

1. Nombre y Apellidos del Ponente:**Félix Villar Gómez****2. Entidad****Sección de Unidad Progresista de Pensionistas de la ONCE (SUPPO-ONCE)****Cargo del Ponente: Presidente****3. Nombre y Apellidos del Experto:****Antonio Martínez Maroto****4. Entidad****Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO)****Cargo del Experto: Jefe de Área del Plan Gerontológico****5 Ponencia nº****Ponencia 3****6. Título de la Ponencia****DETERMINACIÓN DEL ENTORNO SOCIAL Y ENVEJECIMIENTO ACTIVO: El papel del apoyo y redes sociales para un Envejecimiento Activo**

7. INDICE

	Página
1. Introducción	75
2. Explicación de los términos	76
2.1. Redes Sociales	76
2.2. El apoyo	77
2.3. Envejecimiento Activo	78
3. El apoyo social que las redes sociales pueden aportar a la tarea de lograr un envejecimiento activo	79
3.1. Actuaciones de apoyo de carácter reivindicativo	81
3.2. Actuaciones de Apoyo promovidas y ejecutadas por las propias Entidades Sociales	86
4. Conclusiones	89

8. PONENCIA

DETERMINACIÓN DEL ENTORNO SOCIAL Y ENVEJECIMIENTO ACTIVO: El papel del apoyo y redes sociales para un Envejecimiento Activo

1. Introducción

La Ponencia que se me ha encomendado por la organización de este Congreso, tiene por título " El papel del Apoyo y Redes sociales para un Envejecimiento Activo".

Este título lleva como envoltorio, como consta en el programa "la determinación del entorno social y envejecimiento activo". Marco, que me servirá para cuadrar y enfocar mejor el contenido de mi intervención.

Poco a poco, a medida que avanza el desarrollo de este Congreso, vamos ahondando en el concepto de Envejecimiento Activo, y se van abordando los distintos aspectos que lo condicionan como son: el entorno sanitario (ponencia número 1), las adecuadas relaciones intergeneracionales (ponencia número 2), ahora trataremos el entorno social, y sucesivas ponencias analizarán el resto de ámbitos, como el cultural, el económico y el jurídico.

Todos y cada uno de estos entornos juega un papel fundamental y aporta valor añadido al desarrollo del Envejecimiento Activo. Cada uno, desde su vertiente, colabora a prevenir la dependencia, a promover la autonomía personal, a fomentar con calidad de vida, y en definitiva a hacer posible la participación activa de las personas mayores en la sociedad a través de la familia, las asociaciones, la comunidad de vecinos, en el barrio, en la ciudad, en la vida política social y cultural.

Como Presidente que soy de la sección de Unidad Progresista de Pensionistas de la ONCE, quiero hacer alusión concreta a las personas con discapacidad y al papel que la ONCE y su Fundación van desempeñando en el desarrollo a nivel social de las personas con discapacidad y sus familias; preocupación y desarrollo que ha ido siempre muy unido al del sector de las personas mayores y en el que la colaboración de ambos sectores es y será de gran relevancia. Esta relación queda reflejada en el Preámbulo de la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y de Atención a las Personas en Situación de Dependencia: "*... personas que por encontrarse en situación de especial vulnerabilidad requieren apoyos para... alcanzar una mayor autonomía personal y poder ejercer plenamente sus derechos de ciudadanía.*"

Con el fin de analizar el Papel del Apoyo y Redes sociales para un Envejecimiento Activo, he considerado la distribución de mi exposición en tres partes:

- La primera se referirá a la explicación de los términos básicos de la ponencia.

- La segunda desarrollará lo que desde mi punto de vista es o puede ser el papel del apoyo de las redes sociales para un envejecimiento activo.
- Y en la tercera expondré las conclusiones que me sugieren los contenidos anteriores.

2. Explicación de los términos

Los filósofos de la escolástica cuando planteaban un tema para el debate, tanto de forma escrita como oral, comenzaban por lo que denominaban "explicación de los términos". En buena lógica, querían partir de una adecuada definición de las palabras utilizadas en el planteamiento del tema o de la tesis, para evitar equívocos, confusiones o ambigüedad en el lector, o en el oyente. Era tanto como decir en términos coloquiales "donde digo "digo" no digo Diego".

Paso, por tanto, a la explicación de los términos base del tema que abordamos. Explicación que es fruto de mi reflexión personal buscando, la mayor claridad posible en los tres términos que configuran el título de la ponencia. Lo haré en el siguiente orden: Redes Sociales. Apoyo. Envejecimiento Activo.

2.1. Redes Sociales

Yo diría que el concepto de Redes sociales, hoy día, es aplicable desde distintos y múltiples modelos de relación, y es válido para movimientos sociales, políticos, redes de contacto, amistad, empresas, etc.

Tienen como punto de partida las distintas relaciones entre los individuos. **Son grupos de personas que, como acabamos de afirmar se dan en todas las áreas de la actividad humana: relaciones de los individuos de una familia, de una asociación, de una organización no gubernamental, de un club creado para la consecución de fines culturales, deportivos, etc.**

El sociólogo Mesner (1999) definió la Red social como un conjunto de actores con unas relaciones definidas entre ellos para un propósito determinado.

Son estas relaciones las que hacen a las redes sociales verdaderamente útiles. Los actores establecen lazos de cooperación para obtener resultados que no pueden lograr ellos solos; objetivos comunes que son los que dan vida a la red.

El tejido social es el conjunto de redes que interactúan en un ámbito común.

La sociedad moderna no podría existir sin el rico tejido social que, como cuerpo vivo que es, la constituye y dinamiza.

En definitiva, lo que llamamos tejido social está relacionado con el conjunto de estas redes que tienen lugar en un territorio determinado.

Tenemos ya dilucidado el concepto de red social, de redes sociales, de tejido social.

En España tenemos un profuso tejido social con innumerables asociaciones de personas mayores y discapacitadas, vinculadas la mayoría de ellas en federaciones y confederaciones, como pueden ser el Consejo Estatal de Personas Mayores y sus consejos autonómicos y locales, CEOMA (Confederación Española de Organizaciones de Mayores), y la UDP (Unión Democrática de Pensionistas), por citar dos de las de mayor alcance, pero a las que podríamos añadir otras como la Confederación Española de Aulas de la Tercera Edad, la Federación de Asociaciones de Mayores de Canarias (FEMAC), la Federación de Organizaciones Andaluzas de Mayores (FOAM), y así hasta unas 3.000 con fines muy diferentes: socioculturales, recreativas, para excursiones, de formación, de defensa de intereses colectivos, etc.

Asimismo en el sector de las personas con discapacidad la evolución de las redes sociales y su estructuración a través de asociaciones, fundaciones y plataformas representativas – sirvan de ejemplo el CERMI (Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad) y la ONCE (Organización Nacional de Ciegos Españoles) y su Fundación, – que están contribuyendo enormemente a la evolución y mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad y sus familias.

2.2. El apoyo ECONOMÍA Y ENVEJECIMIENTO ACTIVO. Nivel de Renta y Protección Social. Contribución de las Personas Mayores al mundo laboral. El envejecimiento como fuente de generación de riqueza y empleo de la sociedad del futuro

El segundo término que me propuse definir y concretar es el de "Apoyo".

Según el diccionario, apoyo es lo que sirve para sostener. También significa protección y ayuda.

Según Thoits (1982), el apoyo social está constituido por aquellas interacciones sociales que proveen ayuda para que las necesidades sociales básicas de las personas (afecto, estima, aprobación, identidad, seguridad...) sean satisfechas.

Como aquí nos estamos refiriendo al apoyo social, diríamos que éste es como la interacción entre las personas con la finalidad de dar ayuda de diversa índole, básicamente emocional. A través de las relaciones sociales de apoyo, las personas pueden ser fortalecidas. Está comprobado que la creación de un clima social de apoyo es esencial para cualquier planteamiento preventivo.

La sociedad española actual está bien asistida por un gran número de redes sociales entre las que destacan cada vez más las propias redes del voluntariado social. **El voluntariado es un medio de apoyo social para dar respuesta a las necesidades, problemas e intereses sociales. Supone un compromiso solidario para mejorar la vida colectiva de forma altruista. La acción voluntaria para ser eficaz debe ser: organizada, sistemática, sinérgica, que requiere de organizaciones, asociaciones o fundaciones en las que actuar. En España esta regulado por la ley 6/1996 del 15 de enero, del voluntariado, y por las particulares de las comunidades autónomas.**

Datos del voluntariado en España en diciembre 2008:

- más de 1 millón de personas dedican más de 4 horas a la semana en actividades de voluntariado
- el 58% son mujeres y el 42% hombres
- el 66% son jóvenes menores de 35 años
- el nivel de estudios es superior a la media del país, un 28% son titulados universitarios.

2.3. Envejecimiento Activo

Creo que es conveniente resaltar la definición de Envejecimiento Activo para que sirva de referente inmediato a cuanto diré en la segunda parte de mi intervención.

La Organización Mundial de la Salud dice que **el Envejecimiento Activo es el proceso por el cual se optimizan las oportunidades de bienestar físico, social y mental, durante toda la vida, con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable, la productividad y la calidad de vida en la vejez.**

El término Envejecimiento Activo fue adoptado por la OMS a finales del siglo XX con la intención de transmitir un mensaje más completo que el de "Envejecimiento Saludable" que se venía utilizando por muchos.

Me parece de interés insistir en la idea de "proceso", recogida en la definición aportada. Viene a decirnos esta definición que el Envejecimiento Activo es algo que se va haciendo, que se va logrando a lo largo de toda la vida. Una vejez, si queréis mejor, una jubilación comprometida, productiva... no se improvisa; es el resultado de un proceso vital. Parece como si estuviéramos recogiendo aquí el pensamiento de Ortega cuando expresa que la persona ha de estar siempre "haciéndose". Nos vamos haciendo y configurando a medida que vamos cubriendo satisfactoriamente cada una de las fases (edades) de nuestra vida: la niñez, la adolescencia, la juventud, la vida adulta. En la medida en que vamos removiendo los obstáculos a la realización personal y social en cada una de las etapas del proceso vital, vamos garantizando un Envejecimiento Activo.

"La semillas de una vejez saludable son plantadas al comienzo de la vida" dijo Koffi Annan, Secretario General de Naciones Unidas, en la II Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento.

Esta definición y estas reflexiones nos llevan a la conclusión de que no vale un curso o cursillo de preparación para la jubilación. Tenemos que ir echando vida a los años a lo largo de un proceso de maduración personal, en el cual tiene mucho que ver y que aportar, la familia, las instituciones educativas, las redes sociales de amigos, de promoción sociocultural, deportivas, de voluntariado, de partidos políticos, de compromiso social en la lucha comunitaria por la justicia, etc. etc.

Todo esto, nos va haciendo capaces de establecer una buena relación personal, de asumir tareas y compromisos, en definitiva, de participar activamente en la sociedad, proyectados siempre hacia el futuro, sin que la jubilación sea un paso hacia ninguna parte.

Fijaos que, en cierto modo, estamos perfilando ya, de alguna manera, la sustancia del mensaje de esta Conferencia, tal como se enuncia en el Programa: " la determinación del entorno social en el Envejecimiento Activo".

Se ha dicho que sólo cuando la salud, el empleo, las políticas educativas y sanitarias, apoyen un proceso vital saludable, es decir, creen un entorno social satisfactorio, será posible que:

- Menos adultos mueran prematuramente en las etapas más productivas de la vida.
- Menos personas sufran discapacidades y dolores relacionados con enfermedades crónicas.
- Más personas sigan siendo independientes y disfruten de una calidad de vida positiva.
- Más personas sigan colaborando en ámbitos sociales, culturales y políticos importantes de la sociedad.
- Menos personas necesiten tratamientos médicos caros y atención sanitaria.

3. El apoyo social que las redes sociales pueden aportar a la tarea de lograr un envejecimiento activo

Desde el escenario en que nos movemos en este Congreso, voy a centrar la atención en las Asociaciones, Confederaciones y ONGs. nacionales, tanto de

personas mayores como de personas con discapacidad al referirme aquí y ahora a las Redes Sociales.

Estas Redes han adquirido un alto grado de desarrollo en nuestro país a lo largo de las últimas décadas del siglo XX. Se ha producido un crecimiento importante del movimiento asociativo, y también, cómo no decirlo, se ha ido logrando un cambio cualitativo en el seno de estas Organizaciones. Han ido adquiriendo un conocimiento más a fondo de los problemas sociales que afectan a sus representados y, en consecuencia, se han ido comprometiendo más solidariamente con los poderes públicos y con los necesitados de apoyo, impulsando el cambio social, atendiendo a la promoción de los propios socios e, incluso, ocupándose por sí mismas, en muchos casos, de prestar determinados servicios. Sus Programas están impulsando, entre otras cosas, el Envejecimiento Activo.

Mi impresión es que el número de Programas y de actuaciones de las Asociaciones y Confederaciones es amplio y de diverso contenido. Con estas actuaciones se ha pretendido, se está pretendiendo dar un impulso al planteamiento de la jubilación y del envejecimiento como una continuidad del ciclo vital.

A ello han contribuido la política social desde los Gobiernos tanto de la Administración Central como de las Administraciones Autonómicas y de los Municipios, y, muy en concreto, las subvenciones ofrecidas desde los respectivos Organismos gubernamentales, muy especialmente, quiero destacar las subvenciones del IMSERSO.

Con estas subvenciones, entre otras cosas, se vienen desarrollando cursos y programas de preparación para la jubilación. Sabemos la importancia que estos programas tienen en relación con el tema que estamos tratando. Sobre todo, si estos Programas enfocan la jubilación como una oportunidad para el desarrollo personal y la culminación de los proyectos de vida de las personas jubiladas o próximas a la jubilación.

Llamamiento a todas las Asociaciones

Desde la satisfacción que produce el ejemplo paradigmático de tantas entidades y el trabajo en red desempeñado, esta Ponencia quiere hacer un llamamiento a todo el tejido social para que cada una de sus células vivas busque oportunidades, haga un recuento de sus posibilidades de programar y de hacer, y dejemos que se encienda y continúe el entusiasmo... No un entusiasmo abstracto, sino un entusiasmo concreto, que convierta las oportunidades en metas para seguir avanzando en el ámbito del Envejecimiento Activo y de la integración y participación social de las personas mayores o con discapacidad; y que todos juntos somos capaces de lograr.

Es un buen momento para hacer todos un esfuerzo de actualización y puesta al día de nuestras Organizaciones en dicho sentido, y para fomentar la efectiva

movilización de todos sus socios, que nos permitirá además un acercamiento a los problemas reales que afectan a muchas personas mayores o con discapacidad.

Algunos campos de actuación prioritaria

A todos los efectos, en mis reflexiones sobre el tema de esta Ponencia he considerado que sería conveniente ofrecer a vuestra consideración algunos campos de actuación.

Diferenciaré entre actuaciones de apoyo reivindicativas, y actuaciones de apoyo promovidas y ejecutadas por las propias redes sociales. Las entidades sociales han actuado siempre, al menos, en estos dos frentes, que son complementarios: la reivindicación de derechos, y el desarrollo de programas promovidos y ejecutados por las propias Organizaciones.

Las primeras, aunque promovidas por las entidades sociales, persiguen objetivos cuya realización depende de otras instancias, administrativas o no. Las segundas son promovidas por las propias entidades y ellas mismas, con sus propios medios y actuaciones se proponen conseguir los objetivos marcados en su Programa de Actividades.

3.1. Actuaciones de apoyo de carácter reivindicativo

El papel de reivindicar siempre ha estado esencialmente unido con el movimiento social.

Congresos, como el que celebramos, suelen terminar con la manifestación o lectura de unas conclusiones, muchas de ellas de carácter reivindicativo mediante las que expresamos las necesidades que deben ser cubiertas y los medios requeridos para su consecución.

En este sentido, recordamos todas frases como: "Se solicita de la Administración del Estado que se defienda y garantice el Sistema Público de Seguridad". "Se insta a las Administraciones Públicas a ofrecer un modelo de atención integral, interdisciplinar y rehabilitador a las personas dependientes"...Así podría seguir citando textos de este tipo de declaraciones reivindicativas.

Por hacer mención de entidades que se mueven en el campo de la discapacidad, me referiré, por ejemplo, a las Declaraciones de Atocha, de marzo de 2007: "Los Presidentes de las 90 Entidades FEAPS Madrid aprueban la Declaración de Atocha, un Documento de compromisos en torno a la cohesión asociativa, los derechos de las personas con discapacidad intelectual y sus familias y las estrategias a seguir en los próximos años". Como sabéis todos, se trata de una Plataforma reivindicativa para mejorar y consolidar la Red FEAPS Madrid de Centros y Servicios para las Personas con Discapacidad Intelectual.

En esta misma línea de reivindicación citaré, finalmente, otro ejemplo, en este caso será el del movimiento asociativo de mujeres progresistas por la igualdad, que emerge en Madrid en 1986; lo hace desde unos grupos de reflexión que observaban preocupadamente cómo el mensaje feminista no traspasaba una serie de barreras, no llegaba a la gran masa de mujeres, quedándose en círculos reducidos, generalmente de las capas más ilustradas, y de las cuales no todas vencían las resistencias mentales de una educación tradicional y, en el mejor de los casos, no pasaban a una acción solidaria. Era necesario hacer calar la idea de igualdad de una forma generalizada en la población femenina para poder reivindicar y conseguir unas medidas legislativas y unas políticas sociales correctoras de la discriminación en que se encontraban las mujeres, sobre todo las que pertenecían a los sectores sociales más desfavorecidos. Era necesario promover la participación de la mujer de las mujeres en la dinámica social, fomentar su asociacionismo y su integración en el ámbito de lo público.

Si hago esta cita con tanto detalle es por dos razones: la primera para que todos tomemos conciencia de cómo surge una inquietud ante la discriminación de la mujer. Surge de la reflexión sobre la situación social de la mujer y sobre las barreras que impedían que el mensaje feminista llegase a la gran masa de mujeres. Y la segunda razón que me impulsa a traer aquí este ejemplo de la apuesta por la igualdad de la mujer es porque lo considero muy relacionado con la línea argumental que estamos siguiendo en nuestra Ponencia: Las Redes Sociales deben potenciar su apoyo para lograr que el mensaje del Envejecimiento Activo supere las barreras que impiden que éste llegue a la gran masa de personas mayores y con discapacidad, quedándose, y repito las mismas palabras empleadas anteriormente, en círculos todavía reducidos, generalmente formados por personas pertenecientes a las capas más ilustradas.

Estas consideraciones creo que nos ayudarán a la hora de llegar a las conclusiones operativas que deberían surgir al final de mi disertación.

Más allá de estas consideraciones en torno a lo que son las actuaciones reivindicativas de las entidades sociales, y sobre su posible fuerza coercitiva ante las Administraciones Públicas u otras instancias de las que dependen la respuesta y solución de los problemas denunciados, quiero señalar muy brevemente algunos de los objetivos que, considero que deberían ser subrayados por parte del movimiento asociativo en sus demandas, para que vaya calando la idea del Envejecimiento Activo, y se vayan introduciendo medidas correctoras de la situación de discriminación y/ o desenganche social todavía existente que padecen muchas personas. Algunos de estos puntos me limitaré a mencionarlos pues serán abordados más profundamente durante el Congreso:

- **Demandas de cobertura económica:** no hay posibilidad de igualdad de oportunidades y, por consiguiente, de una participación plena en la sociedad, si no se tiene una situación económica con una cobertura mínima, que sea

satisfactoria... (Ponencia 5ª de este Congreso: "Economía y Envejecimiento Activo").

- **Demandas de carácter sanitario** que ya hemos visto en la primera ponencia al abordar el "Entorno Sanitario y Envejecimiento Activo".
- **La cultura como factor fundamental** para un Envejecimiento Activo. Me vienen a la memoria aquellas palabras de Cicerón: "Las personas que no tienen recursos interiores que les permitan vivir una vida buena y feliz encuentran que toda edad es una carga". Entiendo la cultura aquí como ese recurso interior, que va más allá de saber escribir y leer y tener conocimientos de matemáticas y geografía; la entiendo mejor como un caudal de habilidades sociales que permite comprenderse mejor a sí mismo; comprender mejor a los demás; comunicarse bien con el otro; tener una actitud de escucha-activa; en fin, entiendo la cultura como un saber ser y un saber estar; como una educación para la vida. Todos conocemos personas así; gente que mantiene buenas relaciones; que tiene buen talante; que es asertivo y resolutivo; que tiene buena imagen personal. En definitiva, que es culto y cultivado, y que, por ello, se integra bien en la empresa, en el grupo de amigos y en la sociedad en general. Pero no voy a hablar de reivindicaciones en este sentido. La Ponencia número 4 va a tratar del entorno cultural y el fomento del Envejecimiento Activo.
- **Demandas de protección de derechos de las personas mayores** y aquellas que luchan contra la discriminación por edad (que se tratarán en la ponencia 6), porque constituyen un pilar básico del envejecimiento activo.

Y especialmente quiero destacar y pararme un poco más por su relevancia actual en las reivindicaciones sobre el cambio de imagen de la persona mayor y con discapacidad y las reivindicaciones para que se promuevan programas y actuaciones especiales con las mujeres mayores en orden a su mayor participación activa en la comunidad, en condiciones de igualdad con los hombres.

a).- Cambio de imagen de la persona mayor y con discapacidad.

Se ha avanzado mucho en este aspecto. Prácticamente hemos enterrado ya los términos "tercera edad", como ha pasado ya con "minusválido", y el concepto social que se tiene de estos colectivos es bastante distinto del que se tenía hace dos décadas.

Pero todavía el llamado "edadismo" sigue perjudicando a las personas mayores, porque infravalora sus capacidades como personas, disminuyendo claramente sus oportunidades de participación en todos los ámbitos de la vida. La infravaloración de sus capacidades y la aceptación pasiva de noticias e imágenes negativas alimentan y refuerzan la discriminación, incluso la automarginación.

Las Organizaciones sociales de uno y otro colectivo, de personas mayores y de personas con discapacidad, debemos seguir desarrollando su papel de lucha contra los estereotipos negativos, y a favor del cambio en la consideración social y en los medios de comunicación a sus representados: porque vejez no es equivalente de enfermedad, de poco dinero, de mal gusto en el vestir, de personas poco sociales, etc.. que son estereotipos muy acuñados. Es necesario reivindicar que los medios de comunicación social difundan noticias positivas que tienen que ver con la realidad actual de personas mayores y discapacitadas preparadas, formadas, integradas y activas.

El movimiento asociativo debemos estar convencidos de que el cumplimiento de nuestros objetivos se facilita y se potencia promoviendo políticas y estrategias de comunicación y de visibilidad.

En España, a partir de la década de los años ochenta del pasado siglo, las asociaciones de las personas con discapacidad abandonan las políticas más endogámicas en el entendimiento de que los plazos para alcanzar reivindicaciones se acortan utilizando técnicas de sensibilización y de relación tanto con las instituciones sociales, como con los agentes que influyen en la opinión pública, con las instancias de gobierno y de representación política.

El objetivo de toda política de comunicación es crear o reforzar la imagen que se proyecta ante la opinión pública con el objetivo final de facilitar la solución de las reivindicaciones contenidas en los proyectos estratégicos.

Además, la comunicación tiene otras razones complementarias:

- En un primer momento, las instituciones pretenden, a través de la comunicación, crear estados de opinión favorables a sus intereses.
- Entienden que la sensibilización de la opinión pública es un requisito previo para alcanzar mayores niveles de eficacia.
- Se favorece la cohesión de los grupos directamente implicados en la representación de los colectivos implicados.
- Los poderes públicos dedican mayor interés y recursos si entienden que la opinión pública respalda los mensajes promovidos desde la comunicación.
- La comunicación estratégica sirve para frenar la adopción de medidas contrarias a los intereses representados.
- A través de la comunicación, se consolidan los liderazgos de aquellas personas que representan a las instituciones.

- La búsqueda de elementos de prestigio social es otro de los requisitos que figuran en los proyectos comunicativos.

Por todo ello, las entidades representativas, a lo largo de la historia más reciente, han procurado crear vínculos de relación política en todos los ámbitos: administrativos, de representación, consultivos y académicos.¹

b).- Mujeres mayores que viven solas.

Antes hice mención del movimiento asociativo de mujeres progresistas por la igualdad. Premeditadamente el comentario fue largo.

La soledad, provocada por una mayor esperanza de vida, una peor salud, que las lleva a ser el 66 por ciento de las solicitantes de ayudas a dependientes, y una mala situación económica hacen que la calidad de vida de las mujeres mayores sea peor que la de los hombres.

Desde el punto de vista económico, la pensión media de una viuda es la mitad de la que perciben los hombres. Se trata de un aspecto especialmente destacable ya que el 44 por ciento de las mujeres de más de 65 años perdieron a sus maridos, y todos estos factores negativos se acrecientan cuando estas ciudadanas mayores que viven solas pertenecen al ámbito rural con sus especialísimos problemas que casi nadie defiende. Ahí se aloja el analfabetismo existente, el poco dinero, el mucho trabajo, la enfermedad, etc..., y por tanto la extrema fragilidad social que padecen.

Si sabemos que van a vivir más años y que tienen más riesgo de caer en una situación de dependencia hay que trabajar con ellas, y preparar el terreno para que se armen con hábitos saludables, de vida, de alimentación, de ejercicio físico, de cuidarse, y también tener más relaciones sociales, porque las mujeres se han concentrado tradicionalmente en la relación de la familia.

En esa misma línea acentúo ahora la necesidad de reivindicar la promoción de Programas y actuaciones especiales relativas a mujeres mayores, en orden al acrecentamiento de su participación activa en la comunidad, en condiciones de igualdad con los hombres.

Estos Programas, además, podrían incluir campañas de sensibilización sobre el valor social de la mujer, **y sobre todo de la mujer mayor con discapacidad**, el fomento de la participación de éstas en la vida de las asociaciones, ONGs y funcionamiento de los centros gerontológico en igualdad de condiciones con los hombres; inclusión en dichas campañas de mensajes referidos a la distribución racional de las cargas de cuidados en el seno familiar y conceder a la mujer una participación en las tareas domésticas en igualdad de condiciones con el hombre.

¹ La imagen social de las personas con discapacidad. Ediciones Cinca. CERMI. Julio 2008.

Termino mis consideraciones sobre las actuaciones reivindicativas no sin antes reiterar lo que dije algo más arriba, que a estas actuaciones señaladas deben unirse todas las anteriormente mencionadas: las de carácter económico, las de carácter sanitario, las de carácter cultural y las de carácter jurídico. Sin duda que en la exposición de las respectivas Ponencias se irá perfilando el papel que podrían asumir las Organizaciones Sociales para promover el Envejecimiento Activo.

3.2. Actuaciones de Apoyo promovidas y ejecutadas por las propias Entidades Sociales

Me referiré seguidamente al segundo de los grupos de posibles actuaciones desde el tejido social para promover el desarrollo del Envejecimiento Activo.

En orden a la brevedad, centraré la atención sólo en un grupo de actuaciones: las referidas a la formación.

El sentido de esta palabra yo, como pedagogo, lo identificaría con el concepto de culturización comentado con anterioridad, y que ahora quiero tratarlo más ampliamente. Formar es culturizar. Y culturizar es formar para la vida.

Nuestras Asociaciones, en una palabra, el tejido social, se han sumado desde hace tiempo a esa tarea de formación permanente, que es una exigencia de nuestro tiempo para toda persona, para cada empresa, para cada entidad. Hemos de formarnos permanentemente para estar actualizados y para poder ofrecer mejor lo que somos y lo que tenemos.

Y hemos de incrementar la oferta educativa y cultural.

Propondré este objetivo en una doble vertiente: formación integral, por un lado, y formación específica para el cambio, por otro.

a) Cursos de formación integral

Bajo esta denominación agruparía aquellos cursos, jornadas, seminarios, conferencias...que se imparten con carácter general para personas mayores y personas con discapacidad, y que abarcan de una manera integral e interrelacionada todos aquellos aspectos que atañen al logro de un Envejecimiento Activo.

CEOMA lleva varios años impartiendo unos cursos llamados de "Madurez Vital", que son todo un éxito.

La UDP. ha creado una Escuela de Formación de Mayores Activos para la promoción de estilos de vida activos y saludables, y para el fomento de la participación social de las personas mayores.

Conocida es de todos la tradicional dedicación a esta tarea de impartir cursos de esta naturaleza por parte de empresas tan significativas como FENOSA y Telefónica. También viene siendo ejemplar la U.G.T., la FUNDACIÓN ONCE y otras.

Me referiré también a un Programa recientemente puesto en marcha por la fundación de Geriatria y Gerontología, elaborado, programado y coordinado por Rafael Pineda, conocido en el sector de las personas mayores por su larga trayectoria profesional en este campo. Bajo la denominación "Programa de Envejecimiento Activo", esta Acción formativa se propone como objetivos a lo largo del semestre Enero-Junio 2009, promover la autonomía personal, ofrecer actividades que estimulen las ganas de vivir; y como tercer objetivo, el Programa se propone la participación activa en familia, asociaciones, comunidad de vecinos, barrio, ciudad, vida política y social. Se abordan todas las áreas y aspectos para vivir con calidad de vida: sanitaria, psicosocial, literario-cultural, jurídica, de servicios, de nuevas tecnologías y de lenguas, inglés y francés. Todo esto mediante conferencias, charlas coloquio, talleres, concursos literarios, visitas a museos y viajes culturales. Cada una de las actividades está conducida por profesionales expertos en cada uno de los campos. Creo que es un magnífico exponente de lo que debe ser una formación integral de cara al Envejecimiento Activo.

b) Formación específica para el cambio

Entiendo que una exigencia del Envejecimiento Activo es la adaptación.

La adaptación en sociología y en psicología es el proceso por el que un grupo o un individuo modifica sus patrones de comportamiento para ajustarse a las normas vigentes en el medio en que vive,

El tema que estoy tocando en este momento es de tal importancia que merecería una Ponencia aparte.

He de abreviar para ir terminando y, por tanto, tengo que renunciar a muchas ideas que se agolpan en la cabeza.

Sintetizando, quiero decir que la participación activa de los mayores y de las personas con discapacidad en la sociedad de hoy requiere una integración en ella, lo cual exige romper los muros que nos separan, que no echan sus cimientos en la edad, ni en la discapacidad, sino en el modo de pensar y de ser. Vivimos en una sociedad en proceso de profundos cambios. Cabría decir que estamos en una encrucijada de la historia. Estamos asistiendo al nacimiento de una contracultura, que es una cultura nueva, desafiliada o desafecta a los principios y valores fundamentales de la sociedad tradicional, y que pretende realizar una transformación secular, con un rechazo total al orden existente.

A veces chirrían los contactos con la sociedad por estar desfasados.

La consecuencia a la que quiero llegar es que el profundo cambio vital que para toda persona significa el paso a la jubilación, requiere también de herramientas formativas con las que restaurar la adaptación personal al cambio producido, y por otro lado, quiero afirmar que una sociedad en cambio requiere de nosotros cambios profundos para adaptarnos al devenir de la historia. Es, por ello, que propongo esta modalidad de acción formativa, que he denominado "formación específica para el cambio".

Los obstáculos para adaptarse a los cambios no son pocos. Los conflictos internos limitan la capacidad de cambiar.

Existen talleres ya programados por expertos, en los que, mediante la confrontación y el diálogo de los componentes del grupo se va aprendiendo la difícil tarea de aprender a desaprender para reaprender nuevos roles.

4. Conclusiones

Al final de la exposición, me quedan claras las siguientes conclusiones que ofrezco al debate de todos los presentes, en la convicción de que sólo así, podremos acertar en los planteamientos, garantizando su viabilidad y los frutos de sus desarrollos.

1. Habiéndose comprobado que el ejercicio del envejecimiento activo da como resultados los que expresa la Organización Mundial de la Salud al definirlo y que dice: "el Envejecimiento Activo es el proceso por el cual se optimizan las oportunidades de bienestar físico, social y mental, durante toda la vida, con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable, la productividad y la calidad de vida en la vejez", parece ineludible hacer una encendida invitación a los que, *siendo más o menos mayores*, todavía andan por la vida como desafiados o desenganchados sociales, a fin de que invirtiendo sólo un poco de su tiempo libre – sobrante – en la atención solidaria para con los demás hombres, ellos tengan así la oportunidad de mejorar su propia calidad de vida al contribuir voluntariamente en la construcción de un mundo más humano.
2. Las redes sociales, pues, deben incluir en su agenda de actividades prioritarias las campañas de mentalización acerca de los beneficios generales que ofrecen el voluntariado social y el envejecimiento activo.
3. Por otra parte hemos de hacer un llamamiento a todas las Asociaciones para fomentar la efectiva movilización de todos sus socios, para que tras el desarrollo de un tejido social tan profuso como el que hoy disfrutamos, seamos capaces de llevar a cabo una autocrítica profunda de nuestros quehaceres y programar con realismo las acciones mediante las que, a la luz del siglo XXI, nos acerquen más eficientemente al objetivo de la participación social de las personas mayores y con discapacidad
4. Habiéndose logrado muy satisfactoriamente unas importantes sinergias entre las Redes Sociales, defensoras de los valores y derechos de las personas mayores, con aquellas otras Organizaciones que trabajan a favor de las personas con discapacidad, y cuyo éxito común ha sido la promulgación de la ley "Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia", en adelante habremos de colaborar, más estrechamente si cabe, para conseguir que las Administraciones Públicas den cumplimiento efectivo a los compromisos adquiridos por el Estado y las Comunidades Autónomas en dicha ley
5. Si sabemos que las mujeres mayores de 65 años van a vivir más que sus compañeros, y que por ello tienen mayor riesgo de caer en dependencia y/o soledad, hay que trabajar con ellas en campañas preventivas de autoayuda y otros programas en orden al acrecentamiento de su participación activa en la comunidad, incluyendo actuaciones de sensibilización sobre el valor social de la mujer, y sobre todo de la mujer con discapacidad. Especialmente deberán

diseñarse programas dirigidos a las mujeres mayores y discapacitadas que además, por si fuera poco, viven en el ámbito rural

6. Las Organizaciones sociales de personas mayores y de personas con discapacidad, deben seguir desarrollando su papel de lucha contra los estereotipos negativos, y a favor del cambio en la consideración social y en los medios de comunicación hacia sus representados. Es necesario reivindicar que los medios de comunicación social difundan noticias positivas que tienen que ver con la realidad actual de personas mayores y discapacitadas preparadas, formadas, integradas y activas
7. Asimismo, hemos de construir una nueva y atractiva imagen para los Centros y Clubes de personas mayores, poniendo en el escaparate las muestras más expresivas de su compromiso y dinamismo social: sus proyectos y sus actividades.
8. Nuestras Redes Sociales de Apoyo han de establecer y/o mejorar sus políticas de comunicación social con el fin de optimizar los resultados de sus proyectos estratégicos
9. Por las repercusiones positivas que entrañan las actividades y talleres de fomento de salud y autoestima en las personas mayores, en estos tiempos de crisis, hemos de luchar por su permanencia, e incluso por su extensión
10. Debemos programar talleres en los que mediante la confrontación y el diálogo de los componentes del grupo, se vaya aprendiendo la difícil tarea de aprender a desaprender para reaprender nuevos roles. Porque, por un lado, el profundo cambio vital que para toda persona significa el paso a la jubilación, requiere también de herramientas formativas con las que restaurar la adaptación personal al cambio producido, y por otro lado, porque la sociedad requiere de nosotros cambios profundos para adaptarnos al devenir de la historia.

Palabras finales

Queridos amigos. Aquí termino. He intentado responder con rigor y realismo a lo que se me había pedido, ajustándome, más o menos, por otra parte, al tiempo señalado. Espero que las ideas compartidas sean de utilidad para contribuir a que las Redes Sociales, las Organizaciones sociales, asumamos el papel de apoyo que nos corresponde en la innovación del entorno social necesario para lograr el desarrollo del Envejecimiento Activo.

Muchas gracias.