



COMILLAS
UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

Resignificación de la etapa de la vejez a través de las teorías de envejecimiento productivo y generatividad

Autora: Beatriz Velasco Monasterio
Directora: María Arantzazu Yubero Fernández

Madrid
2019/2020

Resumen

En este artículo se presentan las Teorías de la Generatividad en la Vejez y el Envejecimiento Productivo como forma de paliar la exclusión de las personas mayores, así como acabar con las actitudes gerontofóbicas basadas en la imagen edadista que la sociedad actual posee acerca de esta etapa evolutiva de la vejez. Este cambio de paradigma se presenta vital debido al envejecimiento demográfico tan acelerado que se está produciendo en la actualidad en todas las sociedades del mundo. Dentro de este estudio también se considera la importancia de los efectos psicológicos que se están produciendo en las personas de la tercera y cuarta edad debido a las medidas de confinamiento y aislamiento social impuestas para prevenir la transmisión de la enfermedad provocada por el virus COVID-19, causante de la pandemia mundial que actualmente estamos viviendo.

Palabras Clave: Tercera edad, edadismo, Gerontofobia, Teoría de la Generatividad, Envejecimiento Productivo

Abstract

In this article, the Theories of Generativity in the Old Age and Productive Aging are presented as a way to alleviate the exclusion of the elderly, as well as looking for ending the gerontofobic attitudes base on the ageist image that current society has about the old age evolutionary stage. This paradigm shift is vital due to the accelerated demographic aging that is currently taking place in all the world's societies. This study also considers the importance of the psychological effects that are occurring in people of the third and fourth age due to the confinement and social isolation measures imposed to prevent the transmission of the disease caused by the COVID-19 virus, which is causing the global pandemic that we are currently experiencing.

Key words: Third age, Ageist, Gerontofobic, Generativity Theories, Productive Aging

ÍNDICE

Resumen	2
Abstract.....	2
1. Introducción	4
2. Situación actual de la vejez en España.....	7
2.1. Envejecimiento demográfico de la población española.....	7
2.2. Diferencias situacionales en función del género.....	11
2.3. Diferencias entre el medio urbano y el rural.....	12
2.4. Soledad en la tercera edad.....	13
3. Significado e imagen de la vejez.....	14
3.1. La influencia del edadismo en los medios de comunicación y el lenguaje	17
3.2. Consecuencias del edadismo y la gerontofobia	19
4. Discusión.....	20
4.1. Resignificación de la etapa de la vejez a través de la Teoría de la Generatividad ...	20
4.2. Envejecimiento Productivo como alternativa	24
4.3. Impacto social y psicológico de las medidas de prevención del COVID-19 en las personas mayores	28
5. Conclusión.....	30
6. Bibliografía.....	31

1. Introducción

La población mundial está envejeciendo. En España actualmente viven 7 millones de personas mayores de 70 años (Ramos-Soler, Ramos & García Navarro, 2020). Esta cifra va a seguir creciendo, según indica el Instituto Nacional de Estadística, institución que proyecta un aumento en el número de personas mayores de 65 años, esperando que en el año 2068 representen el 29,4% del total de la población española (Abellán, Aceituno, Pérez & Ramiro, 2020).

Este fenómeno social se puede explicar a través de dos factores: el aumento de la esperanza de vida y el descenso de la natalidad. Los descubrimientos en el campo de la medicina y la mejora de nuestra alimentación han sido determinantes en el aumento de nuestra longevidad. Nuestros nuevos hábitos y rutinas han cambiado. Bajo el paraguas de una sociedad neoliberalista, donde la edad con la que se produce nuestra inserción al mundo laboral se ha atrasado y las mujeres se han adherido a este mercado de trabajo, el momento vital de la parentalidad se ha retrasado y la natalidad ha descendido.

Actualmente, la etapa de la vejez dura en torno a 22 años en las mujeres y 18 años en el caso de los hombres (Ramos-Soler, Ramos & García Navarro, 2020), convirtiéndose este período en una fase a la que debemos prestar especial consideración dentro de nuestro ciclo vital. Como resultado, se hace imprescindible realizar un profundo análisis de la posición que tiene la vejez en la sociedad española actual.

Las personas mayores son percibidas habitualmente por parte del resto de grupos de edad como sujetos pasivos, cuyo papel exclusivo dentro de la sociedad es ser receptores de cuidados. Se conciben como personas frágiles, dependientes y limitadas, llegando esta imagen a ser asumida por los propios ancianos.

Además, al comenzar la transición a la vejez, se puede vivenciar una pérdida de rol ciudadano debido a la jubilación. En una sociedad neoliberalista como la española, se tiende a valorar la potencialidad de los individuos en función de su capacidad laboral, de tal modo que cuando finaliza muchas personas se sienten vacías de papeles activos, quedando desplazados a un rol exclusivamente familiar; los abuelos y abuelas (Arnold, 2007). Pero las personas mayores no son solo “nuestros mayores” o “los abuelos”.

Dentro de esta realidad, las mujeres son víctimas por partida doble. Esto se debe, en primer lugar, a que las mujeres superan en un 32% a los hombres al llegar a la tercera edad, lo que nos lleva a considerar el mundo de la vejez como un mundo feminizado (Abellán et al., 2020). En segundo lugar, las mujeres llegan con menos recursos económicos a esta fase del ciclo vital puesto que muchas de ellas ejercieron el papel de “ama de casa” durante su etapa

activa y no formaron parte del mercado laboral apto para cotizar, por lo que sus pensiones se ven más reducidas que las de los hombres, aumentando el riesgo de exclusión social (Osorio, 2006). Por último, todo el peso de los cuidados dentro de la familia recae sobre ellas, incluso durante su última etapa. Esta responsabilidad en el ámbito doméstico y ausencia de ella en la esfera cívica hace que las mujeres se vean avocadas más fácilmente a contextos de precariedad y desconexión social cuando llegan a la vejez (Giró, 2004).

También se considera notoria la diferencia entre ser mayor en la ciudad o ser mayor en el mundo rural. La mayor proporción de personas en la etapa de la vejez se encuentra en las ciudades, pese a esto, el medio rural se está transformando en un medio muy envejecido (Abellán et al., 2020). Esto se debe a la gran despoblación que se está sufriendo en este medio, sobretodo de personas en edades adultas tempranas que buscan mejores oportunidades laborales en las grandes metrópolis. Aun con todo, en las comunidades pequeñas las redes de apoyo familiares y sociales se mantienen mejor que en las grandes y en los medios rurales se presentan menos dificultades para consolidar la seguridad económica que en las grandes urbes (Anaut, Caparrós & Calvo, 2008).

Dentro de la visión que tenemos acerca de esta etapa evolutiva los medios de comunicación tienen un papel fundamental. Ejercen una gran función socializadora, realizando un ejercicio muy importante en el cultivo de prejuicios y creencias tales como la asociación constante de la vejez con la enfermedad o la muerte (Ramos-Soler, Ramos & García Navarro, 2020).

Así mismo, el lenguaje también tiene una gran importancia en la creación de este imaginario social. Términos como “nuestros mayores” crean la idea de que las personas que forman este grupo de edad nos pertenecen, causando así su infantilización, ya que nos referimos a ellos como si fuesen menores de edad de los que los adultos somos responsables, produciendo con todo esto una homogeneización de un grupo que, en realidad, es altamente variable.

Debido a las razones mencionadas, podemos considerar y consideramos nuestra sociedad como “edadista”. El edadismo se define en los estudios de Calvo, Guerra, Andrés & Abella (2009, p.47) como el “conjunto de estereotipos sistemáticos y discriminatorios contra las personas por el simple hecho de ser mayores y que se refleja en conductas como el desdén, el desagrado, el insulto, o simplemente, evitando la cercanía y el contacto físico.”.

El grupo de personas dentro de la etapa de la vejez forman un grupo altamente heterogéneo y estaríamos cometiendo un error si consideramos a dicho grupo como homogéneo. Discriminar la vejez es discriminar a nuestros “yoes” del futuro, ya que el grupo de los mayores es un grupo del que acabaremos formando parte. Hablar del envejecimiento

debería implicar reflejar que empieza desde que nacemos y nos acompaña durante toda nuestra vida, resignificando así la etapa de la vejez. Si cambiamos la imagen que tenemos de la senectud podemos cambiar nuestras conductas hacia este grupo social, además de la autoestima de las personas mayores. Es necesario empezar a considerar a este sector poblacional como fuente de recursos humanos para la sociedad (Osorio, 2006).

Para paliar esta situación se proponen como necesarios los modelos de la generatividad y del envejecimiento productivo. La generatividad es un concepto creado por Erik Erikson, el cual se define en el estudio de Villar (2003, pp. 44) como “el interés que tiene el ser humano, en la etapa vital de la mediana edad, por guiar y asegurar el bienestar de las siguientes generaciones”. Esta inclinación se puede manifestar a través de diversas actividades, pero en cualquier caso todas ellas implican contribuir al bien común. Los grupos receptores de estas actividades son tanto la familia o el grupo cercano de la persona mayor como la comunidad en la que reside y de la que forma parte. La generatividad puede ser comunal, la cual implica a los otros, y agéntica, desde una perspectiva más individual que busca la expansión del yo (Triado, 2018).

Gracias a esta necesidad que se crea a partir de las etapas medias del ciclo vital, las personas mayores son proclives a buscar que su envejecimiento sea productivo. El Envejecimiento Productivo trata de “desarrollar actividades, remuneradas o no, que producen bienes o servicios de interés para la comunidad/sociedad o la capacidad para producirlos” (como se citó en Triado, 2018, p. 64). Es una visión de la fase de la vejez que rompe con la mirada individualista para introducir una más comunitaria. Para conseguir este tipo de envejecimiento se proponen dos vías: la individual y la comunitaria. La primera se centraría en el desarrollo individual, el crecimiento personal, a través de la capacitación de las personas para ejercer nuevos roles sociales significativos. La segunda se basaría en ofrecer nuevos contextos y espacios de participación ciudadana para las personas mayores. Todo ello, en aras de buscar el desarrollo de su generatividad (Villar, 2013).

Debemos enmarcar todo lo anteriormente expuesto en la anómala situación actual que estamos viviendo, la pandemia mundial generada por el Covid-19. Los más afectados en esta situación están siendo las personas mayores, principalmente por considerarse personas de riesgo a las que este virus puede generar enfermedades graves e incluso la muerte, aumentando así los estereotipos edadistas previamente mencionados (Pinazo-Hernandis, 2020)

La solución planteada por los gobiernos para paliar esta situación fue la reclusión de las personas en sus hogares y la evitación de todo contacto social no necesario. Pero este confinamiento ha puesto en el punto de mira social la soledad y el aislamiento, entre otros

factores exclusógenos, con los que la mayoría de los ancianos conviven (Tito Lucero, Buendía & Sánchez, 2020)

Todo esto nos obliga a replantear los modelos de actuación con las personas mayores, donde debemos poner en el centro a la persona (Pinazo-Hernandis, 2020). En este trabajo se exponen cuatro vías de actuación: realización de trabajo remunerado, voluntariados, cuidados a los otros y actividades educativas y culturales.

2. Situación actual de la vejez en España

2.1. Envejecimiento demográfico de la población española

El envejecimiento, según Alvarado & Salazar (2014, pp. 57) “es un fenómeno presente a lo largo del ciclo vital desde el mismo proceso de la concepción hasta la muerte.” La vejez, en cambio, es definida por Martínez, González, Castellón & González, (2018), en sus estudios sobre el envejecimiento, la vejez y la calidad de vida, como la última etapa del ciclo vital que empieza cuando llegas a la edad cronológica de entre 60 y 65 años. Este mismo autor explica el envejecimiento demográfico cómo “envejecimiento de la población que se evidencia con el incremento de la proporción de personas de 60 años y más respecto al total de la población” (Baster & Mora, 2019, pp. 1).

En España, como en numerosos países del mundo, el envejecimiento se ha convertido en el fenómeno demográfico más importante. Las tres causas principales de este aumento de la población anciana según el estudio de Díaz & García (2018), sobre el envejecimiento demográfico y la vejez en España, son:

- La tasa de natalidad: se trata del factor más determinante. Mide el número de nacimientos que se producen durante un año en un país. En España este número empieza a desplomarse a partir del año 1975 (Díaz & García, 2018). Hasta este momento nos encontrábamos en una sociedad donde el catolicismo y la economía rural tenían un gran peso, haciendo que fuera necesario contar con la fuerza de trabajo que proporcionaban los hijos para que las familias salieran adelante. Además, la situación en la que se encontraba la economía española, la cual recaía principalmente en la agricultura y la ganadería, imposibilitaba encontrar alternativas eficientes al trabajo en el campo (Doblas, 2001). Aunque debemos destacar los años de la epidemia de la gripe que se desató en 1918 y la Guerra Civil como excepciones, donde los nacimientos sufrieron un pequeño declive, en nuestro país se mantenían datos elevados de natalidad, hasta el

momento que conocemos como “baby boom”, el cual se produjo desde 1956 hasta 1968, donde se llegaba a tener una media de 3,0 hijos por mujer (Castro, Martín, Cordero & Seiz, 2020). Pero a partir del año 1976 nos encontramos con una caída en el pico del número de nacimientos, también conocida como el “baby bust” (Pérez, 2010). Desde este momento la natalidad ha descendido notablemente, registrándose en 2015 una tasa de natalidad de 1,25 hijos por mujer (Castro, Martín, Cordero & Seiz, 2020). Este descenso en las tasas de natalidad se debió, principalmente, al descenso de la mortalidad infantil. Hemos de tener en cuenta que, hasta entonces, era importante tener muchos hijos para que alguno llegara a la edad adulta. También fue determinante el éxodo rural a las ciudades, donde ya no era necesario una amplia mano de obra que trabajara al servicio de la familia. A todo esto, debemos sumarle las consecuencias de una nueva crisis económica la cual hizo más difícil mantener a un gran número de hijos dentro de un núcleo familiar (Pérez, 2010). Otro factor muy influyente fue el acceso de las mujeres al mercado laboral, lo que reducía su posibilidad de dedicar tiempo al cuidado y la crianza de los hijos. Actualmente España cuenta con una de las tasas de natalidad más bajas de su historia y de Europa, siendo 1,31 hijos por mujer INE (2019). Esto afecta directamente al envejecimiento demográfico ya que las generaciones anteriores a este descenso de la natalidad están llegando a la etapa evolutiva de la vejez haciendo que nuestra pirámide poblacional se invierta, siendo muy amplia por el pico y altamente reducida en la base (Abellán, Aceituno, Pérez & Ramiro, 2020).

- La tasa migratoria: cuando se producen movimientos migratorios por razones laborales la población del país receptor se rejuvenece puesto que las personas que efectúan estos flujos migratorios lo hacen en edades jóvenes. Se produce un doble efecto ya que no solo vienen personas jóvenes, sino que crean familias en los países a los que han emigrado, teniendo hijos, lo que supone un aumento en las tasas de natalidad. España fue hasta los años setenta un país con mucha inmigración extranjera. Pero a partir de este año se vuelve un país de emigrantes, ahora son los españoles los que buscan trabajo fuera de su país natal, produciéndose un descenso en la población joven. Además, los inmigrantes que llegan a España vienen a edades muy avanzadas atraídos por las mejores

condiciones de vida y la sanidad pública, este tipo de inmigración se conoce como “inmigración de retiro” (Muñoz, 2018).

- La tasa de mortalidad: España ha batido records en la reducción de su tasa de mortalidad. Antes del año 1900 la tasa era una de las más altas de Europa, especialmente en lo que a la mortalidad infantil se refiere (Díaz & García, 2018). En la actualidad, España ha conseguido posicionarse como uno de los países de Europa con una esperanza de vida más alta. Una de las causas más importantes de este aumento en la esperanza de vida es la mejora de la medicina, pero también la mejora en la calidad de vida de la población. Según el artículo de Doblas (2001, pp. 487) “en pocas naciones del mundo se vive hoy tanto como en España”.

Todas estas características están siendo la causa directa de que en España se esté produciendo un aumento sin precedente del grupo poblacional de mayores de 65 años, el cual se espera que siga creciendo. La Organización de las Naciones Unidas estima que, en 2050, en todo el mundo convivirán aproximadamente 21.000 millones de personas mayores (Carreras, Pinazo & Sánchez, 2008).

Este aumento de población mayor ha sido tan relevante que es impensable catalogar a este grupo como homogéneo. Debido al aumento en la esperanza de vida se empieza a hacer distinción entre el grupo de “mayores” y el de “muy mayores” o de “cuarta edad”, formando parte de este último las personas mayores de 80 años, cuyas necesidades pueden ser diferentes a las del grupo de mayores de “tercera edad” (Toledo, 2010).

A pesar de la gran heterogeneidad que se está instalando en este grupo poblacional, a día de hoy permanecen arraigados muchos ideales y roles tradicionales. Según el estudio de Cordero del Castillo (2006) sobre la situación social de las personas mayores en España, los valores principales señalados por los mayores que formaron parte de la muestra de su estudio son: la salud, la familia, el bienestar económico, los amigos, la religión y la política.

La religión, en concreto, tiene mucho peso en este grupo poblacional. En el estudio citado anteriormente de Cordero del Castillo (2006) alrededor de un 70% de la muestra confiesa ser altamente religioso. Se desconoce si esta alta religiosidad en las últimas etapas de la vida se debe a que al estar más próximo el final, las personas sienten la necesidad de adherirse a creencias espirituales o si más bien, se debe a que, como generación, los mayores actuales han vivido la religión desde su infancia y juventud con una gran importancia. En todo caso, esto

será posible comprobarlo cuando otro grupo generacional llegue al momento del ciclo vital de la vejez, por ejemplo, los “baby boomer”, los cuales no han experimentado de manera tan constante en sus vidas una secularización (Cordero del Castillo, 2006). Debemos tener en cuenta que los “nuevos viejos” pertenecientes a esta generación serán los primeros que lleguen a la vejez con una plena escolarización lo que modificará el perfil de persona anciana en España pudiendo afectar a la permanencia de estos valores tradicionales (Pérez, 2010).

Otro factor determinante, para acercarnos a la realidad social del grupo de edad de los ancianos, es el régimen económico en el que se encuentran tras su jubilación. En España se crea el primer sistema de pensiones en 1919 conocido como “el retiro obrero”, desde entonces, pese a modificaciones sustanciales en la regulación, las pensiones se han mantenido en nuestro país de manera universal y pública.

Cuando las personas se jubilan, en función de lo cotizado durante sus años productivos reciben una cantidad monetaria mensual por parte de la Seguridad Social. Esto hace que gran parte de este grupo poblacional pueda descansar tras una vida de trabajo generando en su última etapa tiempo para el ocio y el descanso, sin obviar que en nuestro país existen numerosas personas que, pese al hecho de recibir una cuota pecuniaria mensual, a veces la asignación económica de la jubilación es tan ajustada que no pueden permitirse dejar de trabajar

Pero el aumento de población dentro del grupo generacional de la tercera, o cuarta edad, está suponiendo un reto para nuestro sistema de pensiones. Esto se debe a que las pensiones son producidas por un sistema de equilibrio entre población “productiva” y población “improductiva”. Teniendo en cuenta este equilibrio y la forma de nuestra pirámide poblacional, en la que existen más personas en edad de jubilación y menos en edades productivas, es fácil entender la preocupación acerca del mantenimiento de este sistema económico. Pero estudios como el de Pérez (2010) nos explican que no debemos tener en cuenta solo los datos cuantitativos del número total de personas que actualmente forman parte activa de la economía, sino que debemos analizar la productividad total conseguida, la cual se encuentra más consolidada que nunca.

Aun con todo esto, el estudio de Abellán, Ayala, & Pujol (2017), sobre el aumento de la proporción de las personas mayores situadas por debajo del umbral de la pobreza, nos muestra que la situación económica de las personas mayores, actualmente, es menor que la media total poblacional, encontrando al 13% de las personas ancianas por debajo del umbral de la pobreza.

Las consecuencias que se derivan de esta revolución demográfica afectan al total de la población española. Según Pérez (2010), podemos resaltar como las más destacables:

- sobreenvejecimiento poblacional: encontramos más personas mayores dentro de las poblaciones.

- aumento de la dependencia: la salud y la dependencia guardan una correlación positiva con la edad, cuanto más edad tenemos más dependientes somos de los otros.

- feminización de la tercera edad: debido a que la esperanza de vida de las mujeres es mayor que la de los hombres formándose, de esta manera, un grupo de edad avanzada formado principalmente por mujeres.

2.2. Diferencias situacionales en función del género

Como hemos mencionado en el apartado anterior, el mundo de la tercera y cuarta edad es un mundo feminizado (Castiñeiras, 2017). La primera causa de la desigualdad por sexos dentro de la etapa de la vejez es la mayor mortalidad masculina. Es por esta razón que para hacer un análisis de la situación de la vejez en España debemos introducir la variable “género” debido a que de esta variable se derivan muchas consecuencias diversas dependiendo de si hablamos de mujeres o de hombres.

Es de vital importancia entender que el envejecimiento es un proceso radicalmente distinto para ambos sexos. Ambos ciclos vitales son distintos, sobretodo por los que han pasado las personas que actualmente se encuentran en la etapa de la vejez. En estas generaciones el peso de los roles tradicionales ha sido muy elevado, los cuales marcaban que el hombre era el encargado de salir al mundo laboral para conseguir economía para el núcleo familiar y la mujer era la encargada del cuidado del hogar y de la crianza de los hijos.

Esta diferenciación de tareas ha supuesto que las mujeres españolas durante su etapa productiva se dedicaran a la realización de trabajo no remunerado, el trabajo del hogar, el cual nunca ha sido susceptible de cotizar en la Seguridad Social. Esto ha acabado derivando en pensiones de muy baja cuantía. Como consecuencia directa de esta realidad, en la actualidad, los índices de pobreza en la tercera y cuarta edad indican que son las mujeres las grandes perdedoras (Toro, 2018).

El Instituto Nacional de Estadística (INE), en su dossier anual “*España en cifras*”, expone que la pobreza afecta más a las mujeres ancianas, siendo la tasa de riesgo de pobreza y exclusión social en 2019 de un 26% si se trata del sexo femenino y de un 24,6% si por el contrario hablamos del sexo masculino.

En las mujeres ancianas, además, es común que recaiga el peso completo del cuidado de los nietos y de las labores domésticas (Osorio, 2006). Lo cual puede reducir el tiempo que

disponen para descansar, disfrutar de diversos tipos de ocio o relacionarse con personas fuera del núcleo familiar.

Es por esta razón, por este mundo feminizado de la vejez, que consideramos que tanto los estudios, como las políticas sobre las posibles mejoras en este grupo de edad, deben estar ilustradas por la diferencia de roles que se asocian en esta etapa a cada género. No podemos olvidarnos en nuestras propuestas de cambio, que el mundo de la vejez es un mundo altamente femenino.

2.3. Diferencias entre el medio urbano y el rural

Otra diferenciación imprescindible para conocer mejor el diverso grupo poblacional que se encuentra en la etapa de la vejez es la demografía. Debemos diferenciar la situación de las personas mayores que viven en el entorno rural de las que viven en las grandes urbes.

Teniendo en cuenta el Modelo Transaccional Ecológico, creado por Urie Bronfenbrenner en el año 1979, en el cual defiende que el desarrollo vital de las personas esta influido, entre otras cosas, por el exosistema en el que se enmarca su vida (Bronfenbrenner, 1979). El exosistema es definido por Pérez-Fernández (2004, pp. 169) como “complejo de interconexiones entre los diferentes entornos en los que la persona en participa realmente”. Es por esto que dentro de este grupo de edad consideramos importante diferenciar lo que supone ser anciano en el campo o en la ciudad.

Según el estudio de Monreal, Valle & Serda (2009) sobre las personas mayores en el entorno rural, observamos que hay un mayor porcentaje de personas mayores viviendo en entornos rurales que en la ciudad, pese al éxodo rural que se produjo a partir de la mitad del siglo XX, este grupo de edad ha mantenido su residencia habitual en los pueblos, aunque en muchos casos sean los únicos que permanecen en ellos.

Las personas que viven en entornos rurales sufren una mayor dificultad para acceder al sector servicios debido a la falta de población de empleos (Monreal, Valle & Serda, 2009). Además, los roles tradicionales son más agudos en los pueblos que en las ciudades, el espacio público es para los hombres mientras que para las mujeres se reserva exclusivamente el ámbito domestico. (Monreal, Valle & Serda, 2009). En contraposición, las personas mayores que habitan en el entorno rural afirman mantener mejor sus relaciones sociales que los que viven en las grandes urbes. También es importante destacar que la diferencia por sexos en los grupos de edad avanzados es mayor en las urbes que en el entorno rural.

Todas estas disimilitudes hacen que sea importante, a la hora de ofrecer mejoras para el estilo de vida de las personas mayores, determinar si estamos trabajando en un entorno rural o urbano, ya que las necesidades, como se ha indicado anteriormente, pueden variar.

2.4. Soledad en la tercera edad

Un factor importante a la hora de estudiar la situación actual de la vejez española es la soledad. En el estudio de López & Pujadas (2018), sobre la evolución y las características de los hogares unipersonales en España, se ha catalogado “la soledad como la nueva enfermedad del siglo XXI”. Esto se debe al gran aislamiento social que se produce en la vejez debido a la pérdida de lazos sociales con amigos y familiares que se produce durante esta etapa (Céspedes, 2019).

Aun que debemos señalar que en España las personas mayores experimentan menos soledad que en otros países europeos (López & Pujadas, 2018), la tendencia de los hogares unifamiliares, definidos por estos autores como viviendas de residencia formadas por un solo individuo, en nuestro país está al alza, siendo además muy común en los grupos de edades avanzadas.

Esta soledad también está influida por el género, siendo las mujeres más proclives a acabar sus días en soledad que los hombres debido a su mayor esperanza de vida (López & Pujadas, 2018).

En el campo, a diferencia de las urbes, existe una menor percepción de la soledad ya que los roles sociales son más amplios y cercanos, “en un pueblo todos se conocen y se llaman por sus nombres” (Monreal, Valle & Serda, 2009, pp. 271).

La soledad es un factor que puede afectar a la salud y a la esperanza de vida. Es importante buscar alternativas para combatir esta situación en la que se encuentran muchas personas mayores.

A pesar del riesgo a vivir en soledad, en España los mayores prefieren vivir la última etapa de su ciclo vital en hogares unipersonales que en residencias para la tercera edad, siendo más notable este pensamiento en los hombres que en las mujeres (López & Pujadas, 2018).

Debemos mencionar que las residencias como alternativa a los hogares unipersonales son la opción menos deseada por los mayores españoles. En los estudios de Anaut, Caparrós & Calvo (2008) se considera que esto se debe a diversos factores, entre ellos podemos destacar: el elevado precio económico, el sentimiento de desarraigo, el sentimiento de soledad que también se produce en ellas y las connotaciones que rodean este estilo de vivienda.

Pero esta preferencia de los hogares unipersonales por parte de las personas mayores puede derivar en un aislamiento emocional y real respecto de la sociedad. La soledad, según los estudios anteriormente citados de Anaut, Caparrós & Calvo (2008), es uno de los factores más importantes en el riesgo de vulnerabilidad y marginación.

Sumado a todas estas características, debemos destacar la realidad de la “brecha digital” que existe entre las personas de la tercera edad. En un mundo donde Internet se está convirtiendo en una parte fundamental de nuestra rutina, ya sea para contactar con otras personas, para mantenernos informados, para realizar gestiones o para comprar en diversas plataformas, muchos ancianos españoles poseen un total desconocimiento acerca de como acceder a esta realidad virtual. Aunque este analfabetismo digital ha ido reduciéndose en los últimos años, según el estudio de Abellán, Aceituno, Pérez & Ramiro (2020, pp. 37), en 2019 tan solo 64 de cada 100 personas mayores utilizaban Internet. Esta exclusión del “mundo online” puede aumentar sentimientos de soledad en las personas de la tercera edad.

En función de todo lo expuesto en este apartado, podemos observar que las personas mayores en España presentan numerosos factores que los pueden hacer más vulnerables a encontrarse en una situación de exclusión social.

3. Significado e imagen de la vejez

Durante la historia de la humanidad la imagen de la vejez ha cambiado notablemente. En la antigua Grecia se consideraba la ancianidad como un motivo de orgullo. Las personas mayores simbolizaban la sabiduría y eran consultadas por las generaciones más jóvenes en busca de consejos para tomar decisiones importantes. En Roma existía la figura jurídica del “pater familias” que otorgaba al anciano una gran autoridad sobre el grupo familiar. En la modernidad esta significación empieza a cambiar y a la persona mayor se le asigna la figura de “no productora”. Pese a esto, se busca su cuidado, surgiendo algunos intentos de protección social para la tercera edad, como la jubilación (García, 2016).

Muy distinta es la situación actual de la vejez en nuestra sociedad actual. Hoy en día vivimos bajo los paradigmas del neoliberalismo, el cual define el valor del ser humano en función de su capacidad de participación en la economía. Se considera que es el individuo, quien, de manera solitaria, se tiene que enfrentar a todos los retos que se le puedan presentar en su vida, reduciendo al máximo el apoyo social. Esto deriva en que solo las etapas del ciclo vital de la juventud y la adultez son aptas para conseguir el éxito (Arnold, 2007). Además, se implanta un nuevo ideal de belleza basado exclusivamente en las características físicas que se presentan durante la juventud (Cassani, 2015).

Todo esto hace que la figura del anciano quede desplazada (García, 2016). Como afirman los autores Carreras, Pinazo & Sánchez (2008, pp. 77) en su artículo sobre la influencia de los conceptos en la creación de políticas sociales acerca de la vejez, “vivimos en un mundo donde se prioriza el bienestar del mercado más que el bienestar social”.

Pese a las opiniones de muchos autores como López (2015), en su artículo sobre las representaciones sociales del envejecimiento y la vejez, que defienden que a medida que las personas tienen más años, se van diferenciando más los unos de los otros, los imaginarios sociales acerca de la vejez se presentan como rígidos y de corte fundamentalista (López, 2015). Actualmente, la vejez es considerada como sinónimo de dependencia, improductividad y fragilidad (García, 2016). Estos conceptos presentan al grupo de personas mayores como homogéneo, atribuyéndoles categorizaciones universales negativas.

Estas consideraciones han derivado en la aparición de un nuevo fenómeno de discriminación, el edadismo, concepto acuñado por primera vez por los autores Butler y Lewis en 1973. El edadismo es definido por Calvo et al. (2009, pp. 47) como una forma de discriminación que “hace referencia al mantenimiento de estereotipos o actitudes prejuiciosas hacia una persona, únicamente por el hecho de ser mayor”. Esto supone prejuicios constantes hacia este grupo de edad basados en el desconocimiento y que sirven como base ideológica para la discriminación real de las personas mayores.

En 2016 la OMS catalogó el edadismo como uno de los fenómenos más discriminatorios de la actualidad (Sánchez, 2018). En el artículo anteriormente citado de Calvo et al. (2009) se sitúa como una de las formas más extendidas de discriminación en la sociedad actual, cerca del racismo y el sexismo (Sánchez, 2018). Pero existe una notable diferencia de esta variable frente al racismo y el sexismo, estamos discriminando a un grupo poblacional del que todos y todas vamos a acabar formando parte durante nuestra vida.

La edad de las personas puede ser vista desde una perspectiva objetiva, cuantos años han transcurrido desde su nacimiento, o desde una perspectiva subjetiva, la edad sentida, la cual depende del imaginario que asocie cada sujeto a la etapa de la vida en la que se encuentre (Calvo et al. 2009). La edad sentida depende de la definición que cada persona realiza acerca de sí misma. Es por esto, que la visión que uno tenga sobre sí mismo es importante, ya que puede influir en las metas que se proponga o para lo que se considere apto o no apto para conseguir durante el momento vital en el que se encuentre. La edad sentida se forja a través de los autoconceptos. Los autoconceptos son las opiniones que tenemos sobre nosotros mismos, los cuales se ven altamente influidos por los estereotipos. En el estudio de la autora Vélez (2009, pp. 88) acerca de los mitos y estereotipos sobre la vejez, se definen los estereotipos como

“ideas sobre las características personales de la mayoría de un grupo de personas que tienden a ser resultado de simplificaciones y son opiniones sesgadas de las que desconocemos su veracidad o falsedad”.

En la actualidad, los estereotipos asociados a la vejez se encuentran influidos por el edadismo. La visión social sobre la vejez esta basada en un conjunto de mitos y creencias sobre lo que significa ser anciano. Algunos de los más extendidos según los estudios de Calvo et al. (2009) son:

- Las personas mayores son un grupo homogéneo. Frente a este ideal observamos que, al ser un grupo poblacional tan grande, la realidad es que encontramos una gran diversidad.

- Se les considera como enfermos, frágiles y dependientes. En contraposición, observamos que la mayoría de los ancianos españoles viven de forma independiente. En los estudios de Real (2017, pp. 51), sobre la percepción social de la vejez y los medios de comunicación, exponen cifras que muestran que “entre el 70 y el 80% de las personas mayores son autónomas e independientes.”

- Es común que se les presente como sufridores de algún deterioro cognitivo. Es cierto que algunas personas de la tercera edad pueden presentar declives en sus habilidades intelectuales, pero no suelen ser lo suficientemente influyentes como para afectar a sus vidas diarias. Además, como se presenta en el artículo de López (2015), anteriormente citado, la personalidad de los individuos no cambia durante la vejez.

Pese a que existan muchas más creencias universales y rígidas acerca de la vejez, conceptos como los que acabamos de exponer han derivado en la consideración del envejecimiento como “una enfermedad contagiosa”, sobretodo por parte de los grupos poblacionales de los jóvenes y adultos. (Osorio, 2006)

Estos ideales tan rígidos, universales y simplistas no solo influyen en la visión que tenemos sobre las personas mayores sino también en la forma en la que nos relacionamos con ellos (Arnold, 2007). Todo esto deriva en actitudes gerontofóbicas. La gerontofobia es definida por Cantos (2019, pp. 198), en su artículo acerca de los estereotipos y realidades de la vejez en España, como “el miedo a la ancianidad influido por el edadismo que puede manifestarse abiertamente y estar implícito en diversas relaciones sociales, legales, económicas y políticas”

El edadismo no influye exclusivamente en la forma que tienen los otros de relacionarse con las personas mayores, sino que también afecta a los propios ancianos.

Algunos autores como Arnold (2007), en su artículo sobre la exclusión social de los ancianos, utilizan el término “profecía autocumplida” para explicar el fenómeno que se produce cuando los ancianos se creen los mitos y creencias negativos extendidos en la sociedad y acaban actuando conforme a ellos, reforzando así la visión negativa ya existente (López, 2015). Como afirma el autor Sánchez (2018, pp. 18) en su estudio acerca del desarrollo de las narrativas transmedia para la divulgación del edadismo, “la sociedad empuja a este sector en todos los aspectos de la vida hacia un lugar secundario, marginado del mundo de los jóvenes” y son los propios individuos que conforman dicho sector los que acaban aceptando esta discriminación de forma pasiva.

3.1. La influencia del edadismo en los medios de comunicación y el lenguaje

Los medios de comunicación juegan un papel muy importante en el avance y la aceptación del edadismo. Esto se debe a que, en la actualidad, estas plataformas son la principal vía para enviar mensajes a las masas, convirtiéndose en importantes creadores de conciencia social (Sánchez, 2018). Además, debido a la aparición de internet, ha aumentado la competitividad para conseguir atraer la atención del público lo que ha derivado en un aumento del sensacionalismo presente en ellos (Bravo-Segal, 2018). Por todo esto, consideramos que es importante realizar un análisis sobre cómo se presenta la figura de la vejez ya que, como explica el autor Sánchez (2018, pp. 18) en su artículo anteriormente citado, “a través de los medios se influye, se educa y se transforma la sociedad”.

La imagen de la vejez en los medios suele ser invisibilizada, pese al peso poblacional que tiene este grupo en la sociedad actual. Pero no solo existe un problema de cantidad, también podemos observar un problema de calidad en las representaciones de la vejez (Sánchez, 2018). Cuando estos conceden un espacio para la representación de este grupo siempre lo hacen cumpliendo con diversos estereotipos. En el estudio de Bravo-Segal (2018, pp. 2) sobre el edadismo en los medios de comunicación, se considera que “la presencia de maltrato hacia las personas mayores a través del discurso mediático representa un problema grave y culturalmente naturalizado que se manifiesta de forma explícita e implícita mediante diversas estrategias discursivas como: representación negativa, estereotipada y sensacionalista de las personas mayores, ausencia de voz en la cobertura informativa, terminología inadecuada o reduccionista, discursos edadistas peyorativos y gerontofóbicos y uso y abuso de recursos retóricos y estilísticos”.

Existe una ausencia de imágenes en la que se presenten las personas mayores con roles diferentes, como por ejemplo ancianos especialistas de algún tipo de contenido. Frente a esto, encontramos a unos ancianos totalmente infantilizados, lo cual fomenta actitudes y comportamientos Edadistas, facilitando el olvido de la pluralidad sobre la que se asienta la realidad de las personas mayores (Sánchez, 2018).

Además de la imagen de la vejez distorsionada que los medios proyectan, también es importante el lenguaje que se utiliza en los mismos para referirse a este grupo poblacional (Real, 2017). En los estudios anteriormente citados de Real (2017) se ha observado un lenguaje protector y paternalista en los medios cuando se refieren a la vejez. El uso constante de palabras como “abuelo” conllevan a una discriminación de otros posibles roles que puede tener una persona mayor. También conceptos como “viejo” o “retirado” pueden denotar la vejez como una figura social de segunda (Bravo-Segal, 2018). Este autor considera el uso de este tipo de lenguaje como representativo de una violencia simbólica contra la vejez.

En los estudios de Real (2017) se ha observado que existen diferencias en la representación de la vejez en función de la ideología de los medios. En los medios más conservadores se mantiene la imagen de la ancianidad basada en estereotipos negativos de corte Edadista, mientras que en los progresistas se aprecia un trato más positivo de esta temática. Pero debemos tener cuidado ya que, como explica el autor anteriormente citado Bravo-Segal (2018), una imagen extremadamente positiva de la vejez también puede ser dañina para las personas mayores. Esto se debe a que crear ideales inalcanzables para este grupo poblacional puede desembocar en sentimientos de ansiedad si no son conseguidos.

En 2005 el IMSERSO y la Universidad Menéndez Pelayo organizaron un congreso para que las personas mayores ofrecieran propuestas para mejorar la imagen que se proyecta de ellas en los medios de comunicación. Algunas propuestas destacadas fueron (Real, 2017):

- Normalizar el proceso de envejecimiento ya que es una parte, como cualquier otra, del ciclo vital de las personas.
- Destacar algunos valores positivos de las personas mayores como la serenidad, el respeto o la independencia.
- Presentar la ancianidad como una población en un plano de igualdad respecto al resto de los diferentes grupos de edades.
- Eliminar usos del lenguaje de corte paternalista y discriminatorio.
- Reducir la invisibilización de los mayores dándoles voz y considerándoles protagonistas de sus propias vidas.

Los medios de comunicación deben ajustarse a la gran heterogeneidad que presenta este grupo, acercándose lo máximo posible a la verdadera realidad en la que se sitúa la vejez en la actualidad.

3.2. Consecuencias del edadismo y la gerontofobia

Como hemos expuesto al inicio de este epígrafe, todo este imaginario social de la vejez afecta directamente a las personas mayores. Como explican los autores Calvo et al. (2009) en su artículo sobre dependencia y edadismo, las personas ancianas acaban actuando bajo los patrones que les marca la imagen edadista que se muestra de ellos. Esto acaba afectando a su dependencia, aumentando los índices de depresión en incluso llegando a influir en los índices de mortalidad anticipada. En ese mismo artículo, se presenta el estudio de Montorio, Sánchez & Losada (2002) sobre la dependencia y la autonomía funcional en la vejez, como muestra de evidencia científica sobre cómo la percepción de la vejez influye directamente en la calidad de vida de las personas mayores. Este estudio muestra como los ancianos con una representación positiva acerca de la vejez viven hasta 7,5 años más que los que tienen una representación negativa sobre esta etapa de la vida.

Los ancianos que acaban integrando los estereotipos e ideales negativos presentes en las sociedades edadistas sufren sentimientos de desarraigo y una sensación de muerte social debido a la ausencia de roles cívicos que experimentan, situándoles como meros ciudadanos pasivos desconectados de la realidad social (Osorio, 2006).

Pero esta forma de discriminación hacia la tercera y cuarta edad no solo influye en los ancianos, sino que también influye en las instituciones, tanto públicas como privadas. Las políticas públicas enfocadas en la tercera edad caen en el papel paternalista impuesto por el edadismo, infantilizando la figura del anciano, de esta forma se crean políticas de protección del anciano, pero olvidándose de otras que puedan favorecer su autonomía e independencia (Calvo et al., 2009). Solo se aprueban políticas para mejorar su bienestar, pero no para ampliar sus aspectos productivos (García, 2016).

Los profesionales de la salud también se encuentran influidos por esta visión estereotipada de la vejez. En el artículo anteriormente citado de Calvo et al. (2009) se expone como algunos psicólogos incorporan diferencias en el ejercicio terapéutico al tratar con personas de la tercera edad pese a no tener justificación teórica para estos cambios. También influye la creencia de que la depresión y la tristeza formen parte indiscriminada de la tercera

edad, lo que causa que no se busque ayuda profesional cuando estos estados se presentan en ancianos (Calvo et al., 2009).

En el ámbito de la salud física, los médicos suelen estar menos predispuestos a ofrecer a los ancianos intervenciones que consideren que solo hayan demostrado sus beneficios en jóvenes y adultos, pese a que carezcan de pruebas negativas sobre el uso de estas en personas mayores de 65 años (Calvo et al., 2009).

Algunos ejemplos de estereotipos negativos que presentan los trabajadores del ámbito de la salud expuestos en el artículo de López (2015, pp. 40) son: “La mayoría de la personas mayores son más o menos iguales, por lo general están solos y son solitarios, son enfermos, débiles y dependientes de los demás, a menudo son cognitivamente deteriorados, están deprimidos, con la avanzada edad son más difíciles y rígidos, y las personas mayores escasamente enfrentan los declives del proceso de envejecimiento”.

Además, las personas dedicadas a realizar estudios científicos también consideran la vejez como un grupo poblacional homogéneo. Esto deriva en que el número de estudios que sitúan la tercera edad como elemento principal es bastante reducido, siendo más reducidos aún los estudios acerca de caracteres específicos y concretos de este grupo poblacional (Giró, 2004).

Pese a que los discursos acerca del edadismo y su influencia real en la calidad de vida de las personas mayores han ido ganando peso en el debate público, debemos seguir trabajando para conseguir la deconstrucción de este concepto de la vejez.

4. Discusión

4.1. Resignificación de la etapa de la vejez a través de la Teoría de la Generatividad

Como hemos expuesto en los apartados anteriores, tanto la situación como la imagen de la vejez se encuentran notablemente deterioradas. Esto nos plantea la imperiosa necesidad de reconsiderar nuestra forma de entender el envejecimiento, es imprescindible resignificar el concepto de la vejez. Para ello proponemos asociar el concepto de la generatividad a esta etapa del ciclo vital.

La generatividad es un concepto acuñado por el autor Erick Erickson en 1982. Este autor divide el ciclo vital en 8 etapas distintas y a cada una de ellas le asocia tareas distintas. La generatividad, es la tarea perteneciente a la séptima etapa o la etapa de la mediana edad, y

se define como “el interés por guiar y asegurar el bienestar de las siguientes generaciones y dejar un legado que nos sobreviva.” (Triado, 2018, pp. 65).

Durante un tiempo este concepto desapareció del interés de los grandes estudios psicológicos y sociales, pero el autor John Kotre en el año 1995 lo vuelve a traer al foco de las investigaciones. Este autor considera que existen tres tipos de generatividad (Rangel, 2015):

- Agéntica: basada en el fortalecimiento del propio individuo a través de actividades que le capaciten y fomenten su desarrollo. Consiguiéndose este desarrollo a través de el liderazgo, la producción, la actividad científica o empresarial, etc.
- Comunitaria: centrada en actividades enfocadas a los otros, como el cuidado, las relaciones intra e intergeneracionales y el establecimiento de vínculos con los demás.
- Cultural: el cual persigue la transmisión de la cultura e ideales de la persona a los otros, en concreto, a las generaciones posteriores.

Tras los estudios de John Kotre, otro autor se interesa en esta temática, Dan McAdams desarrolla una lista de seis elementos generativos (Villar, 2013):

- Deseo y necesidad de cuidar de los otros.
- Demanda cultural y social basada en el sentimiento de responsabilidad sobre las otras generaciones.
- Interés por mantener y fortalecer las instituciones sociales, así como la calidad de vida de los otros.
- Compromiso hacia estos ideales, creando planes y estableciendo objetivos para conseguir lo expuesto en los anteriores elementos.
- Puesta en marcha de dichos planes y objetivos a través de actividades concretas.
- Integración de la narrativa propia de todos estos elementos para que formen parte de la historia vital y la identidad de las personas mayores.

Además, este autor propone que la generatividad sea una tarea propia de la vejez y no de la edad adulta. El estudio de Villar (2013), sobre la contribución de la generatividad al buen envejecimiento, demuestra que este concepto es más propio de la vejez que de la edad adulta. Esta nueva visión del concepto se desarrolla bajo las bases del paradigma denominado por Erickson “Gran generativity” que representa el deseo y el interés de realizar conductas generativas en la tercera y cuarta edad (Peixoto, González & Fernández, 2017). En diversos

estudios, como en los anteriormente citados de Peixoto, González & Fernández (2017) sobre generatividad y bienestar psicológico en la vejez, se ha demostrado que el interés generativo en la tercera edad es algo de carácter universal, independientemente de la cultura o la nacionalidad.

McAdams también realizó una división entre conceptos asociados a la generatividad diferenciando los siguientes (Triado, 2018):

- El interés generativo: siendo este la actitud positiva hacia las teorías y los estilos basados en la generatividad.
- El compromiso generativo: a través del cual se da paso a la acción tomando parte en actividades creadoras de generatividad.

Este autor defiende que el interés generativo es algo primordial, pero debe acompañarse de un compromiso generativo real. Con la asociación del concepto de la generatividad al de vejez se pretende cambiar la visión de “carga” que la sociedad tiene de la tercera y cuarta edad por la visión de “recurso”. Para ello se proponen varias actividades generativas que pueden ser realizadas por personas ancianas. El autor Villar (2013, pp. 47) anteriormente citado, propone una lista de actividades como: “implicación en la vida cívica, participación social, relaciones intergeneracionales, implicación en procesos de formación, capacitación, contribuciones en la familia o empowerment”.

Todas estas actividades propias de la vejez se pueden dividir en dos tipos de desarrollo generativo (Villar, 2013):

- Social o comunitaria: las actividades de este grupo se basan en buscar la mejora de la situación de los otros, pero también de las relaciones con las instituciones.
- Individual: se basa en un desarrollo propio de la persona, creando un desarrollo personal que puede ayudar a encontrar un significado a su vida. Además, puede mejorar las expectativas de una persona sobre las capacidades o habilidades que puede adquirir haciendo que estas aumenten o mejoren.

Para conseguir estos dos tipos de desarrollo es importante fomentar la generatividad, tanto la parte individual, a través de la capacitación de las personas, como la parte social o colectiva, con la aplicación de los contextos cívicos de participación de personas de la tercera y cuarta edad (Villar, 2013).

Como principales ámbitos donde trabajar en la generatividad, autores como Villar & Serrat (2014), en sus estudios sobre la participación cívica de las personas mayores, exponen

que deben realizarse tanto en el ámbito familiar como en el comunitario. Teniendo esto en cuenta el autor Villar (2013) propone tres actividades principales que fomentan la generatividad:

- Trabajo remunerado: esta actividad se asienta en las bases de la creación de una jubilación más flexible a la actual, donde la persona mayor pueda ser más participe de cuando y cómo abandonar su rol productivo. Además, como ya hemos comentado con anterioridad, el trabajo en una sociedad neoliberalista como la nuestra es una fuente creadora de identidad muy importante. Algunas personas al perder su trabajo se sienten vacíos de roles, por lo que podría ser más positivo que este tránsito a la jubilación pudiese ser más personal y que cada individuo pudiese tomar decisiones sobre su jubilación por sí mismo. Pese a que la jubilación es un derecho que todo el mundo debe tener, ya que con la llegada a cierta edad es necesario poder descansar de una vida de trabajo, hay diversos sectores laborales donde una persona en edad de jubilación puede seguir siendo muy productiva. Es importante tener claro que esta decisión sería exclusiva de la persona en cuestión.

- Voluntariados: estas actividades permiten a la persona ancianas ser un recurso para la sociedad porque puede aportar su experiencia y habilidades a los sectores más excluidos. Además, es una forma de llenar el tiempo de la persona mayor, que tras su jubilación puede sentirlo vacío. Es una actividad que no solo genera un beneficio a la comunidad, sino que también puede mejorar la autoestima y el bienestar de la persona anciana ya que puede sentirse útil, relacionarse con otros y ayudar a los demás. Estudios como los de Villar (2013), anteriormente citado, demuestran que realizar actividades de voluntariado ayudan a combatir la depresión y mejoran la salud física, además de ser generadores de relaciones sociales lo que impide los sentimientos de soledad tan comunes en este grupo de edad.

- El cuidado de los nietos: esta actividad es una forma de prestar atención a las otras generaciones y relacionarse con ellas. El cuidado de nietos es una buena forma de realizar actividades que generen un sentimiento de utilidad en las personas ancianas además de prestar apoyo a la comunidad. Pero esta actividad tiene un peligro, las personas mayores no pueden convertirse en “segundos padres”, esto quiere decir que este cuidado no puede traspasar cierta intensidad, teniendo siempre en cuenta que es una actividad que la persona mayor elige y no una obligación. La parte vital de encargarse del cuidado y la crianza de los hijos ya ha sido ejecutada por esta generación y no puede producirse una regresión.

Además de estas tres actividades, existen numerosos ejercicios productores de generatividad que una persona de la tercera y cuarta edad puede realizar. Algunas de ellas son: participación en la vida política, mentorización, implicación en procesos de formación, etc. (Triado, 2018). Cualquier actividad puede ser creadora de generatividad siempre que a través de ella se involucre “al otro” y generen desarrollo personal, madurez y crecimiento (Villar & Serrat, 2014).

Las actividades e intereses generativos son consecuencia directa de beneficios físicos y psicológicos. Suponiendo dos tipos de desarrollo. El desarrollo individual de la persona con intereses y comportamientos basados en la generatividad, que implica una mejora en su sentido vital y un aumento de sus competencias y habilidades, lo que hace que, a su vez, se genere una mayor participación en nuevas actividades. En segundo lugar, se produce un desarrollo comunitario, haciendo que la realización de este tipo de actividades no solo mejore la calidad de vida de quien las realiza, sino la calidad de vida de su entorno, ya que muchas de ellas se basan en el apoyo a los demás y a las instituciones sociales (Rangel, 2015).

En definitiva, podemos concluir que una perspectiva generativa es imprescindible para la resignificación del envejecimiento, haciendo que se empiece a considerar a las personas pertenecientes al grupo de la tercera y cuarta edad como fuentes de recursos de los que toda la sociedad pueda aprovecharse.

4.2. Envejecimiento Productivo como alternativa

En 2002, durante la II Asamblea Mundial del Envejecimiento convocada por Organización de las Naciones Unidas (ONU), se presentó el término del Envejecimiento Activo, el cual defiende una nueva manera de envejecer. Este término se caracteriza por una vejez que posee una ausencia o baja probabilidad de sufrir enfermedades, una alta capacidad funcional y una gran implicación con la vida (Triado, 2018). Pese a las mejoras que este tipo de envejecimiento propone, para autores como Triado & Villar (2018) se queda escueto, ya que consideran que el potencial de las personas mayores es superior al que se les otorga en el Envejecimiento Activo.

Como se ha expuesto con anterioridad, la generatividad es una parte fundamental de la etapa vital de la vejez, basándose en la importancia de este concepto autores como Álvarez-Arregui, Rodríguez-Martín, Prado & Arreguit (2017), en su estudio sobre ecosistemas inclusivos, proponen que las personas de la tercera y cuarta edad no solo son capaces de buscar

su bienestar propio, sino que poseen competencias suficientes como para seguir contribuyendo activamente en la sociedad. Esta perspectiva sobre la vejez se ampara en el concepto de Envejecimiento Productivo acuñado por el Dr. Robert N. Butler en los años 80. En la ponencia de Butler (2000) presentada en el Congreso Mundial sobre Medicina y Salud refiere este tipo de envejecimiento como “la capacidad de un individuo o una población para servir en la fuerza de trabajo remunerada, en actividades de voluntariado, ayudar en la familia y mantenerse independiente como sea posible”. Las teorías sobre Envejecimiento Productivo han ido modificándose con el transcurso de los años, autores como Bass, Caro, & Chen, (1993), en su artículo sobre sociedades basadas en el Envejecimiento Productivo, definen este tipo de envejecimiento como “cualquier actividad desarrollada por una persona mayor que produce bienes o servicios, sea remunerada o no, o desarrolla capacidades para producirlos”.

Esta propuesta de envejecimiento rompe con la individualidad, presente en otros modelos como en los de Envejecimiento Activo o Envejecimiento con Éxito, para ofrecer una perspectiva que busque aumentar los apoyos comunitarios (Triado, 2018). Con esta búsqueda de colectividad podemos observar el intento por expresar las características básicas de la generatividad (Triado, 2018). Esta conexión entre Envejecimiento Productivo y generatividad es de gran importancia ya que, como hemos visto con anterioridad, la generatividad es una necesidad psicológica protagonista en la última etapa del ciclo vital y este tipo de envejecimiento es la mejor manera de expresarla. Además, este modelo aporta beneficios no solo en el individuo, sino también en su entorno familiar y en el social que le rodean (Triado, 2018).

Con el Envejecimiento Productivo se busca fomentar la productividad de las personas durante la vejez, pero debemos entender la productividad no desde un sentido exclusivamente económico, sino desde un sentido más amplio, como una forma de conseguir beneficios colectivos a través de las acciones que ejercen las personas mayores (Miralles, 2011).

Como expresa la autora Miralles (2011), en su estudio sobre el Envejecimiento Productivo en la cotidianidad, la palabra clave para entender este envejecimiento es contribuir. Contribuir tanto al propio individuo como a la sociedad en general. Las formas más comunes de ofrecer apoyos sociales a través del Envejecimiento Productivo, según la autora anteriormente citada Miralles (2011) son:

- Trabajo remunerado: formado por las actividades a tiempo parcial o completo que realizan las personas mayores y que generan un beneficio económico. Durante esta etapa puede decidirse por parte de las personas mayores si desean reducir la jornada laboral, emprender o desarrollar nuevos empleos. De esta manera las

personas ancianas pueden utilizar sus altas capacidades y habilidades adquiridas durante toda una vida, o, por el contrario, aprender nuevas.

- Trabajo familiar doméstico: comprendido por las actividades, que no se encuentran remuneradas, relacionadas con el cuidado del hogar, de los nietos o de cualquier persona dependiente. En este contexto se destaca el papel de la mujer ya que debido a su mayor esperanza de vida frente al hombre suelen ser las encargadas de cuidar a su cónyuge. Pero también es importante destacar la importancia de los roles de género impuestos sobre las mismas que les asignan este tipo de labores a ellas exclusivamente.

- Trabajo voluntario para la comunidad: conformado por todo tipo de actividades y servicios que se ofrezcan de manera gratuita y desinteresada por parte de los ancianos en busca de la mejora y el bienestar de la comunidad.

- Actividades educativas-culturales: se basa en la transferencia intergeneracional de los conocimientos y experiencias que posean las personas en la vejez.

Todas estas formas de Envejecimiento Productivo pueden expresarse en entornos cotidianos, pero hay un factor determinante que influye en su comisión, la jubilación. La jubilación es la retirada del mundo laboral por cuestión de edad. El autor Valarezo (2016), en sus estudios sobre un nuevo Envejecimiento Productivo, propone aumentar la flexibilidad de la jubilación, convirtiéndola en un derecho, pero no en un deber, de esta manera es el propio anciano el que decide cual va a ser la planificación de su propia jubilación, abriendo la posibilidad de seguir trabajando. En España desde el año 2012 a raíz de la aprobación de la Ley 3/2012, de 6 de julio, de medidas urgentes para la reforma del mercado laboral, se empieza a permitir una jubilación más flexible y se suprime su obligatoriedad. Esta ley fue de suma importancia ya que la generación que actualmente se encuentra en la etapa vital de la vejez posee un alto porcentaje de personas que llevan trabajando desde los 10 y 15 años, haciendo de su empleo su modo y medio de vida. Esta situación hizo que el trabajo se convirtiera en su proyecto vital haciendo que la imposibilidad de continuar en el mismo tras la jubilación, en ocasiones, se sienta como una ruptura y una pérdida de su propia identidad (Miralles, 2011).

Autores como Arias, Chávez, Díaz & Vásquez (2016), en sus estudios sobre el valor de la sabiduría y el Envejecimiento Productivo, exponen que en los primeros años tras la jubilación se produce un aumento de ataques cardíacos y de distintos tipos de cáncer. También

es importante resaltar la existencia del síndrome de “muerte por retiro prematura” influida por una mala visión de la jubilación por parte del propio anciano.

En contraposición, otras personas consideraran la jubilación como una oportunidad de aumentar el tiempo disponible para realizar voluntariados, cuidados domésticos o actividades educativas. Es por esto que se considera altamente beneficioso para las personas de la tercera edad la flexibilización de la jubilación haciendo participe al individuo en la organización de su propia estrategia de jubilación (Miralles, 2011).

La Organización Internacional del Trabajo, más conocida como la OIT, propone diversos cambios a realizar en el mundo empresarial para favorecer el ajuste del sector económico a las propuestas realizadas desde la teoría del Envejecimiento Productivo y lograr una inclusión de las personas ancianas al mundo laboral, para ello propone: creación de leyes de igualdad de la edad en los procesos empresariales para reclutar trabajadores, flexibilización de las jornadas laborales, generar espacios adecuados a sus características y una remuneración económica proporcional a su veteranía (Martínez-Restrepo, Enríquez, Pertuz & Alzate, 2015).

El autor, anteriormente citado, Valarezo (2016, pp. 36) expone la importancia de cambiar la visión negativa de la vejez para que puedan realizarse actividades propias del Envejecimiento Productivo, de esta manera expone que “el primer paso es la transformación de su propia subjetividad de envejecimiento, es decir el adulto mayor debe estar convencido que es capaz para realizar un sinnúmero de actividades que lo involucren en la productividad de la sociedad y sobre todo en su propia satisfacción personal de lo que realiza. Lo segundo es más complejo, ya que involucraría a toda la sociedad y organismos de decisión política, que deberían cambiar notablemente su visión de vejez caritativa por la de un envejecimiento respetable y productivo”. Para lograr esto es imprescindible fomentar la resiliencia en el grupo poblacional de la tercera y cuarta edad, así como generar una creación de redes de apoyo que favorezcan las estrategias basadas en el Envejecimiento Productivo, tanto informales como formales, exigiendo que las instituciones tanto públicas como privadas tomen parte de este cambio de paradigma (Valarezo, 2016).

Consideramos de suma importancia que todo lo anteriormente expuesto se entienda y se aplique desde la solidaridad intergeneracional, buscando alejarnos de su imposición. Se pretende así crear posibilidades para que las personas durante la etapa de la vejez tengan la capacidad de decidir, pero no la obligación de ejecutar. Siguiendo lo expuesto en el estudio anteriormente comentado de Arias, Chávez, Díaz & Vásquez (2016) esta forma de envejecimiento se presenta lejos de una búsqueda de activismo egocéntrica. Huyendo de la

imposición de estas medidas, simplemente buscando la oportunidad de ofertarlo como posibilidad que pueda tomarse o rechazarse siempre desde la libre elección de cada individuo.

4.3. Impacto social y psicológico de las medidas de prevención del COVID-19 en las personas mayores

Desde marzo de 2020 todos los países y sociedades de nuestro planeta están sufriendo los estragos de la pandemia mundial causada por el virus responsable del COVID-19. Esta enfermedad afecta a todos los grupos poblacionales, pero es más peligrosa y causa más mortalidad en el grupo de la tercera y cuarta edad. Debido a esto, las restricciones y medidas que los estados de todo el mundo han tomado para evitar la propagación del virus están altamente enfocadas en las personas mayores (Cepal, 2020). En el presente estudio sobre las personas en la etapa de la vejez consideramos que no podemos pasar por alto la situación actual, la cual está afectando a muchas de las actividades propuestas basadas en las teorías de la generatividad y del Envejecimiento Productivo. Debido a esta gran influencia que la pandemia esta teniendo en la vida de los ancianos, consideramos de vital importancia hacer un breve análisis y ofrecer diversas alternativas de intervención que puedan ser compatibles con las restricciones sanitarias actuales.

Las medidas que los gobiernos han implantado en función de las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud, la OMS, están enfocadas al confinamiento y el aislamiento social (Sánchez-Ordóñez & Sánchez-Vázquez, 2020). La falta de actividades y relaciones sociales está causando un efecto devastador en las personas mayores (Cepal, 2020). Según el estudio de Callís, Guartona, Cruz & De Armas (2020), sobre las manifestaciones psicológicas del aislamiento social en adultos mayores, las personas mayores de 60 años han aumentado considerablemente sus niveles de estrés. Además, la soledad y el aislamiento han generado grandes consecuencias emocionales negativas, así como deterioros cognitivos en las personas de este grupo de edad (Sánchez-Ordóñez & Sánchez-Vázquez, 2020). También es importante destacar como la falta de ejercicio físico por el confinamiento está afectando a la salud de estos (Sánchez-Ordóñez & Sánchez-Vázquez, 2020). Asimismo, la imagen que los medios están imponiendo a la sociedad de las personas mayores como los débiles y las grandes víctimas de la pandemia, pese a que en muchos casos pueda estar siendo verídica, está aumentando las actitudes edadistas dentro de la población (Pinazo-Hernandis, 2020).

Es por estas razones, que tomamos las palabras de los autores Sánchez-Ordóñez & Sánchez-Vázquez (2020, pp. 34), en su estudio sobre las consecuencias psicológicas del adulto

mayor por el aislamiento generado por el COVID-19, considerando necesarias “medidas para paliar los efectos psicológicos de las medidas contra el COVID-19”. Algunos países han empezado a aplicar diversas intervenciones para disminuir el impacto de estos problemas que nos pueden servir como guía. Los autores, anteriormente citados, Sánchez-Ordóñez & Sánchez-Vázquez (2020) nos propone tres tipos de intervención:

- Programas de conexión intergeneracional: estos programas se basan en la conexión telefónica de personas mayores con jóvenes voluntarios donde se generan conversaciones informales y espontáneas que buscan paliar los sentimientos de soledad generados por el aislamiento social.
- Intervenciones psicosociales: en este tipo de intervenciones se fomenta, a través de la vía telemática, la realización de actividades artísticas, fortalecimiento de sistemas de apoyo o estimulación de rutinas de ejercicios físicos.
- Programas psicológicos: con este tipo de programas se busca otorgar herramientas a la población anciana que le permita aumentar sus estrategias de afrontamiento y manejo del estrés, mejora de su resiliencia o simplemente ofrecer acompañamiento terapéutico. Estos programas también se aplican de manera telemática.

Estos ejemplos de intervención biopsicosocial con personas mayores durante la pandemia generada por el COVID-19 comparten una problemática y es que al hacerse a través de dispositivos electrónicos un gran número de personas quedan excluidas. Como ya hemos expuesto con anterioridad en este trabajo, esto se debe a que entre las generaciones que en la actualidad se encuentran en la etapa de la vejez existe una brecha digital muy amplia (Muñoz, Sáez & Campillo, 2020). Por esta razón consideramos de vital importancia, y más durante la situación actual, que tanto la sociedad como las instituciones deben fomentar la alfabetización digital de las personas mayores.

En un mundo donde la importancia de las redes es cada vez más grande, dejar de lado a un grupo generacional tan extenso puede generar grandes situaciones de exclusión. Las cuales pueden acentuarse en un contexto marcado por el aislamiento social que ha provocado la pandemia que actualmente estamos sufriendo.

5. Conclusión

Como hemos presentado durante todo este trabajo, el envejecimiento de las sociedades está siendo el fenómeno social más destacables de la demografía mundial actual.

Es importante considerar el envejecimiento como un proceso que nos acompaña a todas las personas desde el mismo momento en que nacemos, haciendo que exista una importancia vital de analizar cual es la posición real de la vejez. Esto es fundamental porque los cambios y las mejoras que podamos realizar dentro de esta etapa nos van a acabar repercutiendo a todos. No solo durante el presente, a través de teorías como las presentadas anteriormente del Envejecimiento Productivo, donde las personas mayores aportan beneficios a las sociedades, sino también en el futuro, a través de la puesta en práctica de nuestras necesidades generativas. Si mejoramos la visión y significación que poseemos acerca de la vejez, cuando llegemos a esta etapa nos sentiremos más capacitados y liberados para ejercer actividades que llevamos realizando durante toda nuestra vida o aprender nuevas habilidades. Esto hará que las personas de la tercera y cuarta edad, las de ahora y las del futuro, se sientan en igualdad de derecho que el resto de la población de formar parte activa de la sociedad, acabando así con las miradas e imaginarios basadas en el edadismo y la gerontofobia.

También consideramos destacable y necesario que tanto los futuros estudios, como la posible implantación de medidas que mejoren la imagen y la realidad de las personas durante la vejez, tenga en cuenta perspectivas de género ya que, como se ha expresado en este trabajo, las mujeres son el colectivo más amplio y vulnerable dentro de esta etapa vital.

En la situación tan especial que estamos viviendo, con la pandemia creada por el virus que causa la enfermedad del COVID-19, proponemos la solidaridad intergeneracional como modelo de ayuda a los ancianos, los más vulnerables frente a esta enfermedad y las víctimas más destacadas de las medidas sociales que se están imponiendo para hacerla frente.

Como futuras líneas de investigación, consideramos de notable importancia estudiar como generar actividades y medidas creadoras de generatividad y bajo los parámetros de actuación ofrecidos por las teorías del Envejecimiento Productivo dentro de los núcleos comunales de los barrios, creando espacios generadores de relaciones y apoyos sociales intergeneracionales que generen un beneficio directo al desarrollo comunitario.

Es importante que todas estas medidas e intervenciones, tanto las presentadas a lo largo de este trabajo como las futuras que se puedan implementar dentro de este ámbito, pongan siempre en el centro de las todas las miradas a las personas.

6. Bibliografía

- Abellán, A., Aceituno, P., Pérez, J., & Ramiro, D. (2020). Un perfil de las personas mayores en España, 2020. Indicadores estadísticos básicos. Recuperado de envejecimientoenred.es
- Abellán, A., Ayala, A., & Pujol, R. (2017). Aumento de la proporción de personas mayores situadas por debajo del umbral de pobreza.
- Alvarado, A. M., & Salazar, Á. M. (2014). Análisis del concepto de envejecimiento. *Gerokomos*, 25(2), 57-62.
- Álvarez-Arregui, E., Rodríguez-Martín, A., Prado, S. A. & Arreguit, X. (2017). Inclusive ecosystem model for the management of knowledge, training and innovation: progress, difficulties and challenges. *Aula Abierta*, 46(2), 97-104.
- Anaut, S., Caparrós, N., & Calvo, J. J. (2008). Personas mayores y exclusión social. II Plan de Lucha contra la Exclusión Social en Navarra. Diagnóstico de la Exclusión Social en Navarra.
- Arias, R. P., Chávez, M. A., Díaz, O. R. & Vásquez, R. A. (2016) El valor de la sabiduría: envejecimiento productivo. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC).
- Arnold, M. (2007). Exclusión social de los adultos mayores. Acta del Congreso XXVI de la Asociación Latinoamericana de Sociología (Alas). Guadalajara, México (pp. 22-26). Recuperado de <https://www.aacademica.org/000-066/483>
- Bass, S., Caro, F. J. & Chen, Y. P. (1993). Toward a productive aging society. *Westport, CT: Auburn House*.
- Baster, J. C., & Mora, A. R. (2019). Envejecimiento demográfico y familia. Aproximaciones desde Holguín. *Revista Novedades en Población*, 15(30), 189-200.
- Bravo-Segal, S. (2018). Edadismo en medios masivos de comunicación: una forma de maltrato discursivo hacia las personas mayores. *Discurso & Sociedad*, (1), 1-28.
- Bronfenbrenner, U. (1979). La ecología del desarrollo humano. *Cambridge*.
- Butler, R. (2000). Productive aging: live longer, work longer. In *Ponencia presentada en el Congreso Mundial sobre Medicina y Salud, Hannover, Alemania*, URL: http://www.ilcusa.org/_lib/pdf/Productive_Aging.pdf.
- Callis, S., Guarton, O. M., Cruz, V. & De Armas, A. M. (2020). Manifestaciones psicológicas en adultos mayores en aislamiento social durante la pandemia COVID-19.
- Calvo, C. B., Guerra, J. A. I., Andrés, M. I. G., & Abella, V. (2009). Dependencia y edadismo. Implicaciones para el cuidado. *Revista Enfermería CyL*, 1(1), 46-52.

Cantos, M. D. L. M. (2019). Hacia otra forma de envejecer: estereotipos y realidades de la vejez en España.

Carreras, J. S., Pinazo, S., & Sánchez, M. (2008). La construcción de los conceptos y su uso en las políticas sociales orientadas a la vejez: la noción de exclusión y vulnerabilidad en el marco del envejecimiento. *Revista del Ministerio de Trabajo e Inmigración*, 75, 75-94.

Cassani, N. (2015). El diseño como herramienta para la venta de juventud y estándares de belleza: el supermercado de la salud.

Castiñeiras, B. (2017). El envejecimiento demográfico en España. Aportación y demanda de cuidados por parte de las personas mayores.

Castro, T., Martín, T., Cordero, J., & Seiz, M. (2020). La muy baja fecundidad en España: la brecha entre deseos y realidades reproductivas. *Demografía: cambios en el modelo reproductivo*, 8.

Cepal, N. (2020). Desafíos para la protección de las personas mayores y sus derechos frente a la pandemia de COVID-19.

Céspedes, I. F. (2019). Factores relacionados al sentimiento de soledad durante la vejez. *Anales en Gerontología*, 11(11), 141-157.

Cordero del Castillo, P. (2006). Situación social de las personas mayores en España.

García, C. L. V. (2016). Adulto mayor: Desde una vejez “biológica-social” hacia un “nuevo” envejecimiento productivo. *Maskana*, 7(2), 29-41.

Díaz, J. P., & García, A. A. (2018). Envejecimiento demográfico y vejez en España. *Panorama social*, 28, 11-47.

Doblas, J. L. (2001). El Proceso de Envejecimiento Demográfico en España: Causas y Dimensiones. In *IV Congreso Chileno de Antropología*. Colegio de Antropólogos de Chile AG.

Giró, J. (2004). El significado de la vejez. En J. Giró (Ed.), *Envejecimiento y sociedad*. (pp. 19-47) Universidad de La Rioja.

INE (2019). España en cifras 2012. Madrid: Instituto Nacional de Estadística

Muñoz, M. T., Sáez, J., & Campillo, M. (2020). Las TIC y los procesos de envejecimiento activo: ¿una promesa incumplida? *Márgenes Revista De Educación De La Universidad de Málaga*, 1(2), 34-47.

Ley 3/2010, de 6 de julio, de medidas urgentes para la reforma del mercado laboral. Publicado en BOE n.º 162 de 7 de julio de 2012, pp. 49113 a 49191. Jefatura del Estado.

López, M. D. P. (2015). Revisión Teórica y Empírica desde la Psicología sobre las Representaciones Sociales del Envejecimiento y la Vejez en Latinoamérica y España durante el periodo 2009-2013.

López, C., & Pujadas, I. (2018). Vivir solo en España. Evolución y características de los hogares unipersonales en la vejez. *Panorama Social*, 2018, vol. 28, num. 2, p. 23-45.

Martínez-Restrepo, S., Enríquez, E., Pertuz, M. C. & Alzate, J. P. (2015). El mercado laboral y las personas mayores.

Martínez, T., González A, C., Castellón G., & González, B. (2018). El envejecimiento, la vejez y la calidad de vida: ¿éxito o dificultad? *Revista Finlay*, 8(1), 59-65.

Miralles, I. (2011). Envejecimiento Productivo: Las contribuciones de las personas mayores desde la cotidianidad. *Trabajo y sociedad*, 15(16), 137-161.

Monreal, P., Valle, A. D., & Serda, B. (2009). Los Grandes Olvidados: las personas mayores en el entorno rural. *Psychosocial intervention*, 18(3), 269-277.

Montorio, I., Izal, M., Sánchez, M. & Losada, A. (2002). Dependencia y autonomía funcional en la vejez. La profecía que se autocumple. *Revista Multidisciplinar de Gerontología*, 2002; 12(2): 61-71.

Muñoz, R. D. (2018). Sanidad en la España de retiro: de atractivo para la gerontomigración a preocupación y movilización política por el brexit. In *Sanidad transfronteriza y libertad de circulación: Un desafío para los lugares europeos de retiro* (pp. 29-56).

Osorio, P. (2006). Exclusión generacional: La tercera edad. *Revista MAD. Revista del Magíster en Análisis Sistémico Aplicado a la Sociedad*, (14), 47-52. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=311224740006>

Pérez-Fernández, F. (2004). El medio social como estructura psicológica. Reflexiones a partir del modelo ecológico de Bronfenbrenner.

Pérez, J. (2010). El envejecimiento de la población española.

Peixoto, C. J., González, J. J. Z., & Fernández, O. L. (2017). *Generatividad y Bienestar Psicológico en la Vejez: Un estudio con mayores voluntarios españoles y brasileños* (Doctoral dissertation, Universitat de València).

Pinazo-Hernandis, S. (2020). Impacto psicosocial de la COVID-19 en las personas mayores: problemas y retos. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 55(5), 249-252.

Ramos-Soler, I., Ramos, M. & García Navarro, J.A., (26 de noviembre de 2020). *La sociedad de ahora: ¿qué lugar ocupan las personas mayores y cómo hemos llegado hasta aquí?* [Diálogo]. Mayores la generación ignorada. Cinco Días, El país y Cadena ser, Madrid, España.

Rangel, A. L. G. C. (2015). Determinantes de un envejecimiento exitoso: generatividad, bienestar, calidad de vida y autoeficacia. In *Psicología de la salud: diversas perspectivas para mejorar la calidad de vida* (pp. 219-245). Facultad de Filosofía y Letras.

Real, T. C. (2017). Percepción social de la vejez y medios de comunicación.

Sánchez, J. (2018). Sociedad número: desarrollo de narrativas transmedia para la divulgación del edadismo (discriminación por edad).

Sánchez-Ordóñez, R., & Sánchez-Vázquez, J. F. (2020). El aislamiento del adulto mayor por el COVID-19: consecuencias e intervenciones psicosociales durante la cuarentena. *Studia Zamorensia (segunda etapa)*, 19, 33-41.

Tito Lucero, S., Buendía, P., & Sánchez, P. (2020). Envejecer y ser persona adulta mayor en época de la COVID-19. *Personas adultas mayores, ensayos sobre sus derechos*.

Triado, C. (2018). Envejecimiento activo, generatividad y aprendizaje. *Aula abierta*, 47(1), 63-66. DOI: <https://doi.org/10.17811/rifie.47.1.2018.63-66>

Triadó, C. & Villar, F. (2008). *Envejecer en positivo*. Aresta.

Toledo, A. M. (2010). La cuarta edad. Perfil conceptual de la vejez avanzada. *Poiésis*, 10(20).

Toro, M. R. (2018). Estudio etnográfico sobre el envejecer de las mujeres mayores desde una perspectiva de género y de curso vital. *Prisma Social: revista de investigación social*, (21), 75-107.

Valarezo, C. L. (2016). Adulto mayor: Desde una vejez “biológica-social” hacia un “nuevo” envejecimiento productivo. *Maskana*, 7(2), 29-41.

Vélez, M. D. C. C. (2009). Mitos y estereotipos sobre la vejez. Propuesta de una concepción realista y tolerante. *ENSAYOS: Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, (24), 87-96.

Villar, F. (2013). Hacerse bien haciendo el bien: la contribución de la generatividad al estudio del buen envejecer. *Información psicológica*, (104), 39-56.

Villar, F., & Serrat, R. (2014). La participación cívica de las personas mayores como expresión de la generatividad en la vejez. *Estudios Interdisciplinarios sobre o Envelhecimento*, 19(2).