumen

La vejez constituye un tiempo de retiro sólo desde un determinado momento histórico. La configuración de éste grupo social se atiene, por lo tanto, a una dinámica producto de la evolución de las interdependencias entre tres ámbitos fundamentales: el mercado de trabajo, el sistema de protección social y la organización temporal del curso de vida. Esta etapa de la vida no se caracteriza únicamente por la dependencia. El elevado perfil político de esta cuestión hace que reste poco espacio para temas como la autonomía, la independencia, la ciudadanía, la igualdad de género en la vejez, etc. Cualquier aproximación a la vejez tendrá que romper la densa trama homogeneizadora que la etiqueta “edad” introduce, para abordarla en su compleja heterogeneidad.

Por ejemplo, a partir de las narraciones obtenidas en nuestro estudio no parece unívoca la vinculación entre problemas de salud o dependencia y la edad. Esta es una conclusión relevante, que es habitual un perfil de personas mayores con buena salud y bienestar.

Adicionalmente, se observa un eje de clase, de modo que mayores de clases medias, con más recursos, podrán experimentar como próximo ese discurso en pro de actividades, y sentirse capaces de reorientar sus habilidades y diversificarlas en nuevas acciones e intereses. En cambio, entre las clases populares esa idea de activismo o modelo relacional encuentra más barreras para ponerse en práctica. Su tránsito a la jubilación, como proceso de readaptación, tiene un recorrido no comparable al de las clases medias, si bien a menudo resulta exitoso.

Los ingresos económicos son decisivos a la hora de construir la autonomía, también para las personas mayores. La autonomía económica y la autonomía respecto a la familia son temas que se encuentran profundamente interpenetrados. En nuestro país en mayor medida que en otros europeos, como consecuencia de un sistema de bienestar familista: las políticas sociales más usuales asumen el hogar como institución de compensación para la redistribución de los recursos.

Lo cual sucede con relativa independencia de que en el seno del hogar se produzca efectivamente reparto conforme a un modelo igualitario. Se observa una importante heterogeneidad en el peso de las relaciones de género. En algunos sectores parece debilitarse la censura social que impedía a las mujeres realizar determinadas actividades, con lo que se refuerza su autonomía. En otros, en cambio, el machismo es persistente.

Como otra cuestión donde las tensiones son evidentes emerge la relación de la persona mayor con el sistema de cuidados. No todos desean ser abuelos complacientes, mucho menos se proponen vivir con sus hijos. Pero los estereotipos sociales sobre las personas jubiladas y mayores encuentran en la estructura familiar un entorno apropiado y desde allí se favorecen limitaciones significativas.

Esta diversidad de situaciones de vejez se plasma en el manejo de TIC. Los sesgos de género y clase, a la hora de aproximarse a las nuevas tecnologías, son importante, y entre las clases populares hay quien asume cierta incompetencia para aprender, sobre todo entre las mujeres. Pero, al mismo tiempo, declaran que es posible, casi necesario.

Lo que puede justificar el esfuerzo por aprender el uso de las TIC (o ganar en confianza) son los intereses afectivos y prácticos. Las nuevas tecnologías se perciben como una herramienta que dota de posibilidades de autonomía y crecimiento personal, pues les permite un contacto cotidiano con sus familias dispersas, principalmente con hijos y nietos. De hecho, a pesar de declarar sus dificultades, utilizan el ordenador e Internet en casa, participan en algún grupo de WhatsApp, utilizan la cuenta de Facebook de la esposa, piden cita médica o han acudido a clases básicas sobre informática en el CPA.



## Bibliografía

Arber y Ginn, (1991): Gender and later life. A Sociological analysis of resources and constraints. SAGE Publications.

Bytheway, B. (2005) Ageism and Age Categorization. Journal of Social Issues.- 61(2) pp. 361–374

Chiara Saraceno (1995): Familismo ambivalente y clientelismo categórico. En: Sarasa, S., & Moreno, L. (Comps.). (1995). El Estado del bienestar en la Europa del sur. Colección Politeya: Estudios de Política y Sociedad, vol. 7, Editorial CSIC- Ministerio de Asuntos Sociales.

Comisión Europea. (2013) Europa 2020: la estrategia europea de crecimiento, Bruselas, 2013. Disponible en: [http://ec.europa.eu/europe2020/index\\_es.htm](http://ec.europa.eu/europe2020/index_es.htm)

Graciela Walter (2004). Autonomía en la vejez y derechos humanos. Trabajo monográfico para el Curso Virtual Educación para el Envejecimiento de la Revista de Psicogerontología "Tiempo". Rosario, Argentina. ISSN: 1668- 3935. Fecha de consulta: 07/1/2016. Disponible en: <http://www.psiconet.com/tiempo/monografias/autonomia.htm>

Guillemard, A. M. (2010): "Les politiques de la vieillesse". In Communications, 7, 1983. Le continent gris. Vieillesse et vieillissement, pp. 105-123.<http://www.envejecimientoactivo2012.es/>

Imsero (2010): Encuesta de personas Mayores, pregunta 46. Los resultados de esta encuesta están disponibles en: <http://envejecimiento.csic.es/estadisticas/encuestas/index.html>

Leitner, S. (2003). Varieties of familialism: The caring function of the family in comparative perspective. European societies, 5(4), 353-375.

Mathias, L. y Prats, E. (2006): "Vieillissement actif: comparaison des politiques publiques sur 10 pays". Institut de Recherches Économiques et Sociales (IRES), CFE-CGC. París.

NACIONES UNIDAS (2002): Informe de la Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento. A/CONF.197/9. Nueva York: Naciones Unidas.

OCDE (2003). A Disease-based Comparison of Health Systems: What is Best and at What Cost. OECD Publishing

OMS (2002). Envejecimiento activo: un marco político. Rev Esp Geriatr Gerontol, 37(S2), 74-105

Sarabia Cobo, C. M. et al (2011). A vueltas con la jubilación. Gerokomos Vol. 22 nº 2- Barcelona. Junio 2011.

Según la última EPA (III Trimestre de 2016, la tasa de empleo para dicho grupo de edad se situaba en España en el 64,5%. En Andalucía, por debajo del 75%

Viriot Durandal, J- Ph. (2003): Le pouvoir gris. Sociologie des groupes de pression de retraites. Le Lien social. Puf. París.



FOMENTO DEL  
ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE  
A TRAVÉS DE SOLUCIONES DIGITALES

