

## CAPÍTULO VI

### EMPODERAMIENTO Y LA REPRESENTACIÓN SOCIAL Y POLÍTICA DE LOS MAYORES

MARÍA PILAR DÍAZ CONDE  
*Profesora Contratada Doctora. Departamento de Psicología Social.  
Universidad de Granada*

#### 1. INTRODUCCIÓN

El envejecimiento de la población es una tendencia a largo plazo que se inició hace varias décadas en Europa. Como resultado estamos asistiendo a un incremento en términos cuantitativos de la proporción de personas mayores. En el caso concreto de España, los datos e índices demográficos también constatan esta tendencia. Sirva de ejemplo las proyecciones realizadas por el Instituto Nacional de Estadística que prevé que el porcentaje de población de 65 años y más, que en 2016 se situaba en el 18,7%, alcanzará el 25,6% en 2031 y el 34,6% en 2066 (INE, 2016).

Este proceso está siendo impulsado por dos causas fundamentales: la disminución de la fecundidad y el aumento de la esperanza de vida. Al tiempo que también se advierte la intensidad o el ritmo acelerado con el que se está produciendo este envejecimiento, y que obedece a que las generaciones del *baby-boom* (los nacidos entre 1957 -1977), se van haciendo mayores a la vez que las generaciones posteriores son menos numerosas por el descenso de la natalidad a partir de 1978 (Velázquez, 2015). De este fenómeno se deriva, además, que en los próximos años y de forma progresiva irá aumentando el número de personas jubiladas nacidas durante el *baby-boom* de la natalidad.

Así pues, dentro de este colectivo de personas de edad, habrá que prestar atención al grupo de jubilados. Si a la dinámica demográfica le unimos una política de empleo que sigue favoreciendo una retirada temprana del mercado laboral, el resultado es que la jubilación, entendida como experiencia personal, se pronostica como una etapa de la vida cada vez más duradera (Abellán, Ayala y Puyol, 2017).

En efecto, en los próximos años parece que los *baby-boomers* van a reforzar en términos cuantitativos el grupo de personas mayores y en especial el de mayores jubilados. Junto a estos cambios cuantitativos también se está produciendo importantes transformaciones cualitativas. En general, y a sabiendas de lo peligroso que es generalizar en este caso (Sánchez y Díaz, 2009), las personas mayores poseen un nivel de estudios cada vez más elevado (Triadó, 2013), un estado de salud que no deja de mejorar, unos niveles crecientes de autonomía e independencia personal, además poseen más capacidades personales y profesionales, más seguridad e independencia económica y mucho tiempo para disfrutarlo (Bermejo et al., 2010; Barómetro VidaCaixa, 2017).

Estos progresos no evitan, sin embargo, la existencia de ciertos riesgos en el plano psicosocial. Conviene tener en cuenta que la jubilación no sólo significa para la persona que la experimenta la salida en el mercado laboral y la aceptación de una pensión, sino que también puede implicar cambios más o menos profundos en el estilo de vida que mantenían con anterioridad. El trabajo, por ejemplo, determina el desarrollo del rol social de la persona, *“regula el ritmo y la actividad cotidiana, proporciona redes y*

*relaciones sociales, contribuye a la creatividad, ofrece significado a la acción individual e influye en la autoestima*” (Sirlin, 2007, p. 50); al tiempo que provoca un sentimiento de utilidad mientras realizan aquello que les gusta o para lo que se han formado.

Por tanto, la salida del mercado de trabajo por jubilación puede significar, entre otros aspectos, modificaciones en el estatus social, en el uso del tiempo libre, en la vinculación o participación social, además, claro está, en el potencial económico. Según el Barómetro “Retrato de un jubilado en España” elaborado por VidaCaixa en colaboración con la Obra Social "la Caixa" (2017), el 65% de los jubilados en España se ha adaptado sin problemas a esta etapa vital. Consideran que su jubilación es exactamente como la habían imaginado. Sin embargo, un 35% opina lo contrario: adaptarse les ha resultado mucho más complejo de lo que esperaban. La cuestión económica ocupa un lugar central entre sus preocupaciones, mientras que en el plano social, el 21% echa en falta la rutina y un 22% siente haber perdido reconocimiento social.

Como resultado, la experiencia personal y social de entrada en la jubilación llega a acarrear en muchos casos implicaciones tales como: sentimiento de inutilidad, deterioro del bienestar psicológico y social, descenso de la autoestima, disminución de las relaciones sociales (Sirlin, 2007; Valarezo, 2016) que pueden derivar en aislamiento y soledad (Bódalo y Caravaca, 2012).

Desde una perspectiva de género hay que añadir diferencias en el significado que tiene la jubilación. Cabe recordar que quienes poseen ahora 65 o más años fueron socializadas durante un periodo histórico en el que las mujeres resultaron discriminadas laboral y culturalmente: la mayoría no tuvieron otra alternativa que dedicarse a ser “*amas de casa*”, mientras que las que pudieron optar por un trabajo fuera del hogar se vieron obligadas a combinarlo con su proyecto familiar. Esto, a menudo, sin apoyo ni reconocimiento social, ha generado a la larga que la jubilación femenina siga siendo invisible todavía, bien porque al ser *amas de casa* es la incapacidad o la muerte quienes las jubilan o porque habiendo estado incorporadas al mercado laboral siguen ocupándose de las tareas de cuidado y labores domésticas. De hecho, en esta nueva etapa de la vida, es muy probable que se vean sometidas a una doble discriminación debida a los prejuicios relativos a su sexo y a su edad; se espera que después de haber accedido al retiro laboral se sientan comprometidas en el cuidado de los padres, por una parte, y en el cuidado de sus hijos, nietos y pareja, por otra.

La encuesta realizada por el IMSERSO en 2009 entre la población española de 65 y más años recabó información acerca de la valoración sobre la etapa de la jubilación como experiencia vital. Llama la atención, entre las respuestas obtenidas en este estudio, que tan sólo el 8,4% de las mujeres consultadas informaron vivir esta fase de su vida con mayor disponibilidad de tiempo, frente al 28,3% de los varones. Estos resultados coinciden con los obtenidos en otros estudios realizados posteriormente y que también han analizado al grupo de personas mayores y con la perspectiva de género; lo que lleva a asumir la idea de que la mayor parte de las mujeres no se jubilan nunca, al continuar realizando las funciones y tareas asignadas –social y culturalmente- a su rol y, aún muy presente en la actualidad (Rodríguez et al, 2013, IMSERSO, 2016).

Por tanto, en el colectivo de mujeres, la ausencia de responsabilidades laborales no lleva emparejada especialmente una ausencia o reducción de responsabilidades familiares

(Rodríguez et al, 2018). Siendo los varones quienes con la jubilación encuentran una oportunidad de tiempo libre mayor frente a ellas. Ello sugiere la necesidad de considerar académica y socialmente el fenómeno de la jubilación desde una perspectiva de género.

La insuficiente valoración social no evita, sin embargo, que para ambos sexos la jubilación conlleve también otros efectos a nivel psicosocial. Con la jubilación, las personas se rodean de imágenes negativas y falsos estereotipos que las vinculan como demandantes de recursos y empleando el tiempo en actividades informales poco valoradas en el ámbito social (Sánchez, Trianes y Blanca, 2009). Con la jubilación, las personas pasan de ser activas o productivas a “dependientes del Estado” (Herrera y Guzmán, 2012). Escarbajal y Martínez (2012, p.249) señalan en este sentido, que:

*“La sociedad por una parte demanda respeto y el reconocimiento por la aportación de los jubilados a la sociedad y por sus derechos civiles y políticos, pero también retira a los jubilados del sistema productivo, los arrincona y los mantiene al margen de todos los procesos sociales, condenándolos al aislamiento, a la marginación y la exclusión”.*

En atención a lo cual, la jubilación, tanto para los hombres como para las mujeres, significa, en la mayoría de los casos, dejar de participar activamente en la vida social y política, y la sociedad, por su lado, no ha conseguido proporcionarles aún un estatus social acorde con la experiencia adquirida a lo largo de su vida profesional. Al mismo tiempo, mientras que en otros períodos de la vida son definidos socialmente por normas, roles y expectativas de conducta, cuando se accede a la jubilación, los estereotipos y representaciones sociales que envuelve a este colectivo de edad se verán reflejados en los roles desempeñados por hombres y mujeres en las distintas esferas de la vida, así como en las expectativas sobre su comportamiento (Amaral, 2018).

En consonancia con los estereotipos y roles de género asumidos, para ellas se refuerza la idea de que las responsabilidades y los roles que se esperan de las mujeres al acceder a esta etapa se ciñan, fundamentalmente, al ámbito privado y al cuidado de los otros. En esta línea, estudios internacionales concluyen que el cuidado de las personas ancianas (80 o más años) con problemas de salud recae fundamentalmente en las mujeres, sean esposas, hijas o nueras (Schmid, Brandt y Haberkern, 2012; Haberkern, Schmid y Szydlik, 2015).

En este contexto, y en sintonía con las políticas que promueven un envejecimiento activo y saludable, se hace necesario desmontar esta visión de los mayores como personas no activas o improductivas para la sociedad, además de personas más frágiles y dependientes que el resto de grupos de menor edad (Valerezo, 2016; Orozco y López, 2016) y construir otra que les beneficien y no impliquen pérdidas en ninguno de los sentidos. A la par que la sociedad pueda también beneficiarse de estas personas por su contribución, no sólo en el ámbito privado, sino en el social (OMS, 2015).

En esta línea de argumentación, Durán (2007, p. 1) viene a decir que:

*“... el énfasis en el componente costoso de la atención pública a los mayores, y dependientes en particular, la concepción pasiva o receptora de ellos, ha minusvalorado su actividad, los beneficios que podrían derivarse y de hecho se derivan de su empoderamiento”.*

## **2. NUEVO PLANTEAMIENTO. EL EMPODERAMIENTO COMO BASE PARA UN ENVEJECIMIENTO DE CALIDAD.**

Comencemos este apartado con evidencias. La Fundación Pilares tiene una línea de investigación abierta desde hace algunos años y con la que se pretende dar respuesta a *cómo son, qué hacen y qué piden las personas mayores que vienen*. Entre los resultados obtenidos hasta ahora, merecen mencionar los siguientes:

- Se ha roto la estructuración del ciclo vital de las personas en torno a las tres fases clásicas de formación, empleo y jubilación. A la vez que se aprecia una nueva fase vital entre la adultez y la vejez que afecta a la construcción social sobre la jubilación y por extensión sobre la vejez.
- Tras la jubilación, las personas trazan más bien una trayectoria de continuidad con su anterior vida y de repliegue hacia la familia mientras sus anhelos de participación social que contemplan el aprovechamiento de su experiencia en beneficio de la comunidad se van difuminando al no encontrar cauces y causas que les satisfagan.
- Las personas que van a incorporarse ahora a la jubilación o acaban de hacerlo rechazan ser categorizadas por su edad y no se identifican con los roles atribuidos a la “vejez”, que chocan con sus propias expectativas,
- El estudio constata, además, que han quedado invalidadas las viejas teorías sobre la jubilación elaboradas por Atchley (pérdida de autoestima y de valor social), Guillemard (muerte social), Rosow (el rol vacío de roles) o Rose (teoría de la subcultura), mientras que prevalece y se fortalece el concepto de generatividad propuesto por Erikson, en el sentido de reconocer el valor que tienen la experiencia y los conocimientos de las personas que se jubilan y la posibilidad de transmitirlo como legado a las generaciones jóvenes.
- Sus proyectos vitales están muy marcados por la libertad de elección y la madurez adquirida a lo largo de la vida, cualidades con las que no contaban en la vida adulta. Aspiran a que sea un momento de gran equilibrio entre las demandas sociales y las expectativas personales.
- Buena parte de las personas del grupo de edad 50-69 años, y que formaron parte de la muestra, se sienten inclinadas a llevar a cabo acciones de participación social como una actividad colectiva y de corresponsabilidad con las instituciones; sin embargo, esta posibilidad se ve lastrada por discursos que lo dificultan (especialmente la imagen degradada y marcada por el asistencialismo que todavía impregna al mundo del voluntariado) y por falta de programas que orienten finalmente estos impulsos hacia el terreno de la participación, lo que hace que la tendencia hacia el compromiso social de un número importante de personas no llegue a materializarse.

De acuerdo con estas conclusiones, la jubilación ya no representa, en la mayoría de las ocasiones, un elemento clave en la transición de la vida adulta a la vejez. A su vez, no implica necesariamente la pérdida total o parcial de las capacidades físicas o mentales; por el contrario, la jubilación se experimenta actualmente como una transición a una etapa de la vida con más años por delante y en mejor salud, por lo que las capacidades reales de continuar activos son mayores (Gómez León, 2013).

Por tanto, la jubilación no parece ser hoy en día sinónimo de desvinculación de la vida activa. Como ya hemos comentado, quienes ahora se están preparando o acaban de llegar al momento de jubilarse están en condiciones muy diferentes a las que se vienen describiendo con respecto a sus predecesores: tienen buena salud, pensiones cada vez más altas, un nivel cultural mayor por la incorporación de personas con estudios medios o superiores y empiezan a manejar con destreza las nuevas tecnologías, entre otras. Sin embargo, no parece que estemos suficientemente preparados para responder a las expectativas de las nuevas personas mayores (Rodríguez, 2017).

Pero con la llegada de nuevas generaciones de personas jubiladas y prejubiladas que enfocan el proceso del envejecimiento con una actitud diferente, cada vez más son las que desean ser reconocidas por sus contribuciones, no sólo dentro del ámbito familiar o personal, sino en la vida comunitaria. Para ello, se hace necesario promover nuevas iniciativas de participación en el ámbito social y que contribuyan, al tiempo, a abandonar los mitos negativos existentes (Amorós et al, 2006). En efecto, la jubilación no ha de significar para las personas una reducción de sus derechos como ciudadanos, sino una oportunidad de poder ser socialmente activas y tener las mismas posibilidades que cualquier otro grupo social para realizarse como personas autónomas, con proyectos y con ilusiones.

A este respecto, no cabe duda de que vivimos en un país democrático dónde partimos de un marco jurídico que no restringe la participación de las personas en función de su edad. En nuestra Constitución, en el artículo 9.2, señala que *“los poderes públicos han de facilitar la participación de todos los ciudadanos en la vida pública, económica, cultural y social”*. Junto a éste merece citarse la Carta de los Derechos Fundamentales de la UE (2000/C364/01), en cuyo artículo 25 relativo a los derechos de las personas mayores, la Unión reconoce y respeta el derecho de las personas mayores a llevar una vida digna e independiente y a participar en la vida social y cultural.

Dentro del marco sobre políticas de envejecimiento, son numerosas las iniciativas que insisten, desde hace años, en la productividad de las personas mayores y su contribución a la sociedad después de la jubilación. A modo de ejemplo, en el marco de la *“Declaración Política y el Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el Envejecimiento”* (Naciones Unidas, 2003), cabe hacer alusión al artículo 10 cuando señala que:

*“El potencial de las personas de edad es una sólida base para el desarrollo futuro. Permite a la sociedad recurrir cada vez más a las competencias, la experiencia y la sabiduría que las personas de edad aportan, no sólo para asumir la iniciativa de su propia mejora, sino también para participar activamente en la de toda la sociedad”*. (Naciones Unidas, 2003, pág.5).

Y al artículo 12:

*“Las expectativas de las personas de edad y las necesidades económicas de la sociedad exigen que las personas de edad puedan participar en la vida económica, política, social y cultural de sus sociedades. Las personas de edad deben tener la oportunidad de trabajar hasta que quieran y sean capaces de hacerlo, en el desempeño de trabajos satisfactorios y productivos, y de seguir teniendo acceso a la educación y a los programas de capacitación...”* (Naciones Unidas, 2003, pág.5).

Asimismo, el documento “La aportación de la UE al envejecimiento activo y la solidaridad entre generaciones”, publicado por la Comisión Europea en 2012, dice que el envejecimiento activo significa principalmente tres cosas, entre ellas: “*Debe facilitarse la ciudadanía activa mediante entornos que canalicen la aportación a la sociedad que pueden realizar los hombres y mujeres mayores*” (Comisión Europea, 2012, p. 5).

Sin embargo, que en la actualidad se disponga de estos instrumentos vigentes acerca de los derechos de los mayores de participar en la vida social, no ha supuesto todavía que sean reconocidos por todos. Curiosamente se reconoce el potencial de las personas mayores, pero también el fracaso de proteger estos derechos.

Y como muestra de esta situación nos puede servir el siguiente párrafo extraído de una de las ponencias del III Congreso Estatal de Personas Mayores, celebrado en mayo de 2009:

*Al considerar el tema, siempre sugerente, de la participación, cabe preguntarse: ¿cuál es la participación de las personas mayores en la sociedad? La respuesta, para ser coherentes con la realidad, tan solo puede ser una: que es múltiple y variada. Otra pregunta que surge, de inmediato es ésta: ¿es importante esa participación? Podemos decir que lo es. La aportación de los mayores es considerable. De lo que ya no estamos seguros es de si es realmente apreciada. La impresión mayoritaria que tienen los mayores es que no está reconocida ni valorada en la misma proporción del esfuerzo realizado y ni siquiera se constata su eficacia* (Ponencia A: Envejecimiento y Participación, p. 2, punto 5).

Algunos años después habría que preguntarse si se ha producido algún cambio de tendencia significativamente apreciable. Al parecer, no. Y una prueba de ello lo encontramos en el contenido del informe de 2018 de la Agencia Europea de Derechos Fundamentales. En este informe se reconoce la necesidad de pasar de un enfoque de la vejez centrada en “déficits” que crean necesidades, a otra más amplia, asentada en un enfoque del envejecimiento basado en los derechos. Se trata, en definitiva de

*“Una oportunidad para que la UE y los Estados miembros ofrezcan resultados concretos en materia de promoción e implementación de los derechos de las personas mayores, que son una parte importante del capital humano y tienen el potencial de contribuir sustancialmente a todos los aspectos de la vida”* (Fundamental Rights Report, 2018, pp. 3)

Así pues, se hace necesario poner el énfasis en otros conceptos que aporten una visión más positiva del envejecimiento y que pongan de manifiesto todas las capacidades que tienen y que pueden desarrollar los mayores; esto es, dar a conocer que existen otros mecanismos alternativos que pueden contribuir a alcanzar un envejecimiento activo de calidad (Falagán, 2018); o dicho de otro modo, que los mayores actuales, salvo aquéllos que hereden los valores de la vejez tradicional, puedan hacer valer quiénes son y lo que hacen (Sánchez y Díaz, 2009).

Iacub y Arias (2010) hacen hincapié en el concepto de *empoderamiento*<sup>1</sup> en la vejez y realzan su importancia en el incremento del bienestar y la calidad de vida de los

---

<sup>1</sup> Ej. Sánchez Vidal, A., 1991, 160

mayores. En su trabajo se analizan diversos factores que generan procesos tanto de desempoderamiento como empoderamiento durante el envejecimiento. Entre ellos y como condicionantes del primero, aluden a la representación social negativa acerca de la vejez y los modelos que, a partir del uso del poder, se proponen a los mayores. Por su parte, y como generadores del empoderamiento, presentan las representaciones positivas acerca de la vejez, la participación comunitaria y la conformación de variadas redes sociales.

El capítulo “Vivir participando y construyendo la sociedad” del Libro Blanco de Envejecimiento Activo en Andalucía (2010, p.295) empieza diciendo:

*“Porque envejecemos mejor si tomamos parte de forma activa en nuestro propio proceso de envejecimiento, es decir, si nos implicamos en la toma de las decisiones que van a afectar cómo envejecemos. Algunas de esas decisiones son individuales pero otras muchas tienen que ver con otras personas, con la comunidad o con la sociedad en la que vivimos y de la que formamos parte. Por eso, la participación ...(de la que hablamos)... es social y nos pone en relación con esas otras personas que también envejecen. Además, al calificar esta participación de activa queremos decir, entre otras cosas, que participamos para hacer algo al respecto de nuestro envejecimiento; y con nuestra participación activa aportamos lo que podemos -ideas, tiempo, experiencia, capacidades, críticas, etcétera- para mejorar nuestro envejecimiento y el del resto de conciudadanos...”*

Esta idea la podríamos perfectamente asociar con lo que argumenta Pardo (2017) cuando dice que el empoderamiento se podría definir como el proceso por el que atribuimos a una persona capacidad y competencia para llevar a cabo cambios a nivel personal y social. A nivel personal, empoderamos a la persona dejando que haga uso de su capacidad de elección y decisión. Tomar decisiones por la persona mayor aunque sea “por su bien”, implica despojarla de esa capacidad, de ese poder, lo que la convierte en una persona incapaz y cada vez más dependiente. A nivel social, el empoderamiento se encuentra a la hora de formar parte de la comunidad, de integrarse en ella y participar de ella. Concepciones falsas acerca de la vejez, que excluyen a las personas mayores de la vida social, generan igualmente incapacidad y dependencia.

Hombrados y Gómez (2001), por su parte, utilizan este concepto como “potenciación o incremento del poder” y consideran que la participación social y la “potenciación” son dos términos relacionados ya que a través de la participación los individuos pueden lograr el control sobre sus circunstancias y sobre su propio desarrollo psicosocial. Asimismo señalan:

*“la participación social se convierte en el modo a través del cual las personas acceden y controlan los recursos e implica tanto la toma de conciencia colectiva como el compromiso individual de las personas. El contacto con instituciones, asociaciones, grupos de autoayuda, etc. son formas de participación social que se han mostrado influyentes a la hora de crear sentimientos de pertenencia a la comunidad y ejercer un efecto positivo sobre la salud”* (Hombrados y Gómez, 2001, p.62).

En un marco más amplio e institucional, Naciones Unidas reconoce la participación voluntaria en organizaciones sin ánimo de lucro, grupos de caridad y comunitarios como una poderosa fuerza para el empoderamiento, el desarrollo humano y de la ciudadanía (United Nations, 2011).

A la luz de estas precisiones, empoderar a las personas mayores promocionando sus derechos fundamentales, especialmente el derecho a la participación, las capacita para vivir en contacto con la tendencia general de la sociedad, considerando que así pueden mantener, e incluso mejorar su nivel de funcionamiento psicosocial. En efecto, las personas, cuando acceden a la etapa de la jubilación disponen del recurso de la participación social voluntaria para hacer desaparecer sentimientos negativos de exclusión, favorecer su protagonismo en el ámbito social, fomentar la relación intergeneracional, mantener e incluso aumentar el número de relaciones sociales y la calidad de las mismas y mejorar su imagen en la sociedad.

### **3. ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE QUE LOS MAYORES (JUBILADOS) PARTICIPEN?**

Al tratar sobre la participación social de las personas jubiladas podemos considerar, de acuerdo con Alcalá (2000), los siguientes principios:

*Principio de actividad:* las encuestas realizadas a jubilados en diferentes lugares y países reflejan la satisfacción y el equilibrio personal de las personas activas, ya que la actividad y la participación van a ser los recursos adaptativos más importantes para la persona ya jubilada en la interacción que mantenga con el medio. Esto es, la actividad es beneficiosa por las muchas implicaciones que supone para la definición social de los jubilados.

*Principio de utilidad:* En una sociedad considerada mayoritariamente materialista no sorprende que quienes no aportan directamente a la economía sean considerados poco valiosos. Sin embargo, las personas comprometidas en la comunidad más allá de la edad de jubilación crean capital social (United Nations, 2011; Rodríguez et al. 2013). No olvidemos que hoy en día las personas acceden a la jubilación con mayor cualificación y experiencia, condiciones que pueden hacerles muy útiles en su participación como transmisores de habilidades y conocimientos. El barómetro del CIS de noviembre de 2017 incluyó algunas cuestiones relacionadas con las motivaciones que pueden tener alguien para hacerse voluntario/a; pues bien, el 39% de los mayores de 65 años señalaron que “sentirse útiles” tiene mucha importancia, y para el 43%, bastante importancia.

*Principio de la no-desvinculación social:* Con la jubilación se produce un cierto grado de aislamiento social al perder el trabajador su grupo de referencia –los compañeros y compañeras de trabajo-, a la vez que se tienden a reducir los ámbitos de actuación externa, por lo que las relaciones se concentran más en la familia o en los amigos más allegados. No obstante, cada vez más, estas personas, cuando atraviesan la barrera de la jubilación, desean relacionarse, compartir conocimientos, experiencias o actividades con personas de de la misma o diferente generación, intervenir en la vida comunitaria o asumir otro tipo de responsabilidades sociales (Montoya, 1998). Con este interés que caracteriza cada vez más a las personas que se jubilan, la participación es, sin duda, la respuesta más eficaz contra la desvinculación.



*Principio de opcionalidad:* La libertad de elección de la actividad participativa constituye el principio básico de la participación de los mayores. Son diversas las posibilidades de participación en la sociedad. Optar por una vía u otra va a permitir siempre compartir intereses y objetivos comunes.

*Principio de independencia:* La participación refuerza y estimula un mayor grado de independencia y autonomía en las personas en general.

En resumidas cuentas, la estrategia de la participación social puede significar mantener a la persona jubilada integrada en la sociedad, ya que la actividad productiva puede cambiarse por la actividad social, sin olvidar, claro está, la contrapartida psicosocial que ésta puede llevar asociada tal y como varias investigaciones han puesto de manifiesto (Dávila y Díaz-Morales, 2009; Hill y Turiano, 2014).

#### **4. ¿DE QUÉ ESPACIOS DE PARTICIPACIÓN SOCIAL ESTAMOS HABLANDO?**

Rodríguez et al, (2013) en su libro “Las Personas mayores que vienen. Autonomía, Solidaridad y Participación Social “, estructuran la actividad participativa de las personas mayores en tres campos o espacios de participación social: cuidados y apoyos informales, participación en actividades de ocio y cultura y desarrollo de la acción cívica y voluntaria.. El primero sería característico de quienes se mantienen al margen de la participación social abierta. Es decir, los individuos permanecen encerrados o *ensimismados* con respecto a la integración social, hallándose desconectados de los vínculos sociales abiertos o con muy escasa participación. Es el caso, por ejemplo, de las personas que cuando se jubilan se refugian en la familia, dedicándose a actividades como el cuidado de los padres ancianos, la ayuda de los hijos, cuidado de los nietos, o ayudas espontáneas dirigidas a miembros próximos de la comunidad (familia, amigos o vecinos). Son personas con tendencia al retraimiento en el ámbito doméstico o, a lo sumo, al entorno vecinal.

La necesidad de mantener un vínculo más abierto con el entorno social, nos conduciría a un segundo espacio de participación social: aquel en el que los jubilados pueden mostrar unas pautas de actividades que supone, por ejemplo, llegar a integrarse en un grupo de personas que no conocían previamente, pero con el que les une la necesidad de encuentro relacional o de ocio compartido.

Por último, cabe mencionar un tercer espacio para la participación que está considerado como el de mayor “utilidad o interés social”: facilita la vinculación social pero no como un simple mecanismo para entablar relación como fin último, sino para conseguir determinadas metas objetivas que no pueden lograrse ni de forma individual ni grupal, sino asociada. No referimos a actividades de participación social desarrolladas por las personas mayores en organizaciones de voluntariado y de tipo cívico. Se trata de la máxima expresión del envejecimiento activo, ya que suponen, conforme a Rodríguez et al (2013), importantes valores añadidos tanto para las personas (salud, bienestar, crecimiento personal) como para la sociedad (cohesión social, solidaridad, creación de redes sociales). Su importancia es tal que las políticas sociales han prestado creciente atención a esta dimensión mediante su reconocimiento, apoyo e integración en la acción

política y, de manera particular, al desarrollo de las organizaciones voluntarias de todo tipo: solidarias, culturales y cívicas.

De los tres espacios de participación social que se propone, es el primero donde se concentra la mayor parte de la actividad diaria de estas personas. Y lo confirmamos fijándonos en la Encuesta de Empleo del Tiempo 2009-2010 (INE, 2011), donde se indica que los mayores de 65 años disponen a diario de siete horas de tiempo libre, de las cuales, el 93,6% de los encuestados dedican casi cuatro horas diarias de media a ver TV, el 86,6% dedica cuatro horas diarias de media al hogar y a la familia, el 61,8% dedica dos horas diarias de media a la vida social y a la diversión y, un 52,4% dedica dos horas diarias de media a deportes y a actividades al aire libre. Así pues, podemos afirmar que las personas jubiladas, en general, no se desvinculan de la realidad social en la medida en que mantienen vínculos y relaciones sociales con grupos informales próximos, tales como son la familia, los amigos o los vecinos. Por otro lado, muchas de estas personas prestan una importante ayuda a sus hijos, bien sea económicamente, o bien, cuidando de los nietos. No obstante, limitar la participación social al contexto familiar, sin negar la satisfacción que suele obtenerse del mismo, puede conducir al individuo a situaciones de aislamiento, debilitamiento o desinterés progresivo por el desarrollo social. La superación de este marco de participación hacia el entorno exterior implica buscar conexiones o relaciones sociales fuera de la familia o grupo de amigos.

A la vez, este colectivo de personas también tiene acceso a los llamados *Centros de participación Activa, Centros Sociales u Hogares*. Estos centros representan, hoy por hoy, un espacio privilegiado para fomentar la relación grupal de los jubilados y tener nuevas oportunidades de ocio y entretenimiento, siendo además un espacio social sin el cual las posibilidades de relación serían mucho menores. Sin embargo, dan respuesta solo a una parte de las expectativas de las personas mayores y a muchas menos de las que están cerca a la edad de la jubilación (Rodríguez et al., 2013).

Asimismo, los mayores contribuyen en la sociedad a través del movimiento voluntario o en actividades asociativas. Precisamente la Estrategia Estatal de voluntariado 2010-2014, establece como uno de sus objetivos el de la *promoción de la incorporación de personas mayores al voluntariado, como instrumento de envejecimiento activo* (Estrategia Estatal de voluntariado 2010-2014, pp. 38) a la vez que propone fomentar el voluntariado intergeneracional para reducir estereotipos negativos sobre éstas.

Pese a de este esfuerzo, se estima que el 9% de las personas mayores de 65 y más años participan en actividades de voluntariado a través de alguna organización, asociación o agrupación. Este porcentaje se sitúa en el 10,7% en el conjunto de la población total y en el 11,6% en el grupo de edad previo al de las personas de más edad (45-64 años) (INE, 2015). Estos resultados coinciden con los señalados en otros informes que basan sus resultados en datos que proporcionan los barómetros del CIS y en los que se concluyen que las personas de más edad participan en actividades de voluntariado en menor medida que los más jóvenes (Rodríguez et al. 2018).

En cuanto al ámbito en el que se concentran las asociaciones en las que participan las personas mayores, los datos indican que las de caridad o de apoyo social son las más populares en este grupo de población (10,2% frente al 9% de la población total), le siguen las asociaciones culturales y de ocio (9,1% frente al 8,7% de la población total).

Más alejada queda la participación en un club o asociaciones deportivas (4,3% frente al 8,4% de la población total), en organizaciones pacifistas, de derechos humanos, de comercio justo, etc. (2,5% frente al 2,7 de la población total), quedando entre las últimas, las relativas a partidos políticos, sindicatos, organizaciones ecológicas y asociación de empresarios (1,5%, 0,7%, 0,3% y 0,2%, frente al 2,1%, 2,9%, 1,5% y 0,7% de la población total, respectivamente) (CIS, 2017).

Así pues, las personas mayores tienden a ejercer, mayoritariamente, un voluntariado de actuaciones de caridad o de ayuda social y un voluntariado cultural y de ocio; y en menor medida, una participación en partidos políticos o asociacionismo de carácter medioambiental, pacifista, de derechos humanos, etc. Pero con todo, las personas mayores tienen todavía una escasa participación en el ámbito del voluntariado.

A pesar de este análisis, se prevé que la llegada progresiva de personas a la etapa de la jubilación, con una mayor esperanza de vida saludable y con mayores recursos sociales, económicos y personales a su alcance, favorezca el aumento del voluntariado senior. Esto es, que las personas mayores se incorporen cada vez más al voluntariado y de una manera estable y consolidada (Estrategia Nacional de Voluntariado 2010-2014).

Así pues, el voluntariado se presenta como una forma de ocupar la nueva disponibilidad de tiempo, por ejemplo, de las personas jubiladas, a la vez que se presenta como una oportunidad para continuar aprendiendo, incrementar su implicación en asuntos públicos y contribuir a su empoderamiento.

Ahora bien, si el peso demográfico de este grupo de población ha aumentado y se pronostica que va en aumento en los próximos años, a la vez que muchas de estas personas mayores quieren mantenerse activas, contribuir y aportar a la sociedad, ¿acaso no se hace necesario favorecer el protagonismo de las personas mayores en el ámbito de representación política?. Mientras las personas mayores dependan de la Administración en aspectos concernientes en lo social, en lo económico, en lo sanitario y en otras muchas cosas, no cabe duda, se mantendrá una imagen de las personas de edad como sujetos pasivos de políticas asistencialistas. Sin embargo, asistir a espacios de participación donde se les tengan en cuenta sus opiniones, formar parte en la toma de decisiones, y sobre todo, acerca de todos los aspectos que les conciernen, les va a suponer, cuanto menos, dejar de ser meros receptores de actuaciones decididas por terceras personas y superar ciertos estereotipos asociados a su edad.

Por supuesto que en los últimos años, los poderes públicos han tenido muy en cuenta todas las recomendaciones y las conclusiones emanadas de los Congresos Estatales de Personas Mayores y la opinión de los representantes en el Consejo Estatal de Personas Mayores. Sin embargo, en uno de estos Congresos, el celebrado en 2009, una reflexión al respecto fué:

*Un hecho que no puede pasar desapercibido a ningún observador curioso de la realidad, es la escasa participación activa de las personas mayores en la política en contraste con otras épocas más lejanas en las que brillaban su prudencia y su eficacia en la tarea encomendada...En el importante y decisivo capítulo de la vida política, la sociedad no parece confiar demasiado en los valores que pueden aportar los mayores. Todo lo contrario de lo que pasaba antaño, donde los Consejos de Ancianos eran muy estimados y requeridos por las sociedades de entonces, y de los que emanaban las ideas que permitían y posibilitaban la gobernabilidad de los pueblos.... Todo menos jugar*

*con la ficción de la participación. Que alguien nos explique la razón por la cual no hay una genuina representación de las personas mayores en órganos tan importantes y decisivos, después de haberlo demandado desde hace tiempo, como el Pacto de Toledo o el Consejo Económico y Social (Ponencia A: Envejecimiento y Participación, p. 5, punto 18 y 19).*

Casi diez años después, la impresión parece no haber cambiado demasiado. En el informe de Mayores UDP (2018) “*Peticiones de la personas mayores al Gobierno y a sus representantes políticos*”, cuando se consulta a la población mayor española para que enuncie una petición al gobierno y a los partidos políticos, resulta que el 27,5% de las personas mayores selecciona como principal demanda en el ámbito de la participación ciudadana “que los mayores tengan representación en el Consejo de Estado” y un 26,3% “que las asociaciones de mayores estén en el Pacto de Toledo”.

Con estas orientaciones, ¿podemos corroborar, tal y como afirma Zubero (2018), que la posibilidad de que las personas mayores se conviertan en un factor político influyente está muy lejos de realizarse?. Quizá tengamos que atender a las distintas formas de participación política que pueden estar ejerciendo las personas mayores, y entre ellas, otras formas de participación que se están abriendo en la actualidad, para poder responder a esta cuestión.

## **5. PARTICIPACIÓN POLÍTICA DE LOS MAYORES. ALGUNOS DATOS**

Weiner (1971, citado en Dabbagh, 2018) recoge una definición amplia del concepto de participación política, entendiendo que ésta tiene un carácter voluntario, que puede ser organizada o no, intermitente o continua, y que se encamina a influenciar en las políticas públicas y en la elección de los líderes políticos. Por tanto, al hablar de participación política, en general, nos referimos al conjunto de acciones cuya función es la de influir y que intentan hacerlo dentro del ámbito público.

Atendiendo a esta definición, dentro de las posibles expresiones de participación política disponible están, entre otras, votar, participar a través de un partido político o participación sindical, plataforma de acción u otra organización, firmar para hacer una petición en una campaña de firmas, participar en una manifestación, entre otras. (Dabbagh, 2018).

Según el barómetro del CIS (2018), sólo el 3,5% de los mayores de 65 años (frente al 5,1% de la población general) señalan la opción “estar muy de acuerdo” en estar mejor informado/a sobre políticas que la mayoría de la gente. Y el 20% (frente al 24,6% de la población general), señalan estar “de acuerdo”. Con estos datos ¿podemos advertir que el nivel de interés de las personas mayores hacia la política es más bajo que el de la población en general?. Quizá, con ciertas reservas, estos datos nos indican un cierto distanciamiento respecto a la política; no obstante, este posible distanciamiento no se refleja en el momento de su participación en el voto. En el citado barómetro se refleja que el 86,1% de las personas de este segmento de población acudió a votar y votó en las elecciones generales de 2016, frente al 81,5% de la población con edad para votar; apenas unas décimas por debajo del tramo de edad que se sitúa entre los 55 y 64 años (el 86,9%).

En cuanto a la participación en partidos políticos, los datos revelan que un 1,5% de la población de 65 y más años pertenece y participa activamente en un partido político, un 2,1% en el caso de la población en su conjunto. De manera que la participación de los mayores se sitúa por debajo de la media de la población total así como por debajo del tramo de edad de 55 a 64 años, que lo hacen un 3,3% (CIS, 2017). Pero, ¿acaso este tipo de participación no es también baja en el conjunto total de la población?.

Sin embargo, nuevas iniciativas de carácter político-representativo en forma de partidos<sup>2</sup> por parte de los mayores (¿para concurrir a próximas convocatorias de elecciones?) han surgido recientemente. Son los casos del “Partido de Jubilados y Pensionistas de España” (PJPE) y “Tercera Edad en Acción”. El PJPE centra su lucha en los derechos de los pensionistas y, afirman, no intervendrá en ninguna otra circunstancia social o política. En cuanto al Partido Tercera Edad en Acción, su finalidad es la revalorización y sostenibilidad de las pensiones en el futuro. Son partidos que, conforme argumenta Zubero (2018), se construyen en torno a la condición de persona jubilada o pensionista de la persona mayor y con el sesgo que implica en cuanto a género, clase social y estatus laboral.

Por otro lado, y en lo que respecta a su participación en organizaciones sindicales o asociaciones empresariales, los datos ponen de relieve que el 0,7% de los mayores de 65 años encuestados pertenece y participa activamente en un sindicato, el 0,5% pertenece y participa activamente en un colegio profesional y el 0,2% pertenece y participa activamente en una asociación de empresarios/as. Estos datos no extrañan al tratarse de participación en organizaciones y/o asociaciones vinculadas al ámbito laboral, por lo que se sitúan por debajo del porcentaje para el conjunto de la población (2,9%, 2% y 0,7%, respectivamente); y también por debajo del segmento de edad de 55 a 64 años (4,6%, 1,8% y 0,5%, respectivamente) (CIS, 2017).

No obstante, en España, ya se cuenta con entidades comprometidas en pro del empleo, la igualdad, la no discriminación y los valores éticos y de responsabilidad social de los trabajadores senior. Sirva de ejemplo las siguientes iniciativas:

---

<sup>2</sup> Fuente: elPlural.com. “Los mayores llegan a la política con dos nuevos partidos, martes, 9 de octubre de 2018. Consultado en: [https://www.elplural.com/politica/pensionistas-crean-partido-jubilados-pensionistas-de-espana-y-tercera-edad-en-accion\\_204344102](https://www.elplural.com/politica/pensionistas-crean-partido-jubilados-pensionistas-de-espana-y-tercera-edad-en-accion_204344102)

Asociación Observatorio del Trabajo Senior 45+. Una Asociación que apoya a las personas de más de 45 años de edad que desean continuar trabajando y que recuerda a las instituciones que el derecho al trabajo está consagrado en nuestra Constitución.

La Asociación mYmO es una entidad de innovación social sin ánimo de lucro que apuesta por el Talento Senior y el Diálogo Intergeneracional. Diseña y desarrolla, entre otros, acciones de innovación y formación para organizaciones que apuesten por la gestión de la edad y diversidad generacional.

Foro LideA, que aglutina a 11 organizaciones de la Sociedad Civil (de personas mayores, empresariales, tercer sector y científicas), e impulsan el liderazgo de las personas mayores en la sociedad.

Plataforma Cívica contra la Discriminación por la edad, propone reivindicaciones por la igualdad ante la edad y eliminar las barreras a la edad. Reivindican el currículum “ciego” y la igualdad de oportunidades ante el trabajo.

Empresas de formación y Agencias de Colocación comprometidas con el impulso positivo al Trabajo de los Senior en pro de la igualdad de oportunidades, la no discriminación laboral y la promoción del talento en el tejido profesional en España. Entre ellas, INNOVA Profesional Centro Técnico, Empleándose.com, ATPERSON formación para el empleo, CEI & Languages, Centro de Formación EDUCA y High Tech Formación.

Pero más allá de participar en una convocatoria de elecciones a través del voto o a través de un partido o asociaciones como las mencionadas, existen otras acciones más concretas en las que también se pueden expresar la acción política y social de las personas mayores. Por ejemplo, en forma de participación en manifestaciones o movimientos de protesta. En este caso, investigaciones como las de Blanche-Tarragó y Fernández-Ardèvol (citado en Ahmed-Mohamed, 2017), el grupo de personas mayores han tenido visibilidad en muchos de los movimientos de reivindicación de los últimos años, incluido el movimiento 15-M. Más recientemente, los mayores vienen protagonizado múltiples y masivas concentraciones en toda España para reivindicar mejores condiciones en el sistema de pensiones y evidenciar la difícil situación que enfrentan las personas de la tercera edad, quienes en muchos casos son el sostén de sus familias, dada la precariedad laboral y los bajos salarios. Es habitual, por ejemplo, la imagen de miles de pensionistas frente al Ayuntamiento de Bilbao.

Otras acciones participativas menos convencionales son las de expresar opiniones de índole político vía internet. Para hacer un análisis de este tipo de participación, recurrimos de nuevo a los datos estadísticos. Según el barómetro del CIS de noviembre de 2017, el 5,6% de las personas con 65 y más años utilizaron internet en los últimos tres meses para contactar con algún/a político/a (diputado/a, concejal/a, senador/a) o partido político, frente al 7,5% referente a la población en su conjunto. Al tiempo, el 15,8% de la población encuestada mayor de 65 años, afirma haber empleado internet, también en los últimos tres meses, para escribir comentarios sobre temas de actualidad, sociales o políticos en algún foro, red social, blog, etc. En el caso de la población en su conjunto, el porcentaje se sitúa en el 27,2%. Así pues, entre los mayores, respecto al resto de población más joven, parece menos habitual utilizar internet para dar o conocer su punto de vista sobre un aspecto de índole político. ¿Responde estas diferencias

porcentuales entre mayores y más jóvenes el hecho de que internet (y conocimiento del uso de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación) sea un elemento generador de desigualdades generacionales?.

Sin duda, tener acceso a internet también está asociado con el compromiso social (Jennings y Zeitner ,2003), por lo que promover la inclusión digital a través de la capacitación y acceso a internet puede ser un medio más para facilitar la participación de personas que, por ejemplo tras la jubilación, se consideran que deben ser excluidas de la vida social. Precisamente Durán (2007), en su artículo “Envejecer y empoderar. Una propuesta analítica”, señala que debería tenerse en cuenta como factores de empoderamiento, potenciar un mayor acceso a internet.

Tras esta reducida radiografía de lo que puede resultar la representación social y política de las personas mayores, destacar que hay un “Día Internacional de las Personas Mayores”, a celebrar el uno de octubre de cada año, como un recordatorio a la sociedad de que ésta también está formada por una parte, cada vez mayor, de personas mayores.

## **6. A MODO DE CONCLUSIÓN**

Parece que el término jubilación todavía es asociado con el de vejez, dando lugar a numerosos estereotipos que relacionan a ambos con situaciones de pérdida, deterioro o dependencia. Sin embargo, la realidad es que las personas que actualmente abandonan el mercado de trabajo disfrutan de unas condiciones de salud mejores que nunca, además de contar con un nivel de formación y una posición económica mucho más ventajosa que en el pasado y presentar unas actitudes y una predisposición general ante la vida que en poco se parece al sentir social estereotipado. Con este nuevo panorama, todo parece apuntar que nos estamos encontrando, cada vez en mayor medida, con un nuevo perfil de personas que otorgan a su jubilación un sentido distinto al que ha venido predominado hasta hace poco.

Por tanto, para un número creciente de personas, la jubilación dejará de concebirse como un merecido descanso para significar una nueva fase en sus vidas cargadas de posibilidades. A buen seguro, los sentimientos de inutilidad y dependencia serán sustituidos por la necesidad de mantenerse activos y dedicar parte de su tiempo a actividades provechosas, tanto a nivel personal como social.

Precisamente, mantenerse socialmente activos y participativos es una forma eficaz de afrontar la jubilación (Dancausa, 2001); una visión, que nos obliga, sin duda, a rechazar la teoría de la Desvinculación propuesta por Cummings y Henry (1961) y en la que se plantea que una jubilación satisfactoria se caracteriza por el alejamiento del individuo de todo lo que suponga actividad y participación social. Por el contrario, la capacidad de mantenerse activos y útiles es un factor determinante del bienestar de las personas que acceden a la jubilación. García Sanz (2001) se pronuncia en este sentido afirmando que la participación de las personas mayores comportan beneficios como la creación de un ámbito de tareas y de responsabilidades, fomento de la cohesión generacional, el reforzamiento de las relaciones sociales, la concienciación sobre sus problemas, la autovaloración de su importancia social y la generación de un sentimiento de utilidad.



Aún así y atendiendo los datos presentados más arriba, podríamos concluir, a primera vista, que a las personas mayores, en concreto, cuando acceden a la jubilación, aún no les interesan demasiado las actividades de carácter social y político; o al menos, de que la pertenencia y participación activa en actividades de voluntariado o a través de diversas organizaciones sigue siendo baja entre los mayores de 65 años.

La Estrategia Estatal de voluntariado 2010-2014, y en relación con el tema que nos toca, se plantea la necesidad de llegar a las personas que se jubilan y disponen de mayor tiempo. Para ello, se resalta la necesidad de diseñar estrategias de sensibilización adaptadas a las características del colectivo, definir el público a quienes se dirige, qué mensaje dar y cómo hacerlo llegar.

Según el Informe sobre Mayores y Voluntariado (2016) elaborado por Mayores UDP, prácticamente la mitad de las personas mayores encuestadas (48,3%) cree que la jubilación no es impedimento para participar en acciones de voluntariado en igual medida que durante su vida activa. El 32,5% la considera un aliciente, manifestando incluso que deben participar más que durante su vida activa. Tan solo el 9,2% piensa que el voluntariado es cosa de gente joven y únicamente el 2,43% que no sirve para nada. Sin embargo, la mayoría (76,4%) considera que las personas jubiladas no reciben suficiente información sobre las posibilidades y fórmulas de participar en proyectos de voluntariado, hecho que nos informa de la gran barrera que existe para incorporarlas a sus actividades.

Los programas basados en la información, por tanto, se constituyen, entre otras consideraciones, en facilitadores para la acción participativa. Es por ello que no podemos dejar de proponer iniciativas sobre información e incluso programas socioeducativos, que den respuesta a las necesidades de participación de los mayores, cada vez más dispuestos a representar el verdadero papel de protagonistas y que creemos, siempre han debido de tener.

Sin embargo, conscientes de sus capacidades y de los recursos que tienen a su alcance, la población de personas mayores está inmersa en un proceso lento pero constante de conseguir más protagonismo dentro del contexto social y político. De hecho, cada vez son más las voces que se alzan para exigir un esfuerzo por superar los estereotipos y convencionalismos que siguen envolviendo a las personas por su edad y les dificultan para continuar con un proyecto de vida, a la vez que reivindican sus derechos y deberes en pro de una sociedad más inclusiva<sup>3</sup>.

Acabamos con una breve observación desde la perspectiva de género y en concreto, con la siguiente cuestión: ¿El cambio producido en la participación de la mujer en el mercado laboral marca un cambio de tendencia en cuanto a su implicación en actividades de participación social se refiere?. Eso parece. Ahora bien, estas mujeres, al igual que sucede entre los hombres, no constituyen un grupo homogéneo con los mismos recursos y expectativas ante la experiencia de la jubilación y, por tanto, muchas de ellas quizá no dispongan de los recursos personales y sociales necesarios para reemplazar el rol laboral por otra actividad social cuando llegan al retiro. En este sentido, ha quedado demostrado que el tipo de participación social al que se dedican tras la

---

<sup>3</sup> Ej. <http://www.helppage.es/noticias/>



jubilación difiere, en términos generales, de la formación recibida, del tipo de trabajo desempeñado, de la pensión que reciben o de la valoración que hacen de la jubilación. Asimismo, variables como la edad y la situación de pareja, también posicionan de manera diferente a las jubiladas respecto al tipo de participación (Freixas, 2008).

Nos referimos, en cualquier caso, a mujeres jubiladas, con un creciente deseo de continuar siendo y sintiéndose activas más allá del ámbito privado: también en el entorno social, donde cuentan con más oportunidades de participación y con mayores recursos personales y sociales. Es así que la participación social se convierte en una buena estrategia para el enriquecimiento personal y para compensar las posibles pérdidas motivadas por el cese de su actividad profesional. No cabe duda de que el espacio de la participación social permiten a estas mujeres relacionarse y entablar relaciones de manera más periódica y estructurada. Más aún, pueden contribuir a aportar un marco adecuado para intercambiar apoyo tanto emocional como material en espacios de participación intra e intergeneracionales, favoreciendo la autoestima y el sentimiento de integración social.

Aún así, la presencia de la mujer en el ámbito de participación social resulta cada vez más notoria. Esta tendencia adquirirá más consistencia o firmeza cuando se avance en la igualdad entre hombres y mujeres en todos los espacios que compartimos. Al tiempo, los profesionales que trabajan en el ámbito de atención a los mayores, ya sean en instituciones públicas o privadas, deben desarrollar políticas y actuaciones para apoyar un envejecimiento de calidad en su vertiente de participación social, no sólo desde la perspectiva de la edad, sino también en la relativa al género.

## 7. BIBLIOGRAFÍA

Abellán, A., Ayala, A. y Puyol, R. (2017) *Un perfil de las personas mayores en España, Indicadores estadísticos básicos*. Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC). Centro de Ciencias Humanas y Sociales (CCHS). Envejecimiento en red. Consultado en: <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/enred-indicadoresbasicos17.pdf>

Ahmed-Mohamed, K. (2017). Actitudes hacia la participación ciudadana en personas mayores. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 160: 3-18. Consultado en: <http://dx.doi.org/10.5477/cis/reis.160.3>

Alcalá, M<sup>a</sup>.A. (2000). *La participación como estrategia de integración social*. En: M<sup>a</sup>.A. Mangas y E. Valenzuela (Eds.). *El Aprendizaje de los mayores ante los retos del nuevo milenio*. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Madrid.

Amaral, I. (2018). Las nuevas (viejas) narrativas en la era digital: representaciones sociales del edadismo desde una perspectiva de género. Blog Envejecimiento [en-red]. Consultado en: <https://envejecimientoenred.wordpress.com/2018/01/31/las-nuevas-viejas-narrativas-en-la-era-digital-representaciones-sociales-del-edadismo-desde-una-perspectiva-de-genero/>

Amorós, P. Bartolomé, M. Sabariego, M. y De Santos, J. (2006). Construyendo futuro. Las personas mayores: una fuerza social emergente. *Revista del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales* (Recensiones). Alianza Editorial: Madrid,

Barómetro VidaCaixa. “*Retrato de un jubilado en España*”. En colaboración con la Obra Social "la Caixa". Consultado en:  
<https://www.vidacaixa.es/uploads/files/conclusiones-barometro-vidacaixa-retrato-del-jubilado.pdf>

Bermejo, L., Pinazo, S., Lorente, X., Limón, R. y Fernández, S. (2010). *Envejecimiento activo y actividades socioeducativas con personas mayores. Guía de buenas prácticas*. Médica Panamericana: Madrid.

Bódalo, E. y Caravaca, C. (2012). La intervención preventiva desde el trabajo social en los conflictos surgidos en la jubilación. *Documentos de Trabajo Social*, 51, 338-353.

Carta de los Derechos Fundamentales de la UE (2000/C364/01). Consultado en:  
[http://www.europarl.europa.eu/charter/pdf/text\\_es.pdf](http://www.europarl.europa.eu/charter/pdf/text_es.pdf).

CIS. Centro de Investigaciones Sociológicas, *Estudio 3195. Barómetro de noviembre 2017*.

CIS. Centro de Investigaciones Sociológicas, *Estudio 3226/0-0. Barómetro de octubre 2018*.

Comisión Europea (2012). La aportación de la UE al envejecimiento activo y la solidaridad entre generaciones. Consultado en:  
<https://publications.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/5f78f31d-1cac-4263-a76d-7077555349da/language-es>

Consejería para la Igualdad y Bienestar Social. (2010). *Libro Blanco del Envejecimiento Activo*. Sevilla: Junta de Andalucía.

Cummings, E. y Henry, W. (1961). *Growing old: the process of disengagement*. Basic Books. New York.

Dabbagh, V.O. (2018). “Participación política de las personas mayores: Más allá de ir a votar”. *Aposta. Revista de Ciencias Sociales*, 79, 164-180. Consultado en:

<http://apostadigital.com/revistav3/hemeroteca/dabbagh5.pdf>

Dancausa, C. (2001). *El envejecimiento activo: el nuevo enfoque europeo*. En: Luis Grandal, Los mayores activos. Seniors Españoles para la Cooperación Técnica.

Dávila, M.C. y Díaz-Morales, J.F. (2009): Age and motives for volunteering: Further evidenc *Europe's Journal of Psychology*, 2, 82-95. Recuperado en:  
<https://ejop.psychopen.eu/article/viewFile/268/pdf>

Durán, R. (2007). Envejecer y empoderar. Una propuesta analítica. *Revista Española de Geriatría y Gerontología*;42(5):293-301

Escarbajal, A. y Martínez, S. (2012). Jubilación, educación y calidad de vida. *Revista Interuniversitaria de Pedagogía Social*.(20), 245-272.

Falagán, P. (2018). Empoderamiento en la vejez. Trabajo Fin de Grado. Consultado en: <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/14107/FalaganIzquierdoP.pdf?sequence=1>

Freixas, A. (2008). La vida de las mujeres mayores a la luz de la investigación gerontológica feminista. *Anuario de psicología*, 41-57.

Fundamental Rights Report (2018). Informe sobre los derechos fundamentales 2018. Consultado en <http://fra.europa.eu/en/publication/2018/fundamental-rights-report-2018>

García Sanz, B. (2001). *La actividad de los mayores*. En: Luis Grandal, Los mayores activos. Seniors Españoles para la Cooperación Técnica.

Gómez León, M. (2013). Salidas de ocupación de los adultos mayores en España, 1956-2012. Tesis Doctoral. Departamento de Geografía. Centre D'Estudis Demogràfics Universitat Autònoma de Barcelona.

Haberkern, K., Schmid, T. y Szydlik, M. (2015): "Gender differences in intergenerational care in European welfare states", *Ageing and Society*, 35 (2): 298-320.

Herrera A, Guzmán A.(2012). Reflexiones sobre calidad de vida, dignidad y envejecimiento. *Revista Med Clin Condes*; 23 (1):65-76.

Hill P.L y Turiano, N.A.(2014). Purpose in Life as a Predictor of Mortality Across Adulthood. *Psychol Sci* [Intern et],25(7):1482–6. DOI: 10.1177/0956797614531799. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24815612>

Hombrados, M<sup>a</sup>.I. y Gómez, L. (2001). Potenciación en la intervención comunitaria. *Intervención Psicosocial*, 10, 1, 55-69.

Iacob, R., Arias, C.J. (2010) El empoderamiento en la vejez. *Journal of Behavior, Health & Social Issues* [en línea], 2 (Noviembre-Abril): [Fecha de consulta: 16 de diciembre de 2018] Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=282221720003>. ISSN 2007-0780

IMSERSO (2010). *Encuesta a la población mayor de 65 años, aplicada en 2009*. IMSERSO: Madrid.

IMSERSO (2016). Informe 2016. *Las Personas Mayores en España. Datos Estadísticos Estatales y por Comunidades Autónomas*. Colección Personas mayores. Consultado en: [http://www.imserso.es/InterPresent1/groups/imserso/documents/binario/112017001\\_informe-2016-persona.pdf](http://www.imserso.es/InterPresent1/groups/imserso/documents/binario/112017001_informe-2016-persona.pdf)

INE (2011). Encuesta de empleo del Tiempo 2009-2010. Consultado en <https://www.ine.es/prensa/np669.pdf>

INE (2015). Encuesta de condiciones de vida. Módulo año 2015. Participación social. Consultado en:  
<https://www.ine.es/jaxi/Datos.htm?path=/t25/p453/modulo/2015/10/&file=06008.px>

INE (2016). *Proyecciones de población 2016-2066*. Notas de prensa. Consultado en:  
<http://www.ine.es/prensa/np994.pdf>

Jennings, M. K. & Zeitner, V. (2003). Internet use and civic engagement: a longitudinal analysis. *Public Opinion Quarterly*, 67(3), 311-334. Consultado en:  
<https://doi.org/10.1086/376947>

Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. *Estrategia Nacional de Voluntariado 2010-2014*. Madrid. Consultado en:  
[https://www.mscbs.gob.es/ssi/familiasInfancia/ongVoluntariado/docs/estrategiaEstatVoluntariado2010\\_2014.pdf](https://www.mscbs.gob.es/ssi/familiasInfancia/ongVoluntariado/docs/estrategiaEstatVoluntariado2010_2014.pdf)

Montoya, O. (1998). Protagonismo y participación del los mayores. Realidad y perspectivas. *Documentación Social*, Núm. 12.

Naciones Unidas (2003). *Declaración Política y el Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el Envejecimiento*. Segunda Asamblea Mundial sobre envejecimiento. Madrid, 8 a 12 de abril de 2002. Consultado en: <https://social.un.org/ageing-working-group/documents/mipaa-sp.pdf>

OMS (2015). Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud. Consultado en:  
<https://www.who.int/ageing/publications/world-report-2015/es/>

Orozco, N y Lopez, D. Viejismo y empoderamiento (2016). Los prejuicios de la vejez y la visión del propio envejecimiento. *Rednutrición*, 7(19):245-250.

Pardo, L. Empoderar a las personas mayores... ¿por qué? *Geriatricarea* [Internet]. Disponible en: <http://geriatricarea.com/empoderar-a-las-personas-mayores-por-que/>

Ponencia A: Envejecimiento y Participación. En III Congreso Estatal de Personas Mayores, Madrid, del 18 al 20 de mayo de 2009. Consultado en:  
<http://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/envejecparticipacion.pdf>

Rodríguez, P. (2017). Hacia una reconceptualización del envejecimiento activo. Nuevos roles para la participación y el compromiso social durante la jubilación. Hacia una reconceptualización del envejecimiento activo. Consultado en:  
<http://geriatricarea.com/hacia-una-reconceptualizacion-del-envejecimiento-activo/>

Rodríguez, G.; Rodríguez, P.; Castejón, P. y Morán, E. (2013): *Las personas mayores que vienen. Autonomía, solidaridad y participación social*. Madrid: Fundación Pilares, Colección Estudios nº 1, 2013. Recuperado en  
<http://www.fundacionpilares.org/docs/lpqvcompletoweb.pdf>

Rodríguez, G.; Omar, V y Rodríguez, P. (2018). *Personas mayores y voluntariado. El proyecto «Acciones locales» de la Obra Social "la Caixa"*. Fundación Pilares para la Autonomía Personal. Fundación Bancaria "la Caixa" Consultado en:

[https://obrasociallacaixa.org/documents/10280/238516/personas\\_mayores\\_y\\_voluntariado\\_acciones\\_locales\\_2018\\_es.pdf/d191b589-3e19-4a4f-a40c-057eb1a6f300](https://obrasociallacaixa.org/documents/10280/238516/personas_mayores_y_voluntariado_acciones_locales_2018_es.pdf/d191b589-3e19-4a4f-a40c-057eb1a6f300)

Sánchez Vidal, A. (1991). *Psicología comunitaria. Bases conceptuales y operativas. Métodos de intervención*. PPU. Barcelona.

Sánchez, C., Trianes, M. V., & Blanca, M. J. (2009). Estereotipos negativos hacia la vejez y su relación con variables sociodemográficas en personas mayores de 65 años. *Revista Española de Geriátría y Gerontología: Órgano oficial de la Sociedad Española de Geriátría y Gerontología*, 44, 124-129.

Sánchez, M. y Díaz, M<sup>a</sup>.P. (2009). Análisis sociológico de la vejez en las sociedades occidentales actuales. En: F. Torralba y J.C. Giménez-Salinas. *La ancianidad en nuestro tiempo. Más allá de los tópicos*, Prohom Ediciones: Barcelona.

Schmid, T.; Brandt, M. y Haberkern, K. (2012): “Gendered support to older parents: do welfare state matter?”, *European Journal of Ageing*, 9 (1): 39-50.

Sirlin, C. (2007). La jubilación como situación de cambio: la preparación para la jubilación como acción estratégica para su abordaje. *Comentarios de Seguridad Social* (16), 47-73. Consultado en <http://www.bps.gub.uy/bps/file/1671/1/la-jubilacion-como-situacion-de-cambio.-c.-sirlin.pdf>.

Triadó, C. (2013). “Envejecer en España y en Europa”, *Sociedad y Utopía. Revista de Ciencias Sociales*, Num.41, pp. 110-126.

UDP. Informes del mayor UDP (2016). Informe sobre mayores y voluntariado. Ref.: Ref.: 16007/15199/IV-Extra. Consultado en: <http://www.mayoresudp.org/el-barometro-del-mayor/>

UDP. Informes del mayor UDP (2018). Peticiones de las personas mayores al Gobierno y a sus representantes. Ref.: 18018 V 1-2. Consultado en: <http://www.mayoresudp.org/el-barometro-del-mayor/>

United Nations (2011). *State of the World's Volunteerism Report: Universal values for global wellbeing*. United Nations Volunteers. Available from: <https://www.unv.org/sites/default/files/2011%20State%20of%20the%20World%27s%20Volunteerism%20Report%20-%20Universal%20Values%20for%20Global%20Well-being.pdf>

Valarezo C.L. (2016). Adulto mayor: Desde una vejez “biológica-social” hacia un “nuevo” envejecimiento productivo. *Maskana*,7(2).

Velázquez, M. (2015). El envejecimiento de la población trabajadora. Observatorio Vasco sobre el Acoso y la Discriminación. Consultado en: <https://www.ehu.es/documents/1393062/3915597/El+envejecimiento+de+la+poblaci%C3%B3n+trabajadora/bd217c09-60cc-4c33-8aaf-4e917ecbd429>

Zubero, I. (2018), “Envejecimiento activo y participación política”, *Aula Abierta*, 47 (1), 21-28. <https://doi.org/10.17811/rifie.47.1.2018.21-28>.