Diagnóstico Social Participativo sobre el Movimiento Asociativo de Personas Mayores de Navarra

Enero 2020

Un proyecto de:

T3RCER TIEMPO
Confederación Navarra de Personas Mayores
Nafarroako adinekoen Konfederazioa

Asistencia técnica de:

PAUMA
Gestión de recursos sociales y educativos

Financiado por:

Nafarroako Gobernua
Gobierno de Navarra

Gracias a todas las personas que
han participado en este diagnóstico,
personas que creen en el presente y futuro
de las personas mayores.

Una investigación de la **Confederación T3RCER TIEMPO**

Grupo Motor:

- Joaquín Almoguera Latasa
- Joxean Sesma Aizpurua
- Manuel Burguete Zubillaga
- Helena Urzaiz Martínez

Con la asistencia técnica del equipo investigador de Pauma:

- Víctor Barrero Gamino
- Rosa Olaortua Garijo
- Ainara Montoya Dufur
- Alicia Olza Esteban

ÍNDICE

PREÁMBULO **1**

INTRODUCCIÓN **3**

FUNDAMENTACIÓN **4**

1. ¿DE QUÉ HABLAMOS CUANDO HABLAMOS DE PERSONAS MAYORES? **4**
   - 1.1. Las personas mayores en la Agenda Pública **5**
   - 1.2. La **participación** social de las personas mayores, un reto complejo **9**
   - 1.3. Las asociaciones de personas mayores, personas organizadas **11**
   - 1.4. Claves para la participación social y el liderazgo de las personas mayores .. **14**
   - 1.5. ¿De dónde partimos? Género y personas mayores. Luces y sombras **16**
   - 1.6. EL futuro que viene. Historias de vida **20**
   - 1.7. Marco jurídico: Escenarios para la acción **22**
   - 1.8. Datos de personas mayores **25**

OBJETIVOS **34**

METODOLOGÍA **35**
   - 3.1. Fuentes, técnicas y dinámica del proceso **36**
   - 3.2. Desarrollo metodológico **36**

ANÁLISIS DE DATOS Y RESULTADOS AL DETALLE **48**
   - 4.1. Aportaciones desde las encuestas a las asociaciones **48**
   - 4.2. Espacios de reflexión compartida **76**

CONCLUSIONES **84**

BIBLIOGRAFÍA **86**

PREÁMBULO

Confederación Navarra de Personas Mayores T3RCER TIEMPO Nafarroako Adinekoen Konfederatzioa

La **Confederación T3RCER TIEMPO** nace fruto de una reflexión que se inicia a instancias de varias Asociaciones de Mayores, apoyadas por la UPNA y la Agencia Navarra de la Autonomía y Desarrollo de las Personas (ANADP) de Gobierno de Navarra. Tiene desde su inicio la vocación de agrupar al mayor número de asociaciones de mayores para dar respuesta a los problemas de comunicación y coordinación existentes y dotarlas de un instrumento común de apoyo y asesoramiento, sobre todo a las asociaciones más pequeñas, en las tareas de gestión, programación de actividades… Quiere ser también un interlocutor del variado y complejo mundo de los Mayores ante la Administración y la Sociedad.

La mayoría de las Asociaciones de Mayores la constituyen los Clubes de Jubilados que después de haber sido un elemento aglutinador y dinamizador de la gente mayor en los pueblos y barrios de la ciudad, desde los años 80, hoy han dejado de ser un punto de referencia para las nuevas generaciones de jubilados y jubiladas. Este es tal vez el mayor problema con que encaran el futuro las asociaciones tradicionales. No hay más que ver el promedio de edad y las dificultades que tienen la mayoría para renovar sus juntas directivas.

Existen otro tipo de Asociaciones nacidas estos últimos años, con un carácter netamente reivindicativo algunas, con marcados fines específicos de carácter deportivo, de ocio, solidaridad, otras, que responden a diferentes inquietudes y necesidades de las nuevas generaciones. Las relaciones de estas asociaciones con los clubes son escasas por no decir nulas.

Las estadísticas nos anuncian un galopante crecimiento de la población mayor como uno de los cambios más profundos que nuestra sociedad va a experimentar de inmediato. Ese cambio va parejo a otro tipo de cambios no menos drásticos en muchos campos de la vida social que necesariamente van a interpelar a todas las generaciones en sus respectivos ámbitos y necesidades.

¿Seremos capaces de estar a la altura de los complejos retos que hoy tenemos delante? ¿Pueden permitirse las diferentes generaciones de personas mayores vivir de espaldas unas de otras y procurar cada cual intentar funcionar a su manera sin tener en cuenta una perspectiva de apoyo mutuo? ¿Puede una generación que se curtió en la lucha solidaria volver la espalda a un desafío como el que hoy tiene enfrente?

Este es uno de los interrogantes que debiéramos hacernos toda la gente que hoy estamos comprometidos en mejorar el estatus de este gran colectivo que constituimos el mundo senior.

LOS CLUBES DE JUBILADOS Y JUBILADAS

El desarrollo de los llamados Clubes de Jubilados toma cuerpo en los años 80 en la mayoría de los pueblos y barrios de la ciudad. Fue una buena iniciativa que permitió poner en marcha lugares de encuentro en los que juntarse y acompañarse, disfrutar diferentes modalidades de ocio, hacerse visibles en la vida social y construir a su alrededor un grupo de presión para reivindicar ante las Instituciones, fundamentalmente locales, sus necesidades y demandas.

Sería bueno hacer un balance del papel jugado por los Clubes durante todos estos años y las energías que han desplegado muchas personas voluntarias en la gestión, a la hora de promover actividades de todo tipo, incluidas en muchos casos experiencias de voluntariado. El

evidente desapego que hoy existe entre la generación jubilada recientemente y los clubes puede tener que ver con muchas causas, pero sería injusto no valorar todo el legado positivo que nos han dejado tras todos estos años y un gran error no aprovechar toda esa experiencia. Lo que tanto ha costado a la generación anterior no se puede abandonar y mucho menos menospreciar.

¿TIENEN FUTURO LOS CLUBES?

De entrada, el potencial de locales que hoy gestionan los Clubes, la tupida red de actividades que animan constituye un activo impresionante. Dignas de mención también son las características que han acompañado la vida de los clubes: Verdaderos espacios de encuentro, plurales, respetuosos, inclusivos, con una clara vocación de apoyo mutuo y una inestimable vacuna contra la soledad.

¿Por qué no se acercan a los Clubes las nuevas y los nuevos jubilados? Este es un hecho incuestionable. A las nuevas generaciones les atrae poco el ambiente de los Clubes. Hay excepciones: Aquellos Clubes que, por las razones que sea, han conseguido atraer a sus juntas gente nueva que, a su vez, los han dinamizado de tal manera que tienen garantizado su rejuvenecimiento.

Hay varias preguntas que nos debemos hacer, ¿Es esta situación privativa de nuestra tierra? ¿Existen experiencias en las que se ha revertido esta tendencia? ¿Merece la pena hacer esfuerzos en esa dirección?

Hace años en Vitoria-Gasteiz, se produjo a instancias del Ayuntamiento una transformación profunda de los clubes de jubilados para convertirlos en Centros Socioculturales de Mayores en los que hay muchas oportunidades para disfrutar de un envejecimiento activo y saludable, con prestaciones que ayudan a las personas en su vida diaria.

¿Estamos a tiempo en Navarra para iniciar una andadura que nos ayude a rejuvenecer y dinamizar las estructuras y la vida de los clubes? ¿Puede darse una evolución en esta dirección sin contar con la generación jubilada más joven? Este es uno de los retos más importante a los que tiene que hacer frente la Confederación.

Confederación T3RCER TIEMPO

INTRODUCCIÓN

Cuando a comienzos de julio de 2019 tuvimos nuestra primera reunión con varias personas que forman parte de la **Confederación T3RCER TIEMPO** para contarnos su idea de la investigación que querían desarrollar, el tiempo de que se disponía y los objetivos a conseguir, al Equipo Investigador de Pauma nos pareció un reto interesante y difícil a partes iguales.

Nos entusiasmó la idea de colaborar con ellos y ellas, de acompañarlos en ese bonito proceso que querían iniciar porque sabíamos que íbamos a aprender mucho de un tema que nos preocupa y motiva, las personas mayores.

Desde luego, nuestras expectativas han sido superadas con creces. Hemos tenido la suerte de compartir estos meses con unas personas entregadas, reflexivas, conocedoras del tema, respetuosas con nuestro trabajo y con las que hemos disfrutado diseñando la encuesta, analizando resultados, colaborando en la motivación de las personas mayores en el estudio… y así poco a poco y entre todas y todos hemos logrado llevar a cabo este Diagnóstico Participativo sobre el Movimiento Asociativo de Personas Mayores en Navarra, que realmente es suyo, nuestra labor ha sido la de apoyarles, asesorarles y ser quienes han llevado a la práctica las diferentes técnicas utilizadas.

Junto con la **Confederación T3RCER TIEMPO**, propulsora de este diagnóstico porque vio la necesidad del mismo, debemos señalar a todas las personas representantes de las Asociaciones de Mayores de Navarra que con tanta amabilidad y paciencia nos han atendido para la realización de la encuesta, y han acudido al grupo focal que convocamos. Nos han contado sus necesidades con sinceridad, su dificultoso día a día en algunos casos, pero también nos han hecho reír con su buen humor y, sobre todo, hemos aprendido a valorar más realmente la labor que hacen encaminada a mejorar la calidad de vida de las personas mayores de una manera desinteresada y generosa. También el diagnóstico es suyo.

Hemos tenido la suerte de contar con tres personas expertas en el tema que nos ocupa, tres grandes profesionales conocedores del ámbito de las personas mayores que gustosamente respondieron a las preguntas de nuestra entrevista y nos iluminaron con sus saberes e ilusión por hacerlo bien: Camino Oslé Guerendiain (exvicepresidenta de la Sociedad Navarra de Geriatría y Gerontología), Nicolás García Velilla (Jefe del Servicio de Geriatría del CHN) y Gemma Botín Cociña (Directora del Área de Discapacidad y Personas Mayores de la Fundación Caja Navarra).

Señalar también el apoyo y asesoramiento recibido por parte de Izaskun Andueza Imirizaldu, Profesora del Departamento de Sociología y Trabajo Social de la Universidad Pública de Navarra, reconocida investigadora de prestigio europeo y especialista en la elaboración de diagnósticos participativos. En esta investigación queda reflejada su generosidad y compañerismo, el exhausto conocimiento de este tipo de metodología y el interés por el avance y la mejora de los temas sociales en Navarra.

El presente Diagnóstico participativo pretende un acercamiento a la realidad del Asociacionismo de Personas Mayores en Navarra desde y con sus protagonistas, y a través de los distintos apartados trataremos de dar respuesta a las diferentes cuestiones que aparecen en ese preámbulo elaborado y firmado por la **Confederación T3RCER TIEMPO**.

FUNDAMENTACIÓN

1. ¿DE QUÉ HABLAMOS CUANDO HABLAMOS DE PERSONAS MAYORES ACTUALMENTE?

"…En la vida hay que tener acción, ilusión, curiosidad. Nada me molesta más que me digan que algo no es de mi tiempo, ¿y en qué tiempo vivo yo?, pues en este siglo y en consecuencia me importa todo. Si uno quiere aprender, aprende hasta que se muere. Mientras haya vida hay que vivirla haciendo cosas que te apetezcan...".

Paca Tricio. Presidenta de Unión Democrática de Pensionistas de España y del Comité Asesor del diario digital www.65ymas.com y autora del libro "La rebelión de los mayores".

Sirva esta entrada para introducir un tema apasionante e inspirador, lleno de interrogantes, matices y espacios por explorar que nos emplaza a escuchar, pensar, cuestionar y argumentar, siguiendo los hilos de multitud de historias vitales que dibujan mosaicos multicolores de bordes indefinidos.

Sin ánimo de realizar un estudio exhaustivo que excedería del cometido de este marco teórico, pretendemos encaminar nuestra atención y reflexión hacia algunos conceptos conexos con el fin de enmarcar una acción investigadora desde una mirada humanista y empática.

Al revisar los diferentes estudios y reportajes disponibles encontramos un elemento recurrente en los diferentes despliegues; las fronteras difusas que separan lo que es de lo que no es. La literatura científica asociada a las personas mayores define sus características en función de los procesos de envejecimiento, recoge términos que hacen referencia a procesos biopsicosociales, procesos del envejecimiento que contemplan límites y posibilidades, y que ponen de manifiesto que están relacionados con un amplio abanico de variables intervinientes, algunas de las cuales son susceptibles de ser modificadas con resultados positivos sobre la calidad de vida y el bienestar de las personas mayores.

Tradicionalmente las personas mayores eran definidas exclusivamente por una construcción cultural asociada fundamentalmente a la edad, con un enfoque limitado y limitador de capacidades y posibilidades.

"Las etapas vitales clásicas (formación trabajo y retiro) pierden los referentes que suponía sus hitos de entrada o transiciones entre unas y otras (terminar la escuela, acceder a un trabajo en una empresa o fábrica, jubilarse) y se entremezclan de tal manera que carecen de sentido como constructos explicativos de las fases por las que atraviesa una historia de vida fragmentada por la flexibilidad. Esta situación abre una problemática de una enorme trascendencia al poner en entredicho la eficacia de un sistema legal e institucional que reparte derechos y deberes en base, entre otras, a la presunta capacidad clasificadora de esta construcción cultural de las edades". (Guillemard, 2019)

Además, es preciso considerar que teniendo en cuenta la esperanza de vida actual, situada en torno a los 80 años, el periodo o estado de vejez tiene una muy larga duración y variabilidad. "La esperanza de vida se ha incrementado de forma espectacular durante todo el siglo XX y la tendencia general es una continuación de ese proceso. La clave inicial del aumento ha sido el descenso de la mortalidad infantil, reflejo del progreso histórico en las condiciones sanitarias, sociales, económicas, y de la mejora en los estilos de vida, pero desde los años ochenta del siglo XX se ha producido igualmente una notable mejora en la supervivencia en la vejez". (Envejecimiento en red número 22, marzo 2019).

La Organización Mundial de la Salud por su parte acuña el concepto de gerontolescencia para referirse a una nueva etapa vital de transición entre la adultez y la vejez y que se enmarca en el

periodo que va de los 65 a los 80 años. Una etapa donde, gracias al incremento de la esperanza de vida, la persona se encuentra en plenitud de su calidad de vida, y donde tiene mucho que aportar como agente activo de la sociedad.

En función de cuál o qué consideremos el punto de partida (a partir de los 50, la edad de jubilación…) podemos encontramos por tanto con una gran apertura temporal y también con una gran variedad en las condiciones y formas de envejecer y de percepción de los propios procesos de envejecimiento, que podrían dar lugar a diferentes subgrupos de personas mayores, en función de:

- **la edad**; a través de los ciclos históricos vividos y sus repercusiones sobre las condiciones de vida individual y colectivas.
- **el género**; mediante las construcciones culturales patriarcales y sus implicaciones en todos los ámbitos de desarrollo humano tanto para las mujeres como para los hombres.
- **los procesos de estabilidad y cambio** asociados a las capacidades y limitaciones con sus derivaciones sobre la autonomía y la autodeterminación de las personas mayores.
- **las identidades percibidas**; las formas de comprenderse y relacionarse con una misma o uno mismo, y que determinan el lugar desde donde se observa y se interviene en el mundo.
- **los roles desempeñados** a lo largo de la vida, en el momento presente y proyectándose hacia el futuro.

Estas referencias nos muestran un escenario complejo, a la vez que nos permiten una aproximación individual, aunque sea de forma somera, a la diversidad de personas mayores en base a sus historias de vida y una aproximación colectiva a través de sus elementos comunes y agrupaciones diversas.

1.1. LAS PERSONAS MAYORES EN LA AGENDA PÚBLICA

Estimamos que las personas mayores están cobrando un protagonismo creciente en el espacio público, confluyendo actualmente iniciativas de orígenes y fines diferentes. Incorporamos en este apartado algunas ellas como exponente de sus matices y su relevancia.

Si bien la declaración de Derechos Humanos de 1948 es extensible a todas las personas, no contiene ninguna referencia expresa hacia las personas mayores, y no es hasta un pasado relativamente reciente, en 1991, cuando la ONU aprueba sus principios en favor de las personas mayores exhortando a los gobiernos para que los incorporaran en sus programas. Esta declaración se basa a su vez en la Declaración sobre Derechos y Responsabilidades de las Personas de Edad promulgada previamente por la Federación Internacional de la Vejez. Estos principios se centran en valores tales como: la independencia, la participación, los cuidados, la autorrealización y la dignidad.

El movimiento asociativo de personas mayores fue creciendo también en España y en 2001 se celebró en Madrid el II Congreso Estatal de las personas mayores bajo el lema: “Una sociedad para todas las edades”, que abordaba ya el envejecimiento de la población como fenómeno social, el compromiso de la sociedad con las personas mayores y la contribución de los mayores a la sociedad.

En el año 2002 la Organización Mundial de la Salud promueve el envejecimiento activo definido como: “el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen”. Constituye un

impulso institucional que, aunque recoge en su enunciado la participación, su orientación enmarcada en las políticas de salud prioriza la importancia de la vida funcional y la autonomía de las personas mayores. El informe recoge también el impacto de la inequidad sobre la calidad de vida y pone el énfasis en los determinantes sociales sobre la base de la necesidad de intervención para avanzar en la equidad.

Blog Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores del IMSERSO

Esta apuesta continúa vigente hoy en día con sus luces y sus sombras, ya que determinaría un modelo que podría considerarse un tanto reduccionista en torno a la participación en función de las interpretaciones que se realicen del mismo. "…Pensamos que esta primera definición y marcaje de la cuestión de la participación ha podido devaluar hasta cierto punto, el propio concepto de participación social, reduciéndolo como ya hemos sugerido, hacia su vertiente de integración social y distanciándola de los aspectos más cercanos a la contribución colectiva y a la implicación local". Envejecer sin ser mayor. Fundación Pilares, 2015.

Las iniciativas institucionales se suceden en el tiempo con la aprobación de diferentes planes y directrices que abordan cuestiones como:

- El envejecimiento como un desafío a largo plazo en el marco de las estrategias económicas y la promoción de pactos intergeneracionales.
- La construcción de las "ciudades amigables con las personas mayores" destinado a crear entornos y servicios que promuevan y faciliten un envejecimiento activo y saludable.
- Promoción de espacios de investigación e innovación a través de propuestas como los Observatorios de personas mayores o la Sociedad Española de Geriatría y Gerontología.
- Regulación de los espacios de participación formales de las organizaciones de personas mayores: Consejos consultivos, Comisiones, líneas de financiación etc.
- Creación de recursos formativos adaptados a las personas mayores: Aulas de Experiencia, Aulas de Tercera Edad, UNED Senior, UMAFI y otras iniciativas promueven una extensa oferta educativa para personas con diferentes niveles de formación previos.

Paralelamente otras entidades de profesionales vinculados a las personas mayores comienzan a modificar también sus paradigmas de intervención. Entre estas iniciativas podemos citar el Decálogo para el Buen Trato a las personas mayores de la Sociedad Española de Geriatría y Gerontología que coloca el foco sobre el respeto a las personas y su dignidad sobre la base de la construcción de relaciones igualitarias entre profesionales y personas mayores.

Por su parte las entidades de personas mayores han promovido sus propias vías para avanzar, se han agrupado en diferentes grados y plataformas para la reivindicación pública de sus demandas, conscientes de que representan el 19% de la población española, es decir suman cerca de 9 millones de personas, pero consideran que apenas cuentan con representación y voz dentro de las instituciones. Por ello las principales asociaciones de mayores de España publicaron en abril de 2019 un decálogo de medidas con la mirada puesta en la gobernanza, que incluimos como reflejo de las cuestiones que ocupan y preocupan a estas entidades:

- **Pensiones dignas**: que se garantice el poder adquisitivo y el futuro de las pensiones con su blindaje, además de la derogación de la reforma laboral de 2013 para generar empleo de calidad, más estabilidad y salarios adecuados a las necesidades de la ciudadanía.
- **Defensa del estado de bienestar**: Consideran que las instituciones públicas deben velar por la seguridad económica, servicios públicos, eliminación de desigualdades y lucha contra la pobreza, los cuatro pilares fundamentales en los que se sustenta el Estado de Bienestar.
- **Reforzar el Sistema Nacional de Salud**: ven imprescindible dotar al SNS de los recursos económicos, profesionales y tecnológicos necesarios para responder a la fuerte demanda actual y futura, para que se reduzcan las listas de espera, se garantice la universalidad en el acceso a los servicios sanitarios y se ofrezca una cartera de servicios adecuada a las necesidades de la población, dedicando especial atención a las personas mayores del entorno rural. En relación con las residencias de mayores, reclaman atención personalizada y libre de sujeciones y construir centros más cerca de donde viven las personas mayores. También piden ayudas técnicas para la movilidad, para la salud bucodental y para adaptar las viviendas y poder permanecer en sus casas. Sobre el copago farmacéutico, piden modificar los tramos establecidos para que no suceda como ahora que hay personas con muy bajos ingresos que tienen que pagar por los medicamentos.
- **Aumentar los servicios de ayuda a domicilio**: Las personas mayores reclaman que se aumenten los servicios de ayuda a domicilio y que la Ley de Dependencia se implante de la misma manera en todas las comunidades autónomas. Reclaman dotación presupuestaria suficiente para la correcta aplicación de la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de Dependencia. Estiman necesario que se tomen decisiones urgentes para garantizar el Sistema Público de Atención a la Autonomía Personal y que aseguren el acceso al mismo del importante número de personas que están pendientes de valoración. También piden la regularización académica y laboral de los cuidadores de mayores y enfermos y reconocer el derecho de las personas mayores con discapacidad a tener la oportunidad de trabajar o de tener acceso a otras posibilidades de obtener ingresos sin que se les obligue a jubilarse por la edad.
- **Implantar y desarrollar planes de envejecimiento activo**. Enmarcan la importancia de promover la actividad física de los mayores, actuar sobre su riesgo de fragilidad, promover una alimentación saludable y la disminución de consumos nocivos y de riesgo como el alcohol y el tabaco. También destacan la necesidad de la implantación y desarrollo de planes de envejecimiento activo en todas las comunidades autónomas, con programas de información y posibilidad real de realizar actividades, así como evitar la saturación de la demanda. En el ámbito del ocio y del tiempo libre, piden mejorar los centros de ocio y cultura para mayores y aumentar sus cursos y talleres.

- **Ayudas para evitar la soledad no deseada**: En España hay 1.960.000 hogares en los que vive una persona sola de más de 65 años. De esa cifra, 1.410.000 son mujeres y 550.000 hombres, según la Encuesta Continua de Hogares del Instituto Nacional de Estadística. Ante esta situación, los mayores abogan por la creación de una Comisión contra la soledad no deseada y reclaman ayudas para evitarla.
- **Medidas contra el maltrato y el edadismo**: Las personas mayores consideran de importancia que se tramite una Ley por los derechos y el buen trato a las personas mayores y crear una oficina especializada en la atención al maltrato, con un teléfono adscrito a esa oficina, gratuito, sencillo de memorizar, al estilo del que ya existe de violencia de género 016, y donde cualquiera pueda informar de situaciones vinculadas a estos hechos. En relación con el edadismo, piden que se desarrolle un plan de acción con estrategias preventivas contra la discriminación por razón de edad y la creación de un área de trabajo para la correcta comunicación e imagen de las personas mayores en los medios de comunicación.
- **Combatir la pobreza**: Para luchar contra la pobreza en todas sus formas, exigen medidas para facilitar el acceso a una vivienda digna, con inversión pública estatal, especialmente a aquellas familias con mayor grado de necesidad y/o vulnerabilidad. En este sentido, también proponen la implantación de ayudas para que los hogares tengan servicios automatizados, limpieza, ventilación y calefacción. También defienden conseguir un IVA menos regresivo y ayudar desde la fiscalidad a abaratar el precio de los bienes y servicios básicos. La propuesta en este sentido gravar todos los alimentos y bebidas no alcohólicas con el tipo superreducido del 4% y grabar la electricidad, el gas y la calefacción, que actualmente tributan al 21%, con el 10%.
- **Participación**: Las personas mayores exigen ser escuchados. Consideran que se están tomando decisiones que les afectan directamente, presentes y futuras, sin que tengan ni voz ni voto. En este sentido, defienden que haya un 20% de personas mayores en las cámaras de representación de los ciudadanos, así como que las asociaciones de mayores estén presentes en el Pacto de Toledo. Además, proponen que el Congreso de los Diputados tenga un Consejo/Oficina de los Mayores, como apoyo y asesoramiento a los parlamentarios, independientemente de la existencia de otros organismos en la administración que trabajen para los mayores.
- **Fomentar el aprendizaje y la formación a lo largo de toda la vida**. Reclaman que se ofrezca el acceso al conocimiento a todas las personas mayores, sin distinción de residencia geográfica (rural o urbana) y sin necesidad de acreditar ninguna formación académica, adaptando la formación a lo largo de toda la vida al heterogéneo grupo de las personas mayores. En concreto, desde CEATE abogan por que el futuro ministerio de Cultura cree un Bono Cultural Mayor de 500 euros para todas las personas que cumplan 65 años, facilitando su acceso a los bienes culturales en su primer año de jubilación. También piden que las cantidades económicas que invierten los mayores en su formación permanente puedan desgravarse en el IRPF, que las Aulas de Tercera Edad reciban asignación fija anual y la creación de una Agencia Estatal de Cultura Mayor que desarrolle, gestione y coordine las políticas integrales de cultura y aprendizaje a lo largo de la vida para los mayores.

Así mismo el recientemente publicado V Panel de tendencias de Navarra impulsado por la Asociación CoCiudadanaNA, recoge la indicación de políticas transversales frente al envejecimiento entre las 10 reformas en las políticas públicas a emprender por el gobierno, con un 62,8% de apoyo de las personas que componen el panel del análisis. Y el envejecimiento poblacional figura como el reto principal al que se va a enfrentar Navarra en los próximos 5 años con un 88,4% de la opinión consultada y aparece como una debilidad en el análisis

DAFO. No obstante, el estudio no recoge ninguna referencia a las oportunidades que el envejecimiento puede conllevar en diferentes ámbitos; capital humano de la experiencia y conocimientos, oportunidades de empleo asociados (formación, cuidados, consumo…)

1.2. LA PARTICIPACIÓN SOCIAL DE LAS PERSONAS MAYORES, UN RETO COMPLEJO

"Queremos participar en todo". Txema Odriozola. Presidente de la Federación de Jubilados de la CAV. (diario digital 65 y más).

La participación social de las personas mayores se despliega como un fenómeno multidimensional vinculado a diferentes factores individuales, colectivos y de categorización. La participación social pivota sobre un doble sentido, la de sentirse partícipe, integrado socialmente y la de contribuir, realizar una aportación a la comunidad.

Por un lado y atendiendo a la categorización recogemos las muy interesantes aportaciones sobre los tipos de participación que señalaban Daniel Prieto Sancho, Diego Herranz Andújar y Pilar Rodríguez Rodríguez en el estudio "Nuevos roles en la participación social en la edad de jubilación. Envejecer sin ser mayor". Fundación Pilares.2015

- **Integración social**: Se define también por oposición a la exclusión social y se asocia a una gran variedad de actuaciones y actividades tales como: la integración sociofamiliar, la cultura y la formación, la accesibilidad del espacio urbano, actividades recreativas, trabajo sobre habilidades funcionales…
- **Contribución colectiva**: Acoge realidades diversas como el soporte del estado de bienestar compartiendo responsabilidades en torno al cuidado; la comunidad, a través de la ayuda mutua entre vecindad o el voluntariado; y la sostenibilidad de la economía, desde empleo, el consumo o con la trasmisión de sus experiencias y conocimientos, la contribución a la innovación a través del bagaje de experiencias y conocimientos, papel activo y protagonista en la vida de las comunidades…
- **Implicación local**: Ligado también al ámbito anterior nos remite a la participación activa en la promoción de entornos amigables fomentando una recuperación más racional de los espacios públicos, de las relaciones entre los ciudadanos, de las transferencias de cuidados. También a la aportación en los movimientos ciudadanos de reivindicación de derechos, la participación política…

Además de estos parámetros, la participación social puede contemplarse en función del ámbito en el que se realiza, donde encontraremos la actividad privada y la actividad pública y los contextos en los que se realiza pudiendo ser éstos formales o no formales.

	Formal	Informal
Ámbito privado	• El DESARROLLO PERSONAL: Cursos, talleres, IMSERSO Participación: pertenencia a grupos de actividad y consumo	• LOS CUIDADOS: Ayudas a familiares y amigos cercanos. Los nietos Participación: sostén familiar y social
Ámbito público	• LOS SERVICIOS: Asociaciones y voluntariado. Participación: la ayuda social.	• LAS COOPERACIONES: Intercambio en barrios y movimientos sociales: Participación: la transformación de las condiciones de vida.

Tabla: Modelos de participación social. "Nuevos roles en la participación social en la edad de jubilación. Envejecer sin ser mayor". Fundación Pilares.

Ambos ejes permiten visualizar posibles trayectorias, a menudo sin compartimentos estancos y con espacios transicionales, que a su vez pueden venir delimitadas por otras variables tales como:

- **Los ciclos históricos vividos de forma individual y colectiva**: existen personas mayores que vivieron las condiciones de privación democrática del periodo posterior a la guerra civil, quienes vivieron la transición política y sus valores, quienes formaron parte de la transición sociocultural de las personas mayores que se ha producido a partir de la década de los 80, quienes han vivido y soportado la crisis de 2008-2014… todas estas circunstancias pueden mediatizar la participación social por su influencia en las carencias y las prácticas de participación asociadas a las mismas en las diferentes generaciones.
- **La salud**: se configura como un determinante de la autonomía y la autodeterminación necesaria para la participación: A menor capacidad menor participación, como avalan diferentes estudios que a menudo constatan además una correlación entre capacidades y edad.
- **El género**: la construcción social patriarcal tradicionalmente ha marcado notable y negativamente la participación social de las mujeres, relegándolas al ámbito privado del cuidado. En la actualidad el movimiento feminista en pro de la igualdad entre mujeres y hombres va ganando terreno y la incorporación de la mujer a la esfera pública de actividad, la representación y el poder marcan tendencia, aun cuando existe un largo camino por recorrer todavía.
- **La formación**: se manifiesta como un indicador proyectivo de la participación. A mayor formación mayor probabilidad de participación.
- **Situación económica**: las variables referidas a la situación económica influyen sobre todo en la participación en actividades de formación, representación y poder y en aquellas asociadas a cierto coste económico.
- **La residencia en entornos urbanos o rurales**: siendo los entornos urbanos los que a menudo cuentan con un mayor número de recursos que facilitan la participación de las personas mayores.
- **Las migraciones y la comunicación intercultural**: nuestra comunidad ya cuenta de base con varias culturas autóctonas y en ella se han vivido a lo largo del último siglo diferentes procesos migratorios; de entornos rurales a entornos urbanos, de otras regiones

peninsulares a Navarra y en los últimos años también migraciones desde otros países. En este contexto la comunicación intercultural cobra gran relevancia como factor facilitador de la integración y la participación social.

- **La brecha digital**: "A partir de los 55 años hay un descenso en los porcentajes de personas que utilizan internet. Se percibe una brecha digital entre los mayores y el resto de la población". (Envejecimiento en red número 22, marzo 2019). La importancia del manejo de las nuevas tecnologías marca un punto de inflexión en la capacidad de participación de las personas mayores en la comunidad ya que es la que permite el acceso a un número cada vez mayor de contenidos que están presentes en el mundo digital y cuyo acceso resulta cada vez más imprescindible para algunas circunstancias del funcionamiento diario.

1.3. LAS ASOCIACIONES DE PERSONAS MAYORES, PERSONAS ORGANIZADAS

Las asociaciones de mayores no han sido ajenas a las tendencias y transformaciones de las formas de participación de las personas mayores y se encuentran inmersas en diferentes procesos evolutivos. En España hace más de 40 años que nacieron los primeros centros sociales para personas mayores o clubes de jubilados de la mano de la obra social de las Cajas de Ahorro y posteriormente, a partir de 1979, del IMSERSO o las administraciones autonómicas o locales.

En un relato resumido no lineal que agrupamos por tendencias generales y que no pretende obviar la existencia de experiencias diferentes y/o mixtas nos encontraríamos con un esquema próximo a la siguiente argumentación.

Los centros de origen, clubes de jubilados o centros sociales, contaban con diferentes tipos de gestión, patronatos o comisiones, aunque en la actualidad una gran parte de ellos son gestionados por asociaciones de personas mayores. Se contemplaban como un espacio de encuentro y ocio para las personas mayores y sus actividades se situaban sobre todo en el ámbito del ocio recreativo y recreación de los vínculos sociales (lectura, ver la televisión, ir de excursión, jugar a cartas o a otros juegos de mesa). En la década de los 90 son muchos los centros existentes, 6.438 entidades inscritas, y son centros muy utilizados y conocidos por la población de personas mayores.

Con el impulso institucional del envejecimiento activo y saludable en torno al cambio de milenio algunas entidades empiezan a ofertar actividades variadas de promoción de la salud y de desarrollo personal que les permiten también captar nuevos perfiles de personas con otras inquietudes e intereses. (Talleres, cursos, charlas, ensayos de teatro y música, tareas de voluntariado). La participación de la mujer resulta a menudo mayoritaria en estas actividades formativas. Esta diversificación de objetivos y actividades entraña una necesidad de recursos organizativos más complejos y trae aparejada la exigencia de un apoyo a la gestión que se presta desde entidades públicas o privadas.

Estos cambios no se producen a veces exentos de fricciones, ya que para algunas personas mayores el entretenimiento sigue siendo la principal motivación para la participación, mientras que otras personas tienen expectativas que esos modelos no satisfacen. Esta circunstancia unida a la segregación edadista de muchos centros proyecta a muchas personas mayores hacia otro tipo de entidades vinculadas por afinidades, que pueden tener o no un componente de segregación por edad. Muchas personas mayores participan en actividades ofertadas por entidades educativas, culturales, deportivas o sociales y emergen asociaciones de mayores especializadas. Entre estas entidades existen grupos encaminados tanto al desarrollo personal (grupos de montaña como *Aitonak* p.e. que ya en 1984 afirmaba no ser un club de jubilados al

uso, si no que citaban la pasión por la naturaleza y la montaña. como motivo de unión) como asociaciones de voluntariado y cooperación (asociaciones senior de emprendimiento, asistencia doméstica, asistencia técnica multidisciplinar...). Otras entidades se construyen en torno a otros intereses comunes concretos como la vivienda compartida.

Algunas grandes empresas configuran también sus propias agrupaciones de personas mayores, entre la cuales podríamos citar a Telefónica (Mayores Telefónica) por la antigüedad de su trayectoria, ya que la entidad se fundó en 1994 y cuenta con más de 20.000 integrantes, nacida del interés por el desarrollo de la Responsabilidad Social Corporativa en el mundo de los Mayores. La entidad cuenta con grupo en Navarra, Grupo de Mayores de Telefónica de Navarra – Grumatena.

También desde el mundo sindical y político se han creado diferentes estructuras que agrupan a las personas mayores: sindicatos como CCOO (Federación Estatal de Pensionistas y Jubilados de Comisiones Obreras) y UGT (Unión Estatal de Jubilados y Pensionistas de UGT, partidos o agrupaciones políticas como el PSOE (Grupo Federal de Mayores). Incluso se han creado algunos partidos políticos. Actualmente figuran inscritos: Tercera Edad en Acción (3e en Acción), Plus Ultra Pensiones Dignas (PUPES), Partido de Jubilados y Pensionistas de España (PJPE), Partido Demócrata Social de Jubilados Europeos (PDSJE y Jubilados Decisivos (JJDD).

Todas estas modalidades de asociación permiten una mayor satisfacción del abanico de motivos por el que las personas deciden formar parte de*:* compartir filosofía y objetivos, funcionamiento adecuado de la organización, sentirse cómoda o cómodo, sentirse querido y aceptado, hacer lo que se puede sin presiones, decidir el tiempo de la colaboración, por aprender nuevas habilidades…

Siguiendo el proceso anterior del desarrollo personal a la contribución colectiva alcanzaríamos en esta última fase una mayor implicación que conecta con las aspiraciones de las personas mayores de participar en todo aquello que les concierne. Y para ello se crean nuevas entidades que pretender reforzar las ya existentes: agrupaciones de federaciones a nivel local, autonómico, estatal o internacional en Navarra se conforma la Confederación de Federaciones de Asociaciones de Personas mayores, Jubiladas y Pensionistas. Otras entidades con una gran repercusión pública que podemos citar: Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados de España (UDP), Confederación Española de Organizaciones de Mayores (CEOMA), Confederación Nacional de Jubilados y Pensionistas de España (CONJUPES), Confederación Estatal de Asociaciones y Federaciones de Alumnos y Exalumnos de los Programas Universitarios de Mayores (CAUMAS), Confederación Española de Aulas de Tercera Edad (CEATE)...

Estas entidades que a menudo actúan de manera conjunta permiten una mayor visibilidad y reconocimiento de la cuestión de las personas mayores y por tanto una mayor proyección pública de sus demandas.

A veces también se han gestado plataformas menos formales a raíz de fenómenos concretos que han conseguido comunicar y conectar en sus reivindicaciones; plataformas como *Mayores frente a la crisis,* MERP (Mesa por el Blindaje Constitucional de las Pensiones) o movimientos como los *yayos flautas* han contribuido a ampliar las formas de participación de las personas mayores.

En Navarra podríamos afirmar que coexisten diferentes tipos de movimientos asociativos y que su especificidad viene determinada por varios aspectos y sobre todo por los intereses, inquietudes y demandas de las personas mayores que las construyen día a día. No obstante, existen otros factores interrelacionados que nos pueden ayudar a comprender el fenómeno y que pretendemos abordar desde una aproximación cualitativa.

LAS ASOCIACIONES DE MAYORES, ORGANIZACIONES EN CUESTIÓN

Planteamos este análisis complementario centrándonos en aquellas cuestiones inherentes a todas las organizaciones que consideramos afectan especialmente en la actual coyuntura a las asociaciones de mayores en general, y especialmente a las de Navarra por ser estas el sujeto del estudio que se presenta.

- **Antigüedad y evolución vital de sus participantes**: algunas entidades tienen ya más de 40 años, y algunos participantes llevan más de cuarenta años vinculadas a ellas. Algunas de estas personas ya no acuden a las actividades, pero continúan como fieles socias y socios con un fuerte sentido de pertenencia. Determinado número de estas entidades más antiguas se asocian a personas mayores de las generaciones de más edad y las generaciones más nuevas de personas mayores se sienten "alejadas" de los perfiles que representan. Ciertas entidades son más jóvenes, tienen otros fines y actividades y se encuentran buscando su espacio entre personas mayores de diferentes generaciones.
- **Tamaño de la entidad**: ligado en algunas ocasiones al devenir de sus participantes algunas entidades han reducido el número de sus participantes y encuentran dificultades para aglutinar grupos suficientes para llevar a cabo un determinado número de sus actividades programadas. Las entidades más pequeñas por su parte facilitan la cercanía de relaciones entre las personas y la creación de vínculos mientras que las entidades más grandes corren el riesgo de interacciones más despersonalizadas.
- **Fines y objetivos**: la publicidad de los fines y objetivos posibilita el acercamiento de las personas afines y la transparencia y coherencia en los mismos generalmente propicia procesos de adherencia más largos en el tiempo, mientras que las prácticas contrarias a los mismos agravan los riesgos de desafección de las personas, aunque también puede darse la participación por vinculación relacional independientemente de los fines y objetivos. En ciertas entidades el conocimiento de estos puede ser también escaso, cuando no se procede a realizar una acogida informativa de nuevos integrantes y/o no se realizan campañas divulgativas cíclicas sobre los mismos. La transparencia y la información en sentidos múltiples contribuyen al logro de procesos de mayor cohesión de los grupos.
- **Liderazgo y estructura organizativa**: habitualmente tan sólo una parte reducida de las personas participantes ha realizado labores directivas dentro de las propias entidades y se detecta un alto nivel de permanencia en el tiempo en tales cargos, de ahí la importancia capital del estilo de liderazgo de quienes ejercen estas funciones. El presidencialismo, entendiendo como tal el ejercicio unívoco de determinadas funciones y el acceso limitado de la información a los cargos de representación, supone un riesgo de cara a la evolución de las organizaciones en su conjunto, ya que se trataría de una maquinaria que podría funcionar a dos revoluciones diferentes, la del equipo directivo por un lado y la del resto de participantes por otro. El liderazgo positivo y participado supone un reto y también una garantía de éxito en cualquier proceso adaptativo, a la par que facilita un mayor nivel de satisfacción de una mayor parte del grupo en relación con las decisiones que se toman.
- **Flexibilidad adaptativa**: "los tiempos cambian que es una barbaridad", ya lo decía Don Hilarión en La verbena de la Paloma, zarzuela que se estrenó en 1894… Y antes, durante y después el cambio será una constante y por lo tanto la flexibilidad se constituye como una ventaja adaptativa. Las asociaciones de mayores que no cuenten con activos suficientes para modificar aquellas prácticas que ya no les sirven para funcionar tendrán un pronóstico de evolución más incierto que aquellas que sean capaces de modificar su funcionamiento, motu propio o con las asistencias necesarias.

- **Formación**: muy ligada a la anterior, la posibilidad de formación formal o informal de las personas integrantes de la entidad para poder responder a los requerimientos internos y externos se contempla como un recurso primordial para el desarrollo de las organizaciones.

1.4. CLAVES PARA LA PARTICIPACIÓN SOCIAL Y EL LIDERAZGO DE LAS PERSONAS MAYORES

En 2012 durante el Año Europeo del Envejecimiento activo 24 agentes en representación de diferentes entidades consensuaron un documento que avanzaba hacia el paradigma en el que las personas mayores se consideran líderes activos, que aportan y generan oportunidades en la sociedad, y en el que se contemplan diversos grupos implicados:

Grupos implicados en la participación y el liderazgo

10 propuestas para la Participación y liderazgo de las Personas mayores en la sociedad

- **1. PODER**. más de 8 millones de personas mayores (en la actualidad cerca de 9 millones de personas y aumentando), representan un gran grupo de poder e influencia en España. Ya lo han demostrado, construyendo a lo largo de sus vidas una sociedad mejor.
- **2. LIDERAR**. Son las propias personas mayores quienes pueden y deben liderar los cambios, ya que son ciudadanía implicada en todo lo que pasa en la sociedad, tienen y deben mantener una actitud responsable y participativa.
- **3. COMUNICAR**. Es necesario comunicar a la sociedad una imagen positiva y real de quienes son las personas mayores y lo que aportan.
- **4. ACTUAR**. Las personas mayores están integradas y participan en la sociedad. No permitir que las separen en guetos. Fomentar que las personas mayores lideren desde su participación en los diferentes niveles de la sociedad.
- **5. APRENDER**. La formación y el conocimiento son los grandes aliados para el cambio. Aprendemos a lo largo de la vida.

- **6. TRABAJAR**. La edad no es ninguna limitación para desempeñar un trabajo correctamente, lo que realmente puede llegar a condicionar es el estado de salud y la formación. La experiencia es un gran valor.
- **7. PROMOVER EL CAMBIO**. La experiencia y el conocimiento son un gran valor.
- **8. COMPETIR EN EL MERCADO LABORAL**. Una persona mayor debe competir en las mismas condiciones de mercado con respecto a otros colectivos de edad, tanto en la incorporación, mantenimiento, salida o cambio de un trabajo.
- **9. PROMOVER UN NUEVO SISTEMA DE JUBILACIÓN**. Un sistema individualizado, progresivo y flexible. Eliminar en toda la legislación laboral la edad obligatoria de jubilación. La jubilación es un derecho y no una obligación.
- **10. PARTICIPAR ACTIVAMENTE**. Es responsabilidad de toda persona participar en la sociedad.

Como podemos apreciar a lo largo de la fundamentación algunas de las propuestas se enfocan y manifiestan por diferentes vías y por ello nos parece importante recogerlas como indicadores de su relevancia.

Por su parte el libro denominado también “Claves para la participación social de las personas mayores”, elaborado a iniciativa de la Asociación Hartu-emanak y editado dentro de la Colección Envejecimiento Activo del IMSERSO, contiene un valioso material con numerosas significativas referencias, de las cuales señalamos tan solo algunas que consideramos ciertamente estimulantes y/o menos representadas en la narrativa precedente:

- La educación como estrategia esencial para la participación: “La educación, entendida como aprendizaje permanente y global, debe promover una ciudadanía activa y responsable, crítica y creativa, fraternal y cooperadora, para entender y asumir que participar en la vida de nuestra comunidad local y, a través de ella, de la comunidad mundial es un derecho y una obligación de todos, un compromiso responsable y solidario y un proceso a lo largo de toda la vida”. La Participación Social: una ilusión y un deber. Autor: D. José Ángel Cuerda Montoya.
- La escuela de sociabilidad y coraje cívico: “La ciudadanía solidaria hoy es un cortafuegos que nos defiende de las tres grandes invasiones que nos golpean: la indiferencia, que consagra una sociedad de artefactos y de soledades anónimas, la prisa que ofrece un mundo donde solo viven los triunfadores y exalta la competitividad y al más fuerte y finalmente la dictadura del miedo y la inseguridad que nos llena hoy de inseguridad”. Qué Cauces de Participación han de utilizarse y generarse Autor: D. Ximo García Roca. Profesor Universidad de Valencia.
- Poder y empoderamiento: “La función designada por el término de empoderamiento: la de desarrollar el poder potencial, implícito o latente, hasta convertirlo en poder actual: efectivo, explícito y manifiesto. Y desarrollar ese poder potencial exige activarlo y actualizarlo mediante algún activismo eficaz, lo que implica necesariamente alguna clase de movilización colectiva”. Cómo luchar contra la discriminación de los Mayores. Autor: D. Enrique Gil Calvo. Profesor de la Universidad Complutense de Madrid.
- Pioneros precursores. “Para que las personas mayores se empoderen deben aprender a movilizarse, constituyendo e institucionalizando un movimiento social que tenga como programa estratégico lo que he llamado el poder gris: la actualización efectiva del ingente poder potencial que sin saberlo acumulan las personas mayores… hace falta otra clase de movilización complementaria, que no

se limite a defender los derechos pasivos ya adquiridos, sino que pugne por conquistar nuevos derechos activos, pendientes de adquirir". Cómo luchar contra la discriminación de los Mayores. Autor: D. Enrique Gil Calvo. Profesor de la Universidad Complutense de Madrid.

- El reto, profundizar en el diálogo intergeneracional: "Como advierte Carlos Giménez, desde el punto de la ciudadanía el enfoque intergeneracional resulta crucial, ya que para poder afrontar los retos del futuro desde una perspectiva plenamente inclusiva es preciso reconocerse todos y todas, más allá de las diferencias de edad y generación, como ciudadanos con iguales derechos y deberes, pertenecientes a la misma comunidad política y compartiendo un mismo marco institucional". Empoderamiento de las Personas Mayores por el patrimonio de su conocimiento y experiencia para la sociedad. Ponente: Imanol Zubero Beaskoetxea. Profesor de la Universidad del País Vasco.
- Mucho por hacer, pero no despreciar lo que ya está ocurriendo: "Queda mucho por hacer en este campo, pero no deberíamos desconocer ni mucho menos despreciar todo lo que ya está ocurriendo. Y lo que está ocurriendo, entre muchas otras cosas, es que desde hace unos pocos años se ha abierto en Europa, pero sobre todo en España, un auténtico espacio de encuentro y diálogo intergeneracional, aunque no lo llamemos así… Hoy hay una juventud activa que escucha y tiende la mano a sus mayores, que se inspira en sus luchas y sus logros para construir una sociedad mejor. Es tarea de las personas mayores de responder a esta mano tendida". Empoderamiento de las Personas Mayores por el patrimonio de su conocimiento y experiencia para la sociedad. Ponente: Imanol Zubero Beaskoetxea. Profesor de la Universidad del País Vasco.

1.5. ¿DE DÓNDE PARTIMOS? GÉNERO Y PERSONAS MAYORES: LUCES Y SOMBRAS

Podemos partir de la reflexión sobre que las personas mayores actuales han nacido entre el año 1930 y 1960 aproximadamente, ello supone ya un gran salto de contexto y vivencias asociadas a él. Encontraremos por tanto personas, mujeres y hombres, que se han podido socializar en contextos diversos y diferentes entre sí y a la vez muy diferentes de los contextos actuales.

También podemos afirmar que la mayoría de ellas han estado expuestas a las consecuencias de una socialización de género tradicional, basada en un modelo androcéntrico y asimétrico en cuanto a derechos, percepciones, valoraciones… "...la ideología dominante en su proceso de socialización determinaba una segregación de género de los roles, las competencias y los escenarios sociales, donde lo público –lo laboral, lo político, lo asociativo u organizacional– constituía un ámbito masculino". (Murillo, 1996; Freixas, 2002). Masa et al (2003). Las consecuencias de este modelo son múltiples y generan una desigualdad entre hombres y mujeres, denominadas brechas de género, que suponen generalmente una situación de privilegio para los hombres y de desventaja para las mujeres. En este mundo occidental que nos ha tocado vivir, las brechas afectan a múltiples áreas, y estas circunstancias se sitúan en relación directa con las prácticas de participación social.

"Esto estaba claramente definido por la segregación de roles ya mencionada, característica de una sociedad patriarcal, en la que el mundo público pertenecía al ámbito masculino, mundo al que no podían acceder las mujeres. Ello puede explicar los datos aportados en el citado estudio, que recogen que una de cada dos mujeres dedica más del 50% de su tiempo a labores dentro de la casa o relacionadas con el hogar. El 55,5% de las mujeres mayores de 65 años,

no realiza prácticas sociales informales como visitar a amigos o familiares, viajar, ir a clubes o centros... el 20,5% participa en actividades físicas o deportivas, y la participación en organizaciones sociales y/o políticas es residual, aunque se destaca que un 6,2% participa como voluntaria en diferentes entidades". La Participación Social de las Mujeres Mayores Autoras: Dña. Maite Arandia Loroño, Dña. María José Alonso Olea y Dña. Isabel Martínez Domínguez. Profesoras de la Universidad del País Vasco.

Si realizamos un análisis pormenorizado por áreas podremos comprender mejor cuáles son algunos de los determinantes que afectan a la participación social de las mujeres mayores.

- **Ámbito de la salud:**

  Donde a menudo no se han realizado estudios de impacto desagregados por sexo, se aplican terapias basadas en patrones masculinos, y los hábitos y estilos de vida a lo largo de la vida conforman diferencias de mortalidad y morbilidad. "Las enfermedades y lesiones que producen el 75% de las muertes y enfermedades son más frecuentes en los hombres que en las mujeres". (José María Bedoya Bergua, 2008). El reflejo de una desigualdad de un mayor número de muertes e ingresos hospitalarios de hombres, con una tendencia al alza conforme avanzan en edad, pone de manifiesto la importancia de determinados comportamientos de riesgo para la salud: tipo de conducción, consumos de alcohol y tabaco, prácticas deportivas o movimientos de riesgo subyacen tras los datos. Éstas serían prácticas asociadas a roles (actitudes y comportamientos) tradicionales masculinos, existiendo un gran consenso transcultural en el contenido de estereotipos. "Así, a la masculinidad le fueron atribuidos rasgos instrumentales y de agente tales como agresividad, valentía, competitividad, fuerza, poder e independencia". (William y Best 1990), que condicionarían un tipo de socialización con comportamientos de mayores riesgos para la salud, incluyendo también otras adicciones y comportamientos sexuales de riesgo.

  Así mismo se observa una afectación mayor de otras tipologías de enfermedades a lo largo de la vida en la salud de las mujeres: "Los patrones de socialización, roles familiares, obligaciones, expectativas laborales y tipos de ocupación que, frecuentemente, generan situaciones de sobrecarga física y emocional en las mujeres y que tienen una marcada influencia en su salud, lo que en gran medida justificarían su mayor morbilidad por trastornos crónicos que se extienden en toda la vida sin producir la muerte". (Gender and health: differences and inequalities Izabella Rohlfs, 2007)

  Este deterioro de la salud está asociado a menores opciones de participación social.

- **Ámbito formativo:**

  Si nos retrotraemos al periodo de formación inicial de las personas mayores, se constata que las mujeres de más edad normalmente disponen de menos formación y ello contribuye a una mayor vulnerabilidad de estas mujeres. Un estudio de Ministerio de Igualdad de 2011 constataba que "el indicador del nivel educativo es un claro ejemplo de esta desigualdad que ha marcado a las generaciones de mujeres de edad actuales. El nivel educativo de casi el 83% de las personas mayores no traspasa los estudios primarios, las mujeres tienen una mayor tasa de analfabetismo y su representación es muy escasa dentro de las personas con educación superior". Este aspecto además dificulta el aprendizaje a lo largo de toda la vida puesto que, según un estudio de la Universitat Pompeu i Fabra, se aprecian en las mujeres diferencias de participación del 30% entre las de mayor y menor nivel educativo, y en los hombres una distancia de alrededor del 20%. "Teniendo en cuenta que las personas con más formación son las que acostumbran a mantenerse más activas durante la etapa de la vejez, y un envejecimiento activo se asocia a unas mejores condiciones de salud a edades

avanzadas, de modo que mantener un trabajo remunerado, hacer tareas de voluntariado, cuidar de los nietos o practicar deporte permite explicar hasta el 30% de las diferencias de salud que se observan en la población de mayores según su nivel educativo", según las conclusiones del citado estudio.

- **Ámbito laboral:**

  En primer lugar, es necesario señalar que desde la óptica del mercado el trabajo del cuidado no se ha considerado trabajo, ni actividad económica, *no es productivo* y ello ha influido notablemente en grandes diferencias en el nivel de ingresos entre las mujeres y los hombres mayores de hoy en día, circunstancia que puede repercutir en el grado de participación en actividades que lleven aparejado cierto coste económico.

  Las mujeres mayores tienden a presentar una condición más desventajada en los ingresos**.** Como se sabe, la permanencia en el empleo por un tiempo prolongado tiene impactos positivos en la seguridad económica de las personas mayores. En 2011 el citado estudio reflejaba que cerca de un 80% de la población mayor española declara que sus ingresos proceden de una pensión. Un 98,3% de los hombres su propia pensión y un 48,3% de mujeres de la pensión de su cónyuge (IMSERSO. EPM.2010), cifra que se eleva a más de un 90% cuando se tienen en cuenta otras prestaciones sociales.

  En cuanto al trabajo doméstico, con la edad, se acortan las diferencias de género y, a partir de los 80 años, hay más hombres que mujeres cuidando a un familiar, generalmente su pareja. Los datos del Instituto Nacional de Estadística (INE) indican que más del 40% de las personas mayores de 65 años residen solas con su pareja, sin hijos ni otros convivientes, porcentaje que no ha dejado de crecer en la última década. Antes existían más viudas viviendo solas o con hijas e hijos, y más hogares multigeneracionales, donde la transferencia de ayuda y de cuidados era vertical y un miembro de una generación más joven cuidaba al mayor; pero ahora los hogares de dos empiezan a ser mayoría, y en esos casos la relación de cuidado es horizontal, los cónyuges se ayudan entre ellos a medida que va surgiendo la discapacidad.

- **Representación en puestos de poder y liderazgo:**

  La presencia de las mujeres es minoritaria tanto las empresas como en entidades públicas, por lo que su capacidad de influencia y decisión es muy reducida. Esta realidad contrasta con su indudable capacidad como líderes y agentes de cambio, y su derecho a participar por igual en la gobernanza democrática. Si acotamos además a la representación de las mujeres mayores, encontramos que es mucho más exigua, debido en parte a que las mujeres de más edad normalmente disponen de menos formación. Esta sobrepresentación de las mujeres tiene también otro efecto perjudicial sobre el conjunto de mujeres, ya que apenas cuentan con referentes que les puedan servir de modelo.

  Lo mismo podríamos aplicar a la participación en política, las mujeres tenemos derecho al voto, pero la representación está mayoritariamente en manos de hombres en la actualidad, y la representación de mujeres mayores es muy poco significativa numéricamente hablando.

  Todos estos fenómenos representan un escenario de división sexual del trabajo en el que el trabajo productivo pertenecería al género masculino y el trabajo reproductivo al género femenino. Esta división condiciona además otros aspectos relacionados:

- Los usos del tiempo de cada persona según sea hombre o mujer.

  "La demografía es inexorable, y está haciendo tanto o más que las políticas de igualdad de género por la equiparación de hombres y mujeres con relación a los cuidados, al menos a edades avanzadas". (Antonio Abellán, Envejecimiento en red, 2018).

  También llama la atención el Informe España 2017 de la Cátedra J.M. Martín Patino de la Cultura del Encuentro de la Universidad -Pontificia de Comillas en el apartado dedicado a las tendencias futuras en la dependencia y los cuidados. "La gran asimetría de género en la manera de combinar trabajo doméstico y extra-doméstico está desapareciendo y esto se notará mucho en las próximas décadas en las edades maduras, a medida que las alcancen las generaciones de mujeres de la integración plena e ininterrumpida –hasta la jubilación– en el mercado laboral". Resulta por tanto extraño que las y los autores sugieran que en ese escenario "asistiremos a una notable feminización de los hombres de más edad, al menos en cuanto al cuidado de su pareja", en lugar de hacer referencia a una corresponsabilidad del cuidado en el marco de nuevas masculinidades.

- La visibilidad/invisibilidad del desempeño.

  Lo que no se ve es como si no existiera. O lo que no se nombra no existe, en euskera, "Izena badu, bada, eta ez balu" ¿por qué un trabajo que es imprescindible para el funcionamiento del sistema resulta a menudo invisible? Mientras, el trabajo productivo es evidente.

- La valoración recibida en función de los roles ejercidos.

  Las mujeres mayores, se han educado y han vivido con este rol y a menudo piensan que no son capaces de participar más allá del ámbito doméstico, minusvalorando sus propias capacidades. "Una grave consecuencia de la cultura de la no participación, no es tanto que no se participe, sino que no se ve en qué y cómo se puede hacer... En este sentido, a diferencia de las mujeres jóvenes, con experiencias educativas y otras formas de relación con su entorno –amplio y global–, el mundo de las mujeres mayores se circunscribe a su entorno inmediato. Y si tenemos en cuenta que hay un número significativo de mujeres de más de 65 años que viven solas y que no esperan cambios en su vida (78%) (Masa et al, 2013), nos encontramos con una barrera importante para animar a las mujeres mayores a participar en procesos sociales". La Participación Social de las Mujeres Mayores. Ponentes: María José Alonso, Maite Arandia Loroño, Isabel Martínez Domínguez. Profesoras de la Universidad del País Vasco (Publicación nº. 12. Noviembre 2013).

Y ante este panorama. ¿Qué podemos hacer ahora? Abordar la cuestión de género de forma interseccional con el resto de los determinantes sociales para superar las inequidades mediante los buenos tratos, impulsando nuevas masculinidades y feminidades, desde la corresponsabilidad y la ética del cuidado para favorecer una participación social igualitaria de mujeres y hombres.

Hay autores como Gilligan, que se plantean si existen distintas formas de razonamiento moral entre hombres y mujeres como consecuencia de las construcciones de género, ya que a los hombres se le exige individualidad e independencia y a las mujeres se les impone el cuidado de los demás y rara vez son vistas como individuas solas. Así, ponía de manifiesto que la ética

de la justicia se caracteriza por el respeto a los derechos formales de las y los demás, la importancia de la imparcialidad y juzgar al otro sin tener en cuenta sus particularidades. En esta ética, la responsabilidad hacia las y los demás se entiende como una limitación de la acción, un freno a la agresión puesto que se ocupa de consensuar unas reglas mínimas de convivencia y nunca se pronuncia sobre si algo es bueno o malo en general, sólo si la decisión se ha tomado siguiendo las normas.

Frente a ella, la ética del cuidado, seguida por las mujeres, consiste en juzgar teniendo en cuenta las circunstancias personales de cada caso. Está basada en la responsabilidad por las y los demás. Ni siquiera se concibe la omisión. No actuar cuando alguien lo necesita se considera una falta. Esta ética entiende el mundo como una red de relaciones y lo importante no es el formalismo, sino el fondo de las cuestiones sobre las que hay que decidir.

"La responsabilidad y la solidaridad han de ser un deber ético para el conjunto de la sociedad. Como propone Carol Gilligan, justicia y responsabilidad para unas y otros. Además, es un antídoto para la violencia: es difícil destruir lo que uno mismo ha cuidado". (Nuria Varela, 2013)

En este sentido la para avanzar en la participación igualitaria se proponen varias medidas:

- Corresponsabilidad en los cuidados, para que mujeres y hombres puedan disponer del tiempo necesario para participar.
- Incidir sobre los diferentes parámetros que tradicionalmente se han asignado a mujeres y hombres en cuanto a la motivación, actitud y razón de la participación.
- Visibilizar un mayor reconocimiento social de las mujeres, con un cambio sobre el imaginario social, creando nuevos referentes.
- Coeducación para la participación desde edades tempranas.
- Organización de actividades que respondan a los intereses de las mujeres mayores.
- Promover el aprendizaje para la jubilación tanto en hombres como en mujeres.
- Trabajar las relaciones intergeneracionales ya que éstas pueden contribuir a la superación de barreras y dificultades desde las experiencias compartidas.
- Explorar nuevas formas y espacios de participación social, a través de las tecnologías de la información y la comunicación.

Como conclusión general se expresa la orientación de continuar reflexionando y construyendo conocimiento para una acción fundamentada en la voz de las personas (de todas las edades). "La realidad puede ser vivida con preocupación por la distancia existente con este deseo o sueño. Pero no ha existido cambio en la historia sin personas que lo soñaran". (Aubert, et al, 2008).

1.6. EL FUTURO QUE VIENE. HISTORIAS DE VIDAS

Las personas mayores en España. Datos básicos. (Estrategia Nacional de Personas Mayores para un Envejecimiento Activo y para su Buen Trato 2018–2021).

España, sigue un patrón de envejecimiento con un 18,4% (8.657.705) de personas de 65 años y más sobre el total de su población, de los que un 6% sobrepasan los 80 años (2.778.928). Este grupo de población alcanzaría el 24,9% en el año 2029 y llegaría hasta un 38,7% en el año 2064. La distribución de este colectivo de población presenta una gran diferencia por

sexo. Las mujeres mayores de 65 años alcanzan en el año 2016 los 4.940.008 (57,05%) frente a los 3.717.697 hombres (46,05%). La sobre representación femenina se incrementa a partir de los 80 años que alcanza el 61,12% (1.698.723) de este grupo de edad y aún más entre los centenarios, entre los que constituyen el 79,49% (11.815).

Esta sobrevivencia femenina se corresponde con la alta esperanza de vida al nacer de las mujeres españolas que llega a los 85,4 años, mientras los hombres tocan los 80 años (79,9). Esta diferencia en las esperanzas de vida al nacer permanece en la esperanza de vida a los 65 años que en 2016 se situó en los hombres en los 18,8 años y en las mujeres en los 22,7 años. Esta brecha de género en la supervivencia tiende a disminuir; mientras en el año 1994 se producían 113,2 defunciones de hombres por cada 100 defunciones de mujeres, en el año 2014 esta cifra alcanza un valor de 103,4 defunciones de hombres y si comparamos la esperanza de vida en buena salud, los hombres tienen un mejor indicador: la esperanza de vida al nacer en buena salud de los hombres es de 64,7 años y la de las mujeres de 63,9 años. La esperanza de vida en buena salud para un hombre de 65 años es de 9,7 años y para una mujer de esa misma edad de 9 años.

El entorno, el hábitat en el que viven las personas mayores marca otro aspecto diferencial. Según el Padrón de habitantes de 2011, del total de personas mayores de 65 años, un 74% residía en municipios urbanos y el 26% en municipios rurales; es decir una de cuatro personas mayores vive en el medio rural. También las distingue el sexo. En el medio urbano el 42% son hombres mayores y el 58% mujeres; en el medio rural los hombres mayores representan el 45%, frente a las mujeres que son el 55%. El hábitat dónde se vive influye en el proceso de envejecimiento. El 20,2% de las personas mayores de 65 años viven en grandes ciudades de más de 500.000 habitantes, mientras un 25,3% residen en poblaciones menores de 2.000 habitantes, en el que las mujeres mayores alcanzan un 28,2%. Existen otros factores que estratifican a las personas mayores: renta, cultura, estado civil, estructura familiar, etc. Si los relacionamos con el entorno en que viven, se observa que la esperanza de vida es mayor entre las personas mayores que residen en municipios rurales y, por lo mismo, añaden un plus de envejecimiento. Las y los mayores de entornos rurales viven, por lo general, más aislados. La familia está más desestructurada y, precisamente por ello, no es fácil volver a la atención social tradicional según la cual las y los hijos cuidaban de sus madres y padres. La mayoría de las y los hijos han emigrado, configurándose los servicios sociales como esenciales en el bienestar de la población mayor. En los municipios rurales la dependencia se vive de otra manera; en la mayoría de ellos los edificios, y sobre todo las viviendas, son de planta baja y carecen de ascensor. Por eso se demandan otros servicios sociales.

En Navarra la Estrategia de envejecimiento activo y saludable en Navarra. Plan de acción global 2018-2019 recoge las siguientes valoraciones:

- **La revolución de la longevidad**. Navarra, como las sociedades de nuestro entorno, envejece; hay menos nacimientos y más personas viven más tiempo. Pero, aunque tenemos una esperanza de vida de las mayores del mundo (en 2017, esperanza de vida al nacer, 86,6 años para mujeres y 81,1 años hombres), esta vida larga no siempre se acompaña de buena salud (en 2015, esperanza de vida con buena salud a los 65 años, 12,8 en hombres, 13,8 en mujeres). Por lo tanto, podemos decir que tenemos posibilidades de mejorar.
- **La feminización de la vejez**. Viven más las mujeres que los hombres y, por tanto, en estas edades, hay más mujeres que hombres.
- **Se amplía la diversidad**. Las personas mayores son diferentes entre sí y distintas de las personas mayores del pasado, están más formadas, son más activas, defienden más sus derechos, y, en líneas generales disfrutan de una posición económica mejor. En el recorrido de la vida, han adquirido experiencia y desarrollado una amplia gama

de saberes y recursos para continuar con su proyecto de vida y realizar aportaciones positivas a la sociedad.

- **Están cambiando los conceptos** de envejecer, familia, jubilación, ocio, equidad, cuidar, cuidarse, etc. y va avanzando la igualdad entre hombres y mujeres y el tipo de sociedad que se plantea. Es necesario reformular los conceptos del siglo XX sobre la gente mayor y los procesos de envejecimiento.

Según el estudio de la Fundación Pilares, "Las personas mayores que vienen", "Quienes ahora se están preparando o acaban de llegar al momento de jubilarse están en condiciones muy diferentes a las que se vienen describiendo con respecto al conjunto de personas mayores de 65 años: tienen buena salud, pensiones cada vez más altas, un nivel cultural en el que se van incorporando personas con estudios medios o superiores y manejan con destreza las TIC". Según las conclusiones del citado estudio realizado con la población española entre 50 y 69 años:

- aspiran a que su vejez sea un momento de gran equilibrio entre las demandas sociales y las expectativas personales,
- a menudo no encuentran prácticas y sentidos socioculturales específicos que satisfagan suficientemente estas expectativas,
- y sus anhelos de participación social se van difuminando al no encontrar cauces y causas que les satisfagan y que contemplen el aprovechamiento de su experiencia en beneficio de la comunidad.

1.7. MARCO JURÍDICO: ESCENARIOS PARA LA ACCIÓN

NORMAS INTERNACIONALES

Normas internacionales de derechos humanos

Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales: prohíbe la discriminación fundada en la condición de una persona y esta prohibición abarca la edad. Por definición, los derechos humanos se aplican a todas las personas, incluidas las personas mayores, aunque no se haga referencia expresa en el texto a los grupos de edad más avanzada o al envejecimiento.

El II Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el Envejecimiento

En 2002, la Asamblea General de las Naciones Unidas aprobó la Declaración Política y el Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el Envejecimiento. En sus recomendaciones, se reconocen tres prioridades para la acción: las personas mayores y el desarrollo; el fomento de la salud y el bienestar en la vejez, y la creación de un entorno propicio y favorable para las personas mayores.

Organización Mundial de la Salud: Envejecimiento activo

La idea del envejecimiento activo surgió en un intento de hermanar de forma coherente ámbitos políticos muy compartimentados. En 2002, la Organización Mundial de la Salud (OMS) dio a

conocer el documento Envejecimiento activo: un marco político. En este marco se define el envejecimiento activo como "el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen". Se hace hincapié en la necesidad de actuar en múltiples sectores, con el objetivo de asegurar que las personas mayores sigan siendo un recurso para sus familias, comunidades y economías.

Europa 2020: la estrategia de la Unión Europea para el crecimiento y la ocupación

La estrategia Europa 2020 tiene por objeto garantizar que la recuperación económica de la Unión Europea (UE) después de la crisis económica y financiera reciba el apoyo de una serie de reformas para construir unas bases sólidas para el crecimiento y la creación de ocupación en la UE hasta 2020. Al mismo tiempo que hace frente a las debilidades estructurales de la economía y los asuntos económicos y sociales de la UE, la estrategia también tiene en cuenta los desafíos a más largo plazo que suponen la globalización, la presión sobre los recursos y el envejecimiento.

NORMAS NACIONALES

Estrategia Nacional de Personas Mayores para un Envejecimiento Activo y para su Buen Trato 2018–2021

Ha sido elaborada con el objetivo de recoger las líneas de actuación que orienten las políticas públicas, presentes y futuras, hacia las personas mayores, dirigidas a promover el envejecimiento activo, la calidad de vida y su buen trato, así como las que se desarrollen por las administraciones públicas, entidades, asociaciones de personas mayores y por las propias personas mayores, teniendo como referencia cercana, el Marco de Actuación para Personas Mayores.

Real Decreto 117/2005, de 4 de febrero, por el que se regula el Consejo Estatal de las Personas Mayores

Se regula el Consejo Estatal de las Personas Mayores como órgano colegiado interministerial de carácter asesor y consultivo de la Administración General del Estado, adscrito al Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.

El Consejo Estatal de las Personas Mayores tiene la finalidad de institucionalizar la colaboración y participación de las personas mayores en la definición, aplicación y seguimiento de las políticas de atención, inserción social y calidad de vida dirigidas a este sector de población en el campo de competencias atribuidas a la Administración General del Estado.

NORMAS AUTONÓMICAS

Estrategia de envejecimiento activo y saludable en Navarra. 2017-2022

La finalidad de la Estrategia de Envejecimiento Activo y Saludable es promover que el envejecimiento de la población de Navarra se produzca con la máxima capacidad funcional y con la mejor calidad de vida, de manera que las personas permanezcan activas, autónomas e independientes durante el mayor tiempo posible.

La Ley Foral 15/2006, de 14 de diciembre, de Servicios Sociales

Establece en su artículo 2 que las actuaciones de los poderes públicos en materia de servicios sociales tendrá como objetivos esenciales, entre otros, mejorar la calidad de vida y promover la normalización, participación e integración social, política, económica, laboral, cultural y educativa de todas las personas, promover la autonomía personal, familiar y de los grupos, fomentar la cohesión social y la solidaridad, prevenir y atender las situaciones de exclusión de las personas y de los grupos, así como atender las necesidades derivadas de la dependencia y de la carencia de recursos básicos, disponiendo que el instrumento en el que se establecerán las prestaciones del sistema público de servicios sociales será la Cartera de Servicios Sociales.

El Decreto Foral 69/2008, de 17 de junio, aprobó la Cartera de Servicios Sociales de Ámbito General

En el Anexo II “Prestaciones no garantizadas”, en su punto 17 contempla las subvenciones a entidades de iniciativa social de tercera edad y dispone que el objeto del recurso es potenciar el desarrollo de programas destinados a la promoción de la autonomía personal y prevención de la dependencia en la tercera edad y fomentar el asociacionismo en las entidades que los desarrollan.

La Ley Foral 11/2005, de 9 de noviembre, de Subvenciones

Establece el régimen jurídico general aplicable a éstas cuando sean otorgadas con cargo a los Presupuestos Generales de Navarra para el fomento de actividades de utilidad pública o de interés social. El artículo 17 de esta norma se ocupa de establecer el régimen de concurrencia competitiva, definiendo como tal aquel en el cual la concesión de las subvenciones se realiza mediante la comparación de las solicitudes presentadas, a fin de establecer una relación entre las mismas de acuerdo con los criterios de valoración previamente fijados en las bases reguladoras y en la convocatoria, y adjudicar, con el límite fijado en la convocatoria dentro del crédito disponible, aquellas que hayan obtenido mayor valoración en aplicación de los citados criterios. Excepcionalmente, siempre que así se prevea en las bases reguladoras, la propuesta llevará aparejada el prorrateo entre las entidades beneficiarias de la subvención del importe global máximo destinado a las subvenciones.

NORMAS LOCALES

Declaración de Pamplona sobre los derechos de las personas mayores. 2016

El documento, basado en declaraciones oficiales de la Organización de Naciones Unidas y de la Organización Mundial de la Salud, en conclusiones de congresos nacionales e internacionales de Geriatría y Gerontología y en la propia experiencia profesional de los miembros de la SNGG, pretende ser un toque de atención que estimule el conocimiento, el debate público, la toma de conciencia y la adopción de medidas que contribuyan a mejorar la situación de las personas en su proceso de envejecimiento.

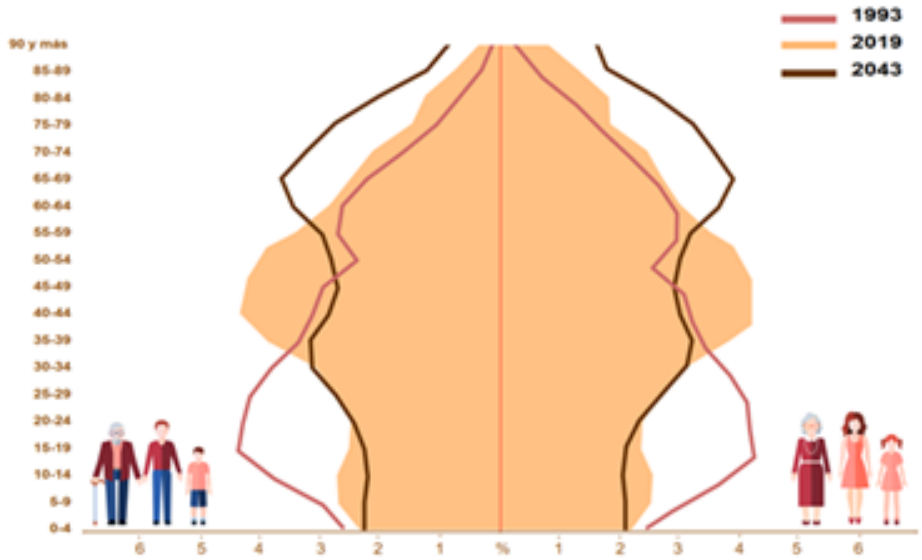
1.8. DATOS DE PERSONAS MAYORES

Gracias a los datos demográficos se consigue una foto de las características de la población, de su estructura y dinámica.

Teniendo en cuenta el análisis y descripción de la realidad demográfica podremos entender la realidad social en la que convivimos.

Según estos datos, a fecha de 1 de enero de 2019, la población total en España era 46.934.632 personas de las cuales 23.926.770 eran mujeres y 23.007.862 eran hombres.

PIRÁMIDE DE POBLACIÓN DE ESPAÑA: AYER, HOY Y MAÑANA



(Fuente: Cifras de población Proyecciones de población INE-España. Instituto Geográfico Nacional de España)

Como se aprecia en la pirámide, la población mantiene el proceso de envejecimiento progresivo donde los nacimientos cada vez son menores y la esperanza de vida cada vez más alta.

A continuación, presentamos los datos demográficos con los que nos encontramos dentro de la Comunidad Foral de Navarra. Teniendo en cuenta el análisis y descripción de la realidad demográfica podremos ajustarnos más a la hora de trabajar en el Diagnóstico Social Participativo sobre el Movimiento Asociativo de Personas Mayores de Navarra.

Nos parece importante enmarcar los datos totales que indican la progresión que tiene la población.

La población navarra a fecha de 1 de enero de 2019 era de 653.846 habitantes, incrementando un 0,97% respecto al año anterior, siendo el cuarto año consecutivo que aumenta el número de personas empadronadas dentro de la Comunidad Foral.

POBLACIÓN NAVARRA POR SEXO

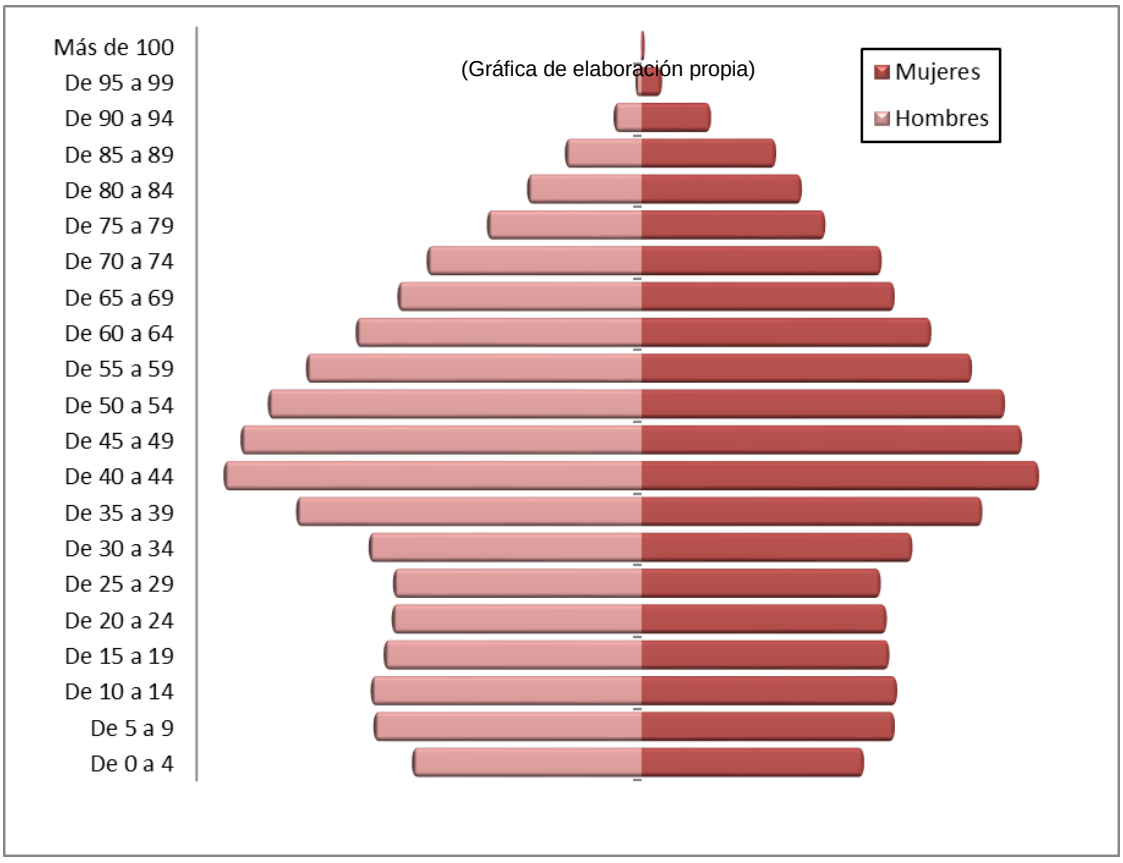
Si desglosamos los datos por sexo, 323.463 son hombres el 49,5%, y 330.383 son mujeres equivalentes al 50,5% total.

Por edad, la edad media de la población navarra es de 43,2 años siendo la de los hombres 42,1 años y 44,3 la de las mujeres.

POBLACIÓN TOTAL (Enero 2019)			
TRAMOS	**HOMBRES**	**MUJERES**	**TOTAL**
0-4	30.488	15.002	783
5-9	35.149	17.074	967
10-14	35.474	17.213	895
15-19	34.095	16.706	955
20-24	33.377	16.529	954
25-29	32.885	16.125	941
30-34	36.658	18.256	972
35-39	46.263	22.971	1280
40-44-	54.975	26.790	1670
45-49	52.686	25.643	1527
50-54	49.699	24.499	1394
55-59	44.907	22.278	1486
60-64	38.811	19.532	1211
65-69	33.520	17.061	1049
70-74	30.675	16.183	1157
75-79	22.818	12.387	909
80-84	18.529	10.807	784
85-89	14.236	9.067	613
90-94	6.569	4.680	286
95-99	1.788	1.379	86
100 y+	244	201	10
TOTAL	**323.463**	**330.383**	**653.846**

(Datos obtenidos del Instituto de Estadística de Navarra. Cuadro de elaboración propia)

Mostramos la pirámide de población por grupos de edad quinquenal y por sexo a fecha de 1 de enero de 2019.



Como se aprecia en la pirámide la población navarra tiene también una estructura típica en el régimen demográfico moderno, que se caracteriza por la evolución hacia el envejecimiento progresivo de la población.

POBLACIÓN NAVARRA POR NACIONALIDAD, SEXO Y PROCEDENCIA

Si tenemos en cuenta la nacionalidad 589.789 personas tiene nacionalidad española y 64.057 extranjera. Si comparamos estos datos con los registrados el año anterior destacamos en 2019 un aumento de 1.017 personas empadronadas con nacionalidad española (0,2%), mientras que las personas extranjeras crecieron en 5.275 habitantes (9,0%).

Esta población de nacionalidad extranjera residente en Navarra a 1 de enero de 2019 supone un 9,8% de la población total empadronada en la Comunidad Foral.

POBLACIÓN EXTRANJERA (Enero 2019)			
	AMBOS SEXOS	**MUJERES**	**HOMBRES**
Total	653.846	330.383	323.463
Población Española	589.789	298.671	291.118
Población Extranjera	64.057	31.712	32.345

(Datos obtenidos del Instituto de Estadística de Navarra)

POBLACIÓN EXTRANJERA PROCENCIA (Enero 2019)			
	AMBOS SEXOS	**MUJERES**	**HOMBRES**
Total población extranjera	64.057	31.712	32.345
Unión Europa	20.534	9.686	10.848
Europa no comunitaria	3.267	1.971	1.296
África	19.350	8.445	10.905
América	17.821	10.202	7.619
Asia	2.979	1.357	1.622
Oceanía y Apátridas	106	51	55

(Datos obtenidos del Instituto de Estadística de Navarra)

A modo de resumen y para la reflexión podemos concluir con los datos de:

- Por sexo el 50,5% de la población extranjera es masculina y el 49,5% restante mujeres.
- La edad media de la población extranjera es de 33,3 años, siendo la de más edad la procedente de Europa (35,8%).
- Por procedencia el 37,2% tienen nacionalidad europea, el 30,2% de nacionalidad africana, el 27,8% americana, el 4,7% asiática y el 0,2% de Oceanía.
- Por países los que mayor representación de población en Navarra son las procedentes de Marruecos, Rumanía, Bulgaria, Colombia, Portugal, Ecuador y Argelia.

Si comparamos los datos del año pasado, como hemos descrito anteriormente, la población extranjera aumentó un 9%, siendo el segundo año consecutivo de crecimiento positivo después de seis años de pérdida de población extranjera.

Dentro de este acrecentamiento general de la población extranjera en Navarra, es reseñable el aumento de la población con nacionalidad marroquí (37,4%), colombiana (36,1%) y argelina (25,2%).

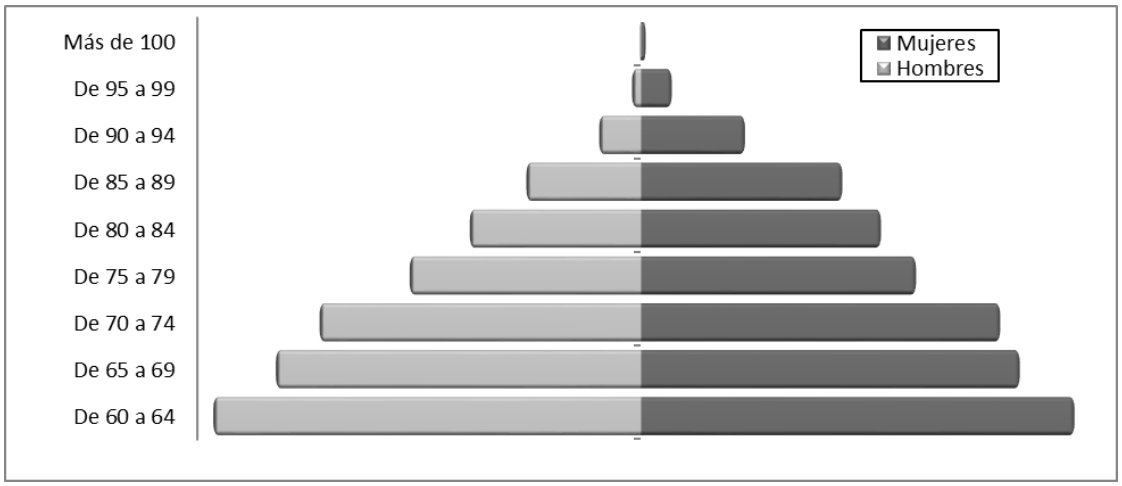
DATOS DE POBLACIÓN SUJETO DEL DIAGNÓSTICO

Si centramos nuestra atención en los datos de población sujeto de atención en este Diagnóstico, apreciamos que en la Comunidad Foral se sigue, como a nivel estatal, un proceso de envejecimiento activo, medido por el aumento de las proporciones de personas mayores, las que tienen 65 años o más.

Teniendo en cuenta los datos generales obtenidos de la población total de Navarra nos vamos a centrar en resumir los datos concretos que identifican a la población sujeto de este Diagnóstico.

POBLACIÓN PERSONAS MAYORES DE NAVARRA (Enero 2019)			
TRAMOS	**HOMBRES**	**MUJERES**	**TOTAL**
60-64	19.279	19.532	38.811
65-69	16.459	17.061	33.520
70-74	14.492	16.183	30.675
75-79	10.431	12.387	22.818
80-84	7.722	10.807	18.529
85-89	5.169	9.067	14.236
6.56990-94	1.889	4.680	6.569
95-99	409	1.379	1.788
100 y+	43	201	244
TOTAL	**75.893**	**91.297**	**167.190**

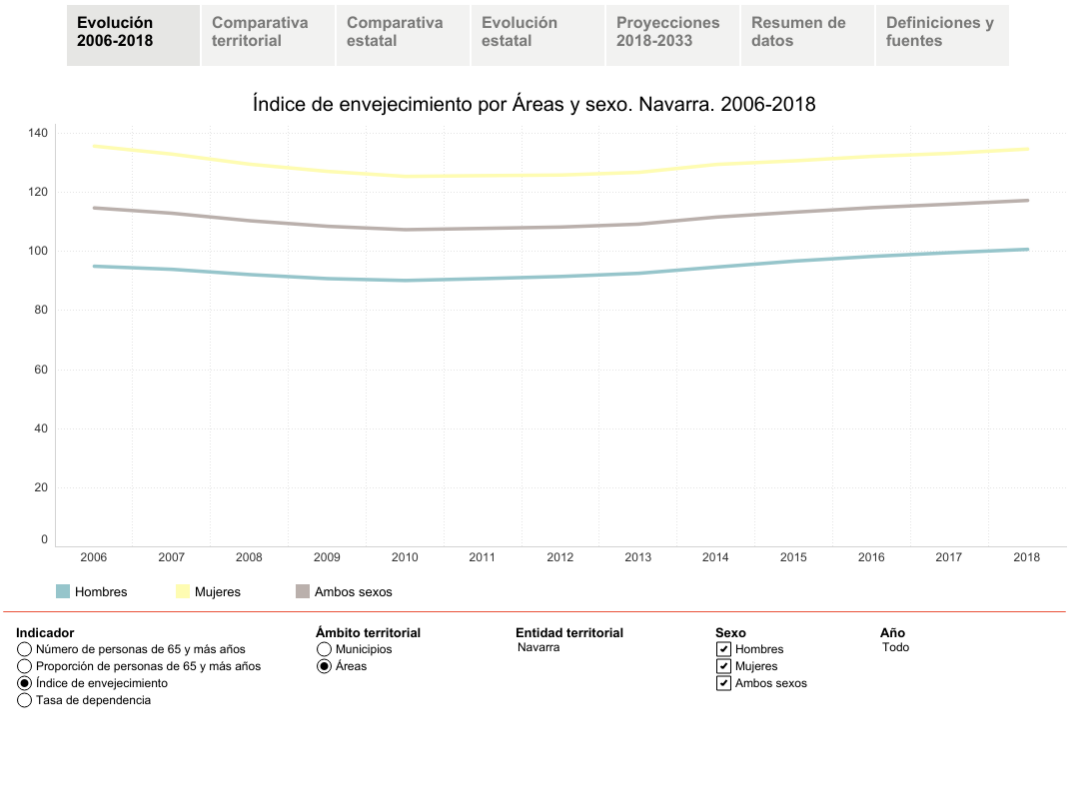
(Datos obtenidos del Instituto de Estadística de Navarra. Cuadro de elaboración propia)



(Datos obtenidos del Instituto de Estadística de Navarra. Pirámide de elaboración propia)

Vivimos en sociedades con población cada vez más envejecida. En Navarra actualmente residen 167.190 personas que superan los 60 años, el 25,57% de la población total.

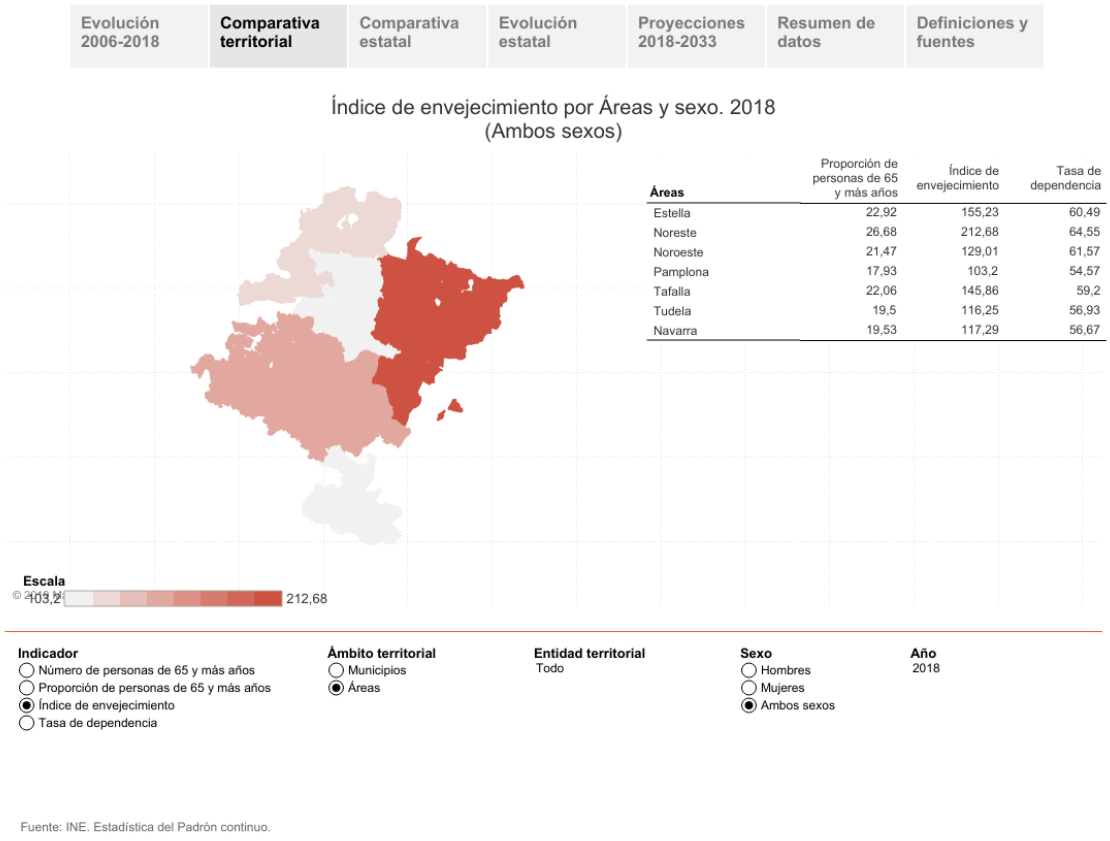
Si analizamos el índice de envejecimiento podemos constatar una tendencia ascendente, en la que Navarra con un valor de 117, 29 entre los dos sexos se sitúa en la zona baja de referencia por comunidades autónomas (83,03 de la Región de Murcia y 215, 52 del Principado de Asturias), con valores medios próximos a los de la Comunitat Valenciana (119,39) o Canarias 8106;35).



(Tabla Observatorio de la Realidad Social Navarra)

El índice de envejecimiento expresa el porcentaje que representa la población de 65 años y más sobre la población menor de 16 años. Se trata de un indicador asociado a las transferencias intergeneracionales, muy relacionado con la participación social y la continuidad cultural ya que las personas mayores conservan una gran experiencia y la memoria colectiva. Así mismo su aumento sistemático implica para los estados una mayor inversión en salud y seguridad social orientada a las personas de edad. El índice de envejecimiento refleja una significativa diferencia entre hombres y mujeres que se mantiene a lo largo del tiempo y que nos habla de una presencia mayoritaria de mujeres en el vértice superior.

En este sentido también merece especial relevancia mostrar la imagen teniendo en cuenta las diferentes zonas geográficas de la comunidad.



Áreas	Proporción de personas de 65 y más años	Índice de envejecimiento	Tasa de dependencia
Estella	22,92	155,23	60,49
Noreste	26,68	212,68	64,55
Noroeste	21,47	129,01	61,57
Pamplona	17,93	103,2	54,57
Tafalla	22,06	145,86	59,2
Tudela	19,5	116,25	56,93
Navarra	19,53	117,29	56,67

(Tabla Observatorio de la Realidad Social Navarra)

La infografía resulta muy clarificadora: la zona Noreste soporta el mayor índice, seguida por las zonas de Tafalla y Estella. La zona Noroeste se situaría en la zona baja de la tabla y en el borde inferior Tudela y Pamplona. La diferencia entre los bordes es notable puesto que es mayor de 100 puntos teniendo en cuenta que en un extremo encontramos el valor de 103,2 y en el otro 212,68. Los valores de tasa de dependencia observados se mantienen en relación con el índice de envejecimiento. La tasa de dependencia hace referencia al cociente entre la suma de la población menor de 16 años y la de 65 y más años sobre la población de 16 a 54 años.

Parece que el índice no depende tanto de la comunidad autónoma donde uno viva sino de las características del espacio geográfico concreto a menor escala en la que nos asentamos.

Y la tendencia parece acentuarse con el tiempo. Hasta la fecha no existen datos oficiales demográficos del año 2019 en lo que se refiere a distribución de la población mayor de 60 años en la Comunidad Foral, por ello, a modo de datos aproximados para este año 2019 incluimos los publicados en el cierre de 2017 y de 2018 para ver la progresión.

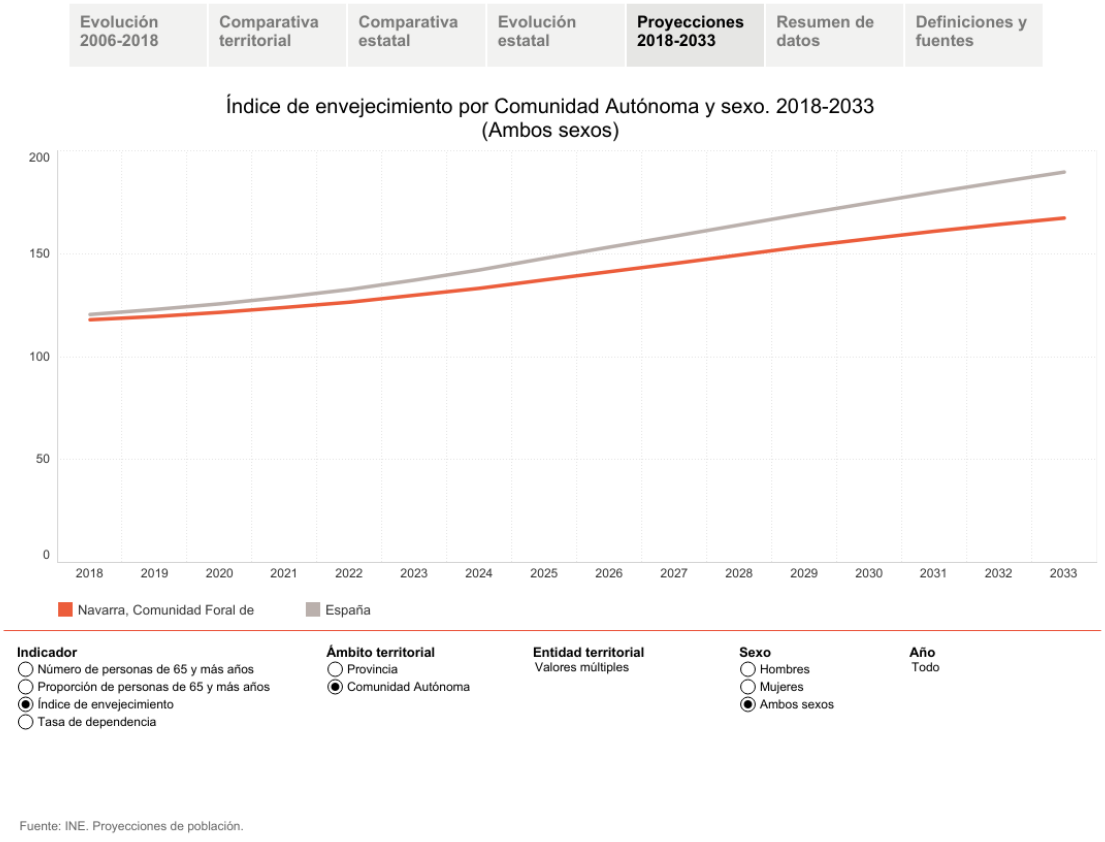
POBLACIÓN MAYOR DE 59 AÑOS DE NAVARRA (En porcentajes)		
	2017	**2018**
TOTAL	25,0	25,4
Noroeste	27,4	27,7
Pirineo	30,8	31,1
Pamplona	23,1	23,5
Tierra Estella	30,9	31,3
Navarra Media Oriental	29,6	29,9
Ribera	27,1	27,2
Tudela	25,1	25,3

(Datos obtenidos del Instituto de Estadística de Navarra. Cuadro de elaboración propia)

POBLACIÓN MAYOR DE 59 AÑOS DE NAVARRA (por sexo)						
TOTAL	**TOTAL**		**HOMBRES**		**MUJERES**	
	Total	De 65 y más años	Total	De 65 y más años	Total	De 65 y más años
Noroeste	56.156	11.923	28.984	5.679	27.172	6.244
Pirineo	14.785	3.619	7.942	1.767	6.843	1.852
Pamplona	363.642	65.246	176.017	27.654	187.625	37.592
Tierra Estella	36.934	9.041	18.708	4.174	18.226	4.867
Navarra Media Oriental	31.346	7.365	15.948	3.362	15.398	4.003
Ribera	56.977	12.112	29.047	5.428	27.930	6.684
Tudela	87.714	17.130	43.823	7.556	43.891	9.574

(Datos obtenidos del Instituto de Estadística de Navarra. Cuadro de elaboración propia)

En cuanto al futuro que nos viene, las proyecciones existentes permiten aventurar un escenario con un índice de envejecimiento en ascenso durante los próximos años, por lo menos hasta 2033.



(Tabla Observatorio de la Realidad Social Navarra)

OBJETIVOS

Teniendo en cuenta el contexto y planteamiento expuesto, y optando por un modelo participativo de diagnóstico, se planten los siguientes objetivos:

- **Conocer la realidad de las Asociaciones de Personas Mayores de Navarra**: confirmando la existencia de estas, su actividad y recogiendo sus dificultades y necesidades en relación con el tema digital y otros aspectos que les preocupen.
- **Motivar la participación e implicar a las personas mayores de las asociaciones**: en este proceso de definir, analizar su realidad, los diferentes obstáculos con los que se encuentran y las distintas áreas de interés que van a contribuir a la dinamización de este colectivo.
- **Construir un espacio de encuentro**: entre las personas implicadas en el proceso (integrantes de la Confederación, socios y socias de las asociaciones, personas relevantes en este ámbito…) de investigación para promover y fomentar la participación y el consenso.
- **Aportar**: ideas, necesidades y propuestas para el diseño futuro de líneas de actuación de la **Confederación T3RCER TIEMPO** de Personas Mayores de Navarra a través del Planteamiento de un Plan Estratégico.
- **Contribuir a la participación ciudadana**: en asuntos públicos y relacionados con su bienestar e intereses de las personas mayores.
- **Promover el conocimiento**: pormenorizado de la realidad circundante a Asociaciones de Personas Mayores de Navarra.
- **Potenciar el uso de la investigación diagnóstica participativa**: como herramienta eficiente y eficaz para el análisis, toma de conciencia, y valoración compartida de la realidad, así como de alternativas y propuestas de acción.

METODOLOGÍA

Este capítulo pretende mostrar, explicar y justificar el proceso metodológico emprendido en este diagnóstico participativo. Este apartado que es central en cualquier investigación cobra una especial importancia cuando se trata de trabajos como éste en los que el proceso tiene un carácter plural.

Esta metodología que presentamos a continuación en la que se combina abordaje de índole cualitativo y cuantitativo, ha sido posible gracias a la colaboración y participación de representantes de la entidad promotora la **Confederación T3RCER TIEMPO** de Personas Mayores de Navarra, miembros de la Fundación Pauma, profesionales del Departamento de Trabajo Social de la UPNA, profesionales especializados en distintas áreas de Pauma y personas de influencia y conocedoras en materia de la temática del trabajo.

El objeto de este diagnóstico son las asociaciones y clubes de Jubiladas y Jubilados con sus características y su evolución, así como conocer sus recursos, herramientas y necesidades para acceder a las nuevas formas de comunicación, acciones conjuntas del movimiento asociativo de personas mayores y la coordinación y gestión con la administración pública.

Nuestra metodología en el Diagnóstico Participativo

El ejercicio diagnóstico participativo que se aborda en este estudio es un proceso clave para evidenciar problemas y/o necesidades, identificando recursos disponibles y necesarios, así como propiciando la comprensión del contexto socio-comunitario y cultural de las Asociaciones de Personas Mayores.

No sólo se plantea un diagnóstico sobre una realidad dada, sino que necesariamente precisamos de la participación de las y los distintos agentes implicados para poder analizar esa realidad, explorarla y llegar a esclarecer elementos de interferencia y recursos de apoyo, así como necesidades y futuras posibilidades de desarrollo y mejora.

Como afirma Rocío Valderrama Hernández (2014), en su artículo “Diagnóstico Participativo con Cartografía Social”.

“En este sentido, una investigación participativa cuenta con un marco ético y político que garantiza el acceso y el protagonismo de las personas en la construcción del conocimiento sobre sus propias realidades; potenciar el desarrollo personal y colectivo desde una idea de formación permanente que desborda las limitaciones de concepciones academicistas y elitistas de lo meramente escolar. Así, este modelo de investigación afirma la dignidad y derechos de las personas a ser escuchadas; y se esfuerza por reconocer y dignificar los saberes adquiridos de los grupos, de las comunidades culturales y de las personas”.

Por lo tanto, el diagnóstico participativo lo sentimos como un proceso de reflexión sobre el entorno de las personas participantes, en donde todas las aportaciones y reflexiones enriquecen el trabajo.

Desde la perspectiva del equipo investigador, la opción de investigar participadamente nos ha posibilitado la combinación de varios roles, destacando el papel educativo, ya que no sólo

hemos sido expertos y expertas externas, sino que hemos formado parte del proceso aportando elementos, conocimientos y prácticas que en sí mismas son mediadoras de la realidad de estudio.

"La investigación participativa es una investigación que no pretende ser neutral sin dejar por ello de ser rigurosa; es una investigación que implica la transformación de las personas implicadas en la misma. Se investiga para crecer como persona, como grupo, para mejorar las relaciones, para resolver problemas cotidianos, para entender qué es lo que está pasando y cómo está pasando. Las personas implicadas son las voces que van planteando, cuestionando, respondiendo. Y lejos de ser expertos enjuiciadores, los investigadores e investigadoras sociales tienen el rol de facilitadores de los cambios y las mejoras desde el apoyo que su visión de esas realidades que investiga". (Valderrama, 2014)

Este diagnóstico, con sus características, matices y envergadura no hubiera sido posible sin la implicación y trabajo colectivo del equipo de investigación con los y las integrantes de la **Confederación T3RCER TIEMPO** y todas aquellas personas mayores que en representación de las asociaciones han colaborado.

3.1. FUENTES, TÉCNICAS Y DINÁMICA DEL PROCESO

Toda investigación precisa de unas fuentes de las que extraer la información necesaria. En el desarrollo de este diagnóstico participativo hemos trabajado desde dos ejes. Por un lado, las fuentes primarias entendidas como aquellas que contienen información nueva y original y las fuentes secundarias las adquiridas de enciclopedias, antologías, directorios, libros o artículos que interpretan otros trabajos o investigaciones y sirven para completar y reforzar la información obtenida por otras fuentes.

- Las fuentes primarias han comprendido, a su vez:
  - técnicas cualitativas que han tenido como objeto principal el acceso a los argumentos existentes.
  - técnicas cuantitativas que han tratado de ponderar las realidades detectadas.
- Las fuentes secundarias han sido útiles parta contextualizar el conjunto del estudio.

3.2. DESARROLLO METODOLÓGICO

Entendido como el recorrido cronológico del desarrollo del diagnóstico, teniendo en cuenta el objeto del proyecto, las fuentes y herramientas utilizadas.

Es importante seleccionar bien las herramientas a emplear adecuándolas a los objetivos, personas a las que se dirige y la realidad del contexto.

A continuación, mostramos a modo de esquema las fuentes empleadas con las técnicas y herramientas ejecutadas en cada proceso.

FUENTES	TÉCNICAS	HERRAMIENTAS
Fuentes Secundarias	Análisis Documental	Consulta de fuentes estadísticas: Censo, Padrón, datos intergeneracionales…
Fuentes primarias	Técnicas Cualitativas	Grupo Focal Entrevistas individuales
	Técnicas Cuantitativas	Cuestionario

(Cuadro de elaboración propia)

La articulación de las fuentes, el desarrollo de las técnicas y las diferentes herramientas descritas en el cuadro anterior han estado encaminadas desde la esencia participativa del diagnóstico, a alimentar y retroalimentar cada una de sus fases.

HERRAMIENTAS

Entendidas como los instrumentos utilizados para obtener la información requerida en el Diagnóstico. Existen muchas y de tipologías variadas las cuales hay que analizar para valorar cual se ajusta más a las exigencias del trabajo, las personas a las que van dirigidas, la información que q

Queremos obtener con ellas, el tiempo que tenemos para aplicarlas, la dimensión del trabajo. Así, por ejemplo, no es lo mismo realizar un trabajo de obtención de información en una localidad concreta que a una provincia que engloba varias poblaciones con sus singularidades.

Nuestro desarrollo de trabajo ha destacado por ser un ejercicio colectivo de reflexión y ajuste de la idoneidad y pertinencia de cada una de las herramientas utilizadas, teniendo en cuenta las circunstancias y necesidades detectadas en cada momento.

Para ello hemos optado por tres herramientas diferentes que nos han provisto de información cualitativa y cuantitativa.

- **Encuesta** enviada a todas las asociaciones y clubes de jubilados y jubiladas de la Comunidad Foral.
- **Entrevistas individuales** a tres profesionales y personas de referencia en el ámbito de la salud, social y comunitario con personas mayores.
- **Grupo Focal**, realizando una sesión con personas implicadas o pertenecientes a estas asociaciones y clubs.

A continuación, pasamos a describir la organización, estructura, contenido y desarrollo de cada herramienta con el objeto de describir y fundamentar su importancia dentro del diagnóstico para la obtención de información.

ENCUESTA

La encuesta es una forma de hacer investigación participativa siendo una excelente herramienta para documentar los hechos que afectan a diferentes agentes.

Es un recurso de opinión pública en la que se hacen preguntas cuidadosamente diseñadas para extraer información específica.

Las encuestas representan una de las técnicas más utilizadas de recolección de información de un tema para describir, comparar, explicar o predecir sus conocimientos, actitudes o comportamientos.

Teniendo en cuenta en todo momento los objetivos, la población a la que nos dirigíamos y el contexto sociodemográfico, diseñamos un cuestionario estructurado con el objeto final de identificar las características de las asociaciones, las dificultades o deficiencias y necesidades que tenían cada entidad.

Aplicamos preguntas cerradas que contenían alternativas de respuesta y se delimita la respuesta, y preguntas más abiertas obteniendo información sobre datos que desconocíamos recabando información en profundidad sobre un tema concreto en la asociación que contestaba a la encuesta.

Características de las preguntas realizadas:

- Lenguaje sencillo, claro y comprensible.
- Peguntas cortas.
- Cuestiones específicas y referidas a un solo aspecto.
- Empleamos un orden lógico en la secuencia de las preguntas.
- Se dejaba espacio para incorporar otras opciones en cada pregunta.

Entendiendo con ello que una encuesta es un procedimiento dentro de los diseños de una investigación descriptiva en el que el equipo investigador recopila datos mediante un cuestionario previamente diseñado, pasamos a describir el nuestro, su proceso de diseño, presentación, desarrollo y cumplimentación por las asociaciones de jubilados y jubiladas de Navarra.

EL CUESTIONARIO

Las encuestas a menudo se realizan en función de un cuestionario con preguntas de diferente tipología, siendo este, por tanto, el documento básico para obtener la información en la gran mayoría de las investigaciones.

Proceso de diseño

Para el diseño de nuestro cuestionario partimos de reuniones con el grupo motor de la **Confederación T3RCER TIEMPO** con el objeto de detectar con exactitud su demanda de información la cual querían obtener con esta investigación.

La elaboración fue participativa, desde nuestra experiencia diseñamos un boceto que pulimos en varias sesiones con el grupo motor con la idea de ajustarnos al máximo a su demanda.

A la hora de redacción, además de tener en cuenta la información que queríamos obtener con la cumplimentación del cuestionario tuvimos en cuenta el tema género como factor inclusivo y el idioma, dando opción a cumplimentarla en euskera y castellano.

Presentación

Tras varias reuniones de ajuste de contenido y forma, el equipo de investigación presentó la herramienta para su validación.

En el proceso, el grupo motor de **Confederación T3RCER TIEMPO** mandó un correo electrónico a todas las Asociaciones de personas mayores de Navarra informando de la ejecución del diagnóstico que se había empezado y de la llegada a sus entidades de la encuesta para que pudiesen cumplimentarla.

Con el cierre del diseño de la encuesta se enviaron a todas las Asociaciones las encuestas vía correo electrónico o por carta (en los casos en los que no se contaba con correo electrónico de la entidad), animando a cumplimentarla como herramienta participativa para la detección de las necesidades de cada entidad.

Desarrollo y cumplimentación

A su vez se marcó un plazo para poder rellenar y reenviar la encuesta que a efectos reales no se mantuvo estrictamente y se alargó en el tiempo para conseguir más participación.

Tras el período establecido, el equipo de investigación contactó, vía telefónica, con todas aquellas asociaciones que no habían contestado la encuesta con el objetivo de conocer la causa.

En los casos en los que indicaban que no habían recibido la encuesta o no sabían de la existencia del correo electrónico se les volvía a enviar la encuesta para que pudiesen cumplimentarla y mandarla.

En los casos en los que tenían dificultades para poder rellenarla, se facilitaba la opción de realizar la encuesta vía telefónica.

Esta fase de llamadas telefónicas facilitó a la vez de ampliar la participación de las asociaciones, dar a conocer la **Confederación T3RCER TIEMPO**, sus intereses y a la vez, actualizar los datos de contacto que se disponía de cada entidad.

ENTREVISTAS INDIVIDUALES

La entrevista individual es una herramienta de recopilación de información que se realiza de forma presencial, entre el o la entrevistadora y la persona entrevistada. Es una técnica sencilla y rápida de utilizar y que no requiere de muchos recursos para su realización.

La entrevista individual permite recopilar distintos tipos de información:

- Hechos y comprobaciones de hechos.
- Opiniones y puntos de vista.
- Análisis.
- Propuestas.
- Reacciones a las primeras hipótesis y conclusiones de las personas entrevistadoras.

Permite recopilar información cuantitativa y, sobretodo, cualitativa. Es importante en todo momento distinguir claramente las informaciones, que son hechos verificables, de los puntos de vistas, análisis y opiniones.

La entrevista individual puede conducirse de tres formas diferentes:

- **Entrevista no dirigida**: La persona entrevistada se expresa con libertad sobre temas muy variados. Puede abordar temas que la o el entrevistador no había previsto. Este último interviene solamente para facilitar la expresión de la persona entrevistada o para llevarla a profundizar en algunos puntos.
- **Entrevista semi dirigida**: Este tipo de entrevista se centra en recoger las manifestaciones de las personas entrevistadas en torno a una guía general flexible construida a partir de las preguntas de evaluación (la guía de entrevista). Este puede completarse con preguntas destinadas a aclarar o precisar las respuestas dadas por la persona entrevistada.
- **Entrevista dirigida**: En este caso se aplica la guía de entrevista de manera estricta. La persona entrevistadora hace las preguntas una tras otra, sin dejar a la persona entrevistada la posibilidad de desarrollar otros puntos. No se proponen ni desarrolla preguntas que no están previstas en el listado. Las respuestas a cada pregunta son, en líneas generales, bastante breves.

Aspectos a tener en cuenta a la hora de diseñar una entrevista

- Importante conocer y respetar las características personales y profesionales de cada persona a entrevistar.
- Prever los problemas de idioma.
- Presentar y explicar las razones de la entrevista.
- Fijar las reglas del juego: la duración prevista de la entrevista, la grabación o no de las respuestas, el anonimato.
- Adaptarse al estatus de la persona a entrevistar y tener en cuenta las especificidades de sus respuestas.
- Ser flexible, controlando la evolución de la entrevista.
- Mostrar capacidad de reacción (utilizando la contradicción, la empatía, …)
- Hacer observaciones directas, incluyendo las que no están previstas en la guía de entrevista.
- Guardar constancia de la información: volver a leer y transcribir rápidamente las notas tomadas durante la entrevista y anotar los elementos no verbalizados que han caracterizado el proceso.
- Preservar la confidencialidad.
- Validación, en caso necesario y por parte de la persona entrevistada, de los informes de la entrevista.

Recursos necesarios para la aplicación

Es una herramienta que no exige de demasiados recursos, sin embargo, es importante tener en cuenta:

- El factor tiempo, el cual puede ser limitado.
- Los recursos humanos que se dispone. Para realizar unas entrevistas de calidad se tiene que contar con profesionales que dominen la herramienta (capacidad de escucha y de empatía, capacidad de reacción y de síntesis, control del desarrollo de la entrevista) y la temática.
- Recursos técnicos y económicos que aplicar en cada entrevista. Valorar la grabación de audio y/o imagen y los medios que eso implica, gastos de desplazamiento, …

Ventajas y límites de la herramienta

VENTAJAS	LÍMITES
• Utilización rápida y sencilla. • Plazos cortos y bajo coste. • Apropiada para entrevistar a un número limitado de personas interlocutoras indispensables para la evaluación.	• Número limitado de personas que se puede entrevistar. • Problema en la representatividad de las personas a entrevistar. • La información se debe verificar y a menudo la herramienta se debe combinar con otras herramientas de análisis de contenido.

(Cuadro de elaboración propia)

Etapas de preparación de nuestras entrevistas

En un primer momento el equipo motor reflexionó y analizó las propuestas del equipo investigador, teniendo en cuenta las directrices del Diagnóstico, las personas a las que quería entrevistar para obtener información relevante que ayudase a completar y ampliar la información general que se perseguía obtener en el estudio.

Se buscó personas influyentes y profesionales que trabajasen en el ámbito social y sanitario con el objetivo de ampliar la información recopilada con las encuestas desde otras perspectivas, ajustando en cada caso las preguntas a las personas a entrevistar.

Para ello se preparó a cada persona entrevistada un guion con las preguntas que se harían durante las entrevistas semi dirigidas que nos habíamos planteado.

En todo momento tuvimos presente que el listado de preguntas y las guías de entrevista variarían en función de las personas a entrevistar, de su relación con el objeto del estudio y de su ámbito de intervención.

El listado de preguntas estuvo compuesto por todos los temas y las preguntas que se deseaban abordar en cada entrevista.

Se realizaron tres entrevistas a:

Camino Oslé Guerendiain

Diplomada en Trabajo Social, Licenciada y Doctora en Pedagogía por la Universidad de Navarra, Master en Gerontología Aplicada por la Universidad de Barcelona. Profesora, primero, de Trabajo Social en la antigua Escuela Universitaria del Gobierno de Navarra y se incorpora a la Universidad Pública de Navarra desde 1991 hasta agosto del 2014, en el Departamento de Trabajo Social como Profesora Titular.

Ha sido Secretaria de la Facultad de Humanas y Sociales, Directora del Departamento de Trabajo Social, Vicerrectora de Proyección Social y Cultural y Defensora de la Comunidad Universitaria. Actualmente jubilada.

Ha realizado su investigación en los campos de la Gerontología y de la Historia de la Beneficencia. Desde el año 1969 hasta la actualidad forma parte de la Junta de Gobierno de la Casa de Misericordia de Pamplona y es exvicepresidenta de la Sociedad Navarra de Geriatría y Gerontología.

Nicolás Martínez Velilla

Licenciado en Medicina, especialidad en Geriatría.

Nombrado recientemente representante español de la "European Geriatric Medicine Society" (EUGMS). Permanecerá en el cargo durante 4 años, y durante este tiempo representará a la Sociedad Española de Geriatría y Gerontología y a la Sociedad Española de Medicina Geriátrica llevando a cabo funciones de coordinación y desarrollo de diferentes aspectos relacionados con la geriatría como la promoción de modelos eficientes de atención a ancianos; funciones de educación; y colaboración con los diferentes interlocutores europeos, fomentando, en todo momento, el desarrollo de la especialidad de geriatría de forma transversal.

Ha sido previamente representante en la Asociación Internacional de Geriatría y Gerontología (IAGG) y en la sección de geriatría de la "European Union of Medical Specialists" (UEMS). Desde el año 2015 se encuentra al frente del Servicio de Geriatría del Complejo Hospitalario de Navarra y en la actualidad lidera también la Unidad de Investigación en Geriatría de Navarrabiomed, gracias a un programa de intensificación para el fomento de la investigación sanitaria pública de Navarra financiado por La Fundación Bancaria “la Caixa” y la Fundación Bancaria Caja Navarra.

Gemma Botín Cociña

Licenciada en Pedagogía por la Universidad de Navarra. Ha completado su formación con máster en 'Ética aplicada en intervención social' y con un curso de alta dirección especializado en "Dirección de Fundaciones" por IESE. Fue Directora gerente de la Agencia Navarra para la Autonomía de las Personas Mayores, dependiente de la Dirección General de Política Social y Consumo (2012-2015). Y Responsable del Área Social de fundación Caja Navarra (2015-2017).

Actualmente Directora del Área de Discapacidad y Personas Mayores de Fundación Caja Navarra.

GRUPO FOCAL

Aplicada como una técnica cualitativa de estudio de las opiniones o actitudes de un público concreto, utilizada en ciencias sociales.

Se trata de un grupo artificial ya que no existe ni antes ni después de la sesión interacción entre los y las participantes.

Se utiliza un determinado grupo de personas. Los estudios defienden que lo ideal es utilizar grupos reducidos para que el conjunto de enfoque sea efectivo, con una persona moderadora participante de la investigación; con el encargo de hacer preguntas y dirigir la discusión. Su función es la encauzar la discusión para que no se aleje del tema de estudio. También es el encargado o encargada de crear un ambiente relajado e informal, en donde las preguntas son respondidas por la interacción del grupo en una dinámica en que las personas participantes se sienten cómodas y libres de hablar y comentar sus opiniones.

Es una herramienta utilizada para enfocar y explorar un interés o cuestión en particular para una investigación.

Se indaga en las actitudes y reacciones de un grupo social específico frente a un asunto social o político, o bien un tema de interés.

Sin embargo, el grupo focal puede presentar alguna desventaja:

La persona moderadora tiene poco control sobre el grupo y en ocasiones se puede perder el tiempo en asuntos de poca trascendencia.

El análisis es complejo ya que depende de los estilos de comunicación a la par con las reacciones no verbales de las y los participantes.

Nuestro grupo focal

Junto con el grupo motor de **Confederación T3RCER TIEMPO** se analizó que personas podrían integrar el grupo intentando con ello buscar una participación equilibrada en cuanto a género, representación demográfica y representatividad (dimensión o tamaño de la asociación a la que representa) con el objeto de conseguir información rica y variada teniendo en cuenta distintas variables de interés en el estudio para el diagnóstico.

Se invitó a participar en el grupo focal a once representantes de Asociaciones, teniendo en cuenta los criterios mencionados.

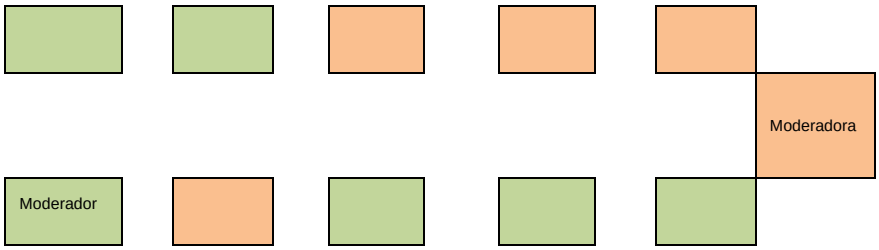
Sólo la Asociación de Jubilados Irubide avisó que no podría acudir a la sesión.

A continuación, incluimos un cuadro resumen donde numeramos las asociaciones que fueron invitadas, las que participaron y la que justificó su no asistencia.

ASOCIACIÓN	ZONA DE PROCEDENCIA	TAMAÑO DE LA ENTIDAD	GÉNERO PERSONAS PARTICIPANTE
• Asociación de Jubilados Irubide (No pudo acudir)	Pamplona	Grande	Mujer
• Asociación Jubilados, Viudos-as y pensionistas Arkupeak (Doneztebe)	Rural-Noroeste	Grande	Hombre
• Asociación Comarcal Jubilados Nuestra Señora de Orreaga (Aribe)	Rural-Noreste	Pequeña	Hombre
• Asociación de Jubilados Sor María Muruzabal (San Martín de Unx)	Rural-Tafalla	Pequeña	Mujer
• Asociación de Jubilados y Pensionistas Gure Nahia (Lakuntza)	Rural-Noroeste	Media	Mujer
• Asociación de Jubilados y Pensionistas San Sebastián (Tafalla)	Rural-Tafalla	Grande	Hombre
• Asociación de Jubilados Virgen de la Peña (Fustiñana)	Rural-Ribera	Media	Mujer
• Asociación Club de Jubilados y pensionistas Virgen Blanca (Huarte)	Comarca-PNA	Media	Hombre
• Asociación Club de Jubilados, Pensionistas y Viudas de Viana	Rural-Estella	Media	Hombre
• Asociación de Viudas Navarra Roncesvalles (Pamplona)	Pamplona	Pequeña	Mujer
• Asociación de Pensionistas, Jubilados y Viudas San Martín (Lerga)	Rural-Noreste	Pequeña	Hombre

(Cuadro de elaboración propia)

Organización y estructura en la mesa de nuestro grupo focal.



REDACCIÓN DE ANÁLISIS DE DATOS Y RESULTADOS

La elaboración de informes es el resultado de la ejecución de una serie de procesos encadenados, que variarán en función de los objetivos a alcanzar.

Es el proceso de dividir, analiza examinar y estructurar los datos obtenidos, con la aplicación de diferentes herramientas, sobre un tema con el propósito de sacar conclusiones sobre la información para poder tomar decisiones, o simplemente ampliar los conocimientos sobre diversos temas.

Se someten los datos a interrelaciones, comparaciones con la finalidad de obtener conclusiones precisas que ayuden a alcanzar los objetivos planteados.

Nuestro análisis de datos y resultados en el Informe final

Tras el proceso de analizar los objetivos del diagnóstico, identificar y aplicar las herramientas que mejor se ajustases a estos (encuesta, entrevistas individuales y grupo focal) y tenido en cuenta la información que queríamos obtener para analizar en nuestro informe final, recopilamos, analizamos, describimos, interrelacionamos, vinculamos la documentación recopilada y pasamos a plasmarla en el apartado 4.- Análisis de datos y resultados al detalle de nuestro informe final.

DIVULGACIÓN Y DIFUSIÓN

Con la presentación del informe al grupo motor de la **Confederación T3RCER TIEMPO** damos por concluido el proceso de presentación del diagnóstico, sin embargo, consideramos importante divulgar y difundir las conclusiones de este a toda la población en general y más en particular a los agentes que han participado en la ejecución, como son las Asociaciones, Clubs de jubilados y jubiladas, profesionales en la materia y entes públicos.

Será función de la **Confederación T3RCER TIEMPO** valorar este punto como cierre del proceso y como presentación del futuro Plan Estratégico ante las necesidades detectadas.

CALENDARIZACIÓN

Desde el comienzo del trabajo para desarrollar el Diagnóstico el trabajo conjunto y coordinado con la **Confederación T3RCER TIEMPO** ha contribuido a actualizar y ajustar nuestro trabajo a la realidad emergente en cada momento y situación adaptando el proceso.

A continuación, a modo de resumen y esquema general del proceso, incluimos una pequeña calendarización de las actividades y acciones realizadas a lo largo del trabajo.

ACTIVIDADES	FECHA	ESPACIO
• Presentación de propuesta para ejecución del Diagnóstico	02-08-2019	Sede **Confederación T3RCER TIEMPO**
• Adjudicación de la investigación	28-08-2019	Sede **Confederación T3RCER TIEMPO**
• Revisión documentación y recogida de datos	Desde el 04-092019 hasta cierre de la elaboración del Diagnóstico	Sede **Confederación T3RCER TIEMPO**
• Reuniones Confederación-Pauma: - Contacto inicial - Consenso de objetivos - Calendarización investigación - …	02-09-2019 11-09-2019 18-09-2019 27-09-2019	Sede **Confederación T3RCER TIEMPO**
• Reuniones Equipo Investigador: - Elaboración fundamentación - Revisión encuesta - Distribución llamadas - Revisión guion entrevistas - …	04-09-2019 25-09-2019 02-10-2019 23-10-2019 06-11-2019 19-12-2019 27-12-2019 03-01-2020 08-01-2020	Oficina de Pauma
• Reuniones Grupo Motor: - Definición encuesta - Elaboración carta - Propuesta expertos a entrevistar - Selección de participantes del Grupo focal - …	02-10-2019 16-10-2019 08-11-2019 28-11-2019	Sede **Confederación T3RCER TIEMPO**
• Realización Encuesta	11-11-2019 a 19-12-20119	Online, carta y Telefónicamente
• Entrevista individual 1: Camino Oslé Guerendiain	11-12-2019	Domicilio
• Entrevista individual 2: Nicolás Martínez Velilla	13-12-2019	Hospital de Navarra
• Entrevista individual 3: Gemma Botín Cociña	16-12-2019	Sede Fundación Caja Navarra

• Análisis de datos preliminares	04-12-2019	Oficina de Pauma
• Grupo Focal	17-12-2019	Sede **Confederación T3RCER TIEMPO**
• Avance de resultados	19-12-2019	Sede **Confederación T3RCER TIEMPO**
• Redacción de análisis de datos y resultados	Desde el 20 de diciembre hasta cierre de elaboración de Diagnóstico	Oficina de Pauma
• Divulgación y difusión	2020	

ANÁLISIS DE DATOS Y RESULTADOS AL DETALLE

Iniciamos esta fase partiendo de las aportaciones que las entidades han realizado desde el formato de las encuestas para proseguir con la exploración de los elementos que se han recabado en las entrevistas y el grupo focal. De esta manera pretendemos posibilitar la aproximación a los puntos significativos de las diversas contribuciones procurando enlazar también aquellas cuestiones que transitan de forma transversal en los lugares en los que emergen.

4.1.- APORTACIONES DESDE LAS ENCUESTAS A LAS ASOCIACIONES

CONTEXTO DE RESPUESTAS Y AUSENCIA DE ELLAS

Con fecha 23 de octubre la **Confederación T3RCER TIEMPO** envió a 189 entidades el cuestionario con solicitud de respuesta para un plazo máximo del 3 de noviembre. Para esa fecha tan sólo se recibieron 26 respuestas. Comenzó entonces un periodo de contacto telefónico que permitió conocer algunos de los motivos por los que el resto de las entidades no había enviado contestación. Los motivos figuran señalados a continuación, siendo los que aparecen en los primeros lugares los más frecuentes y seguidamente los menos frecuentes.

- Cambios en la composición de los cargos directivos.; de responsables de la gestión de la información y datos de contacto.
- Falta de tiempo suficiente para responder.
- Interpretación de haber contestado ya a la encuesta al ser coincidentes en el tiempo con otras iniciativas consultivas.
- Falta de comunicación suficiente e intercambio de información entre diferentes miembros de las juntas directivas y/o entidades colaboradoras en la gestión.
- Desaparición de las asociaciones por número insuficiente de personas asociadas.
- Falta de confianza en la herramienta como instrumento para mejorar la situación existente.

La comunicación personalizada propició una segunda oleada de respuestas, aunque en este periodo tampoco fue posible comunicarnos con representantes de todas las entidades mediante vía telefónica, por ello se procedió al envío de la encuesta por correo ordinario.

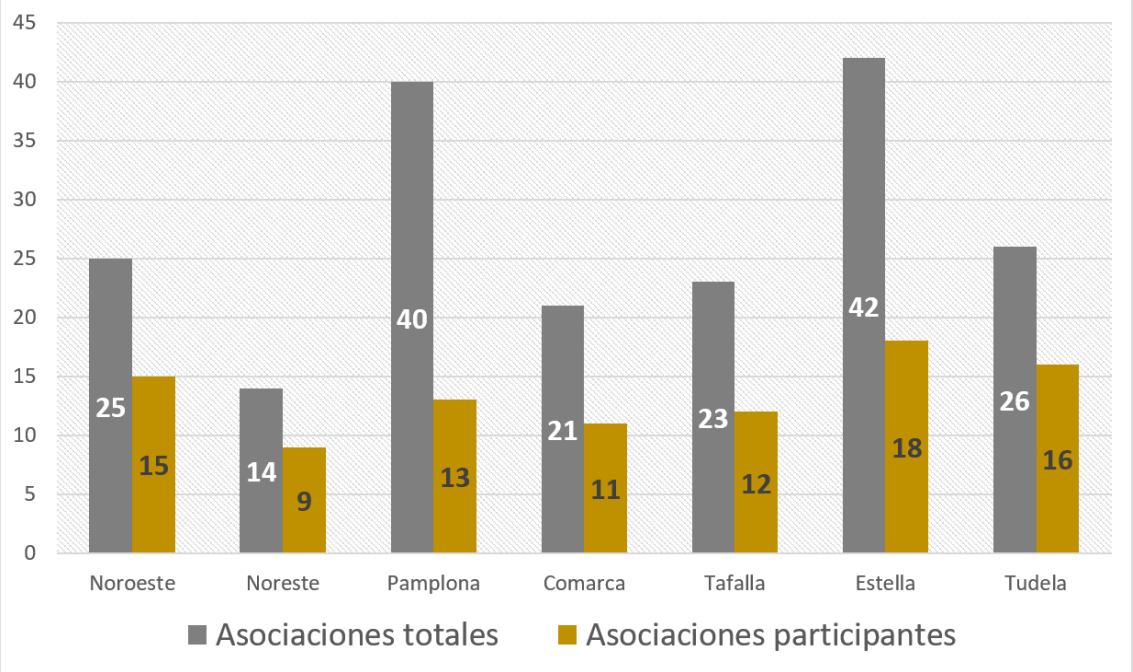
Fruto de estas actuaciones con fecha de 20 de diciembre se registraban las respuestas en los cuestionarios de 94 entidades colaboradoras, 1 entidad que facilitó información sobre situación y necesidades principales detectadas en formato ajeno al cuestionario y 5 entidades que comunicaron su disolución.

REPRESENTATIVIDAD DE LA MUESTRA

- Las 94 entidades colaboradoras suponen el 49% de las entidades convocadas.
- Agrupan a 41.618 personas; con un registro de 16.755 hombres y 22.733 mujeres.

GRÁFICA 1:

Representatividad por zonas básicas

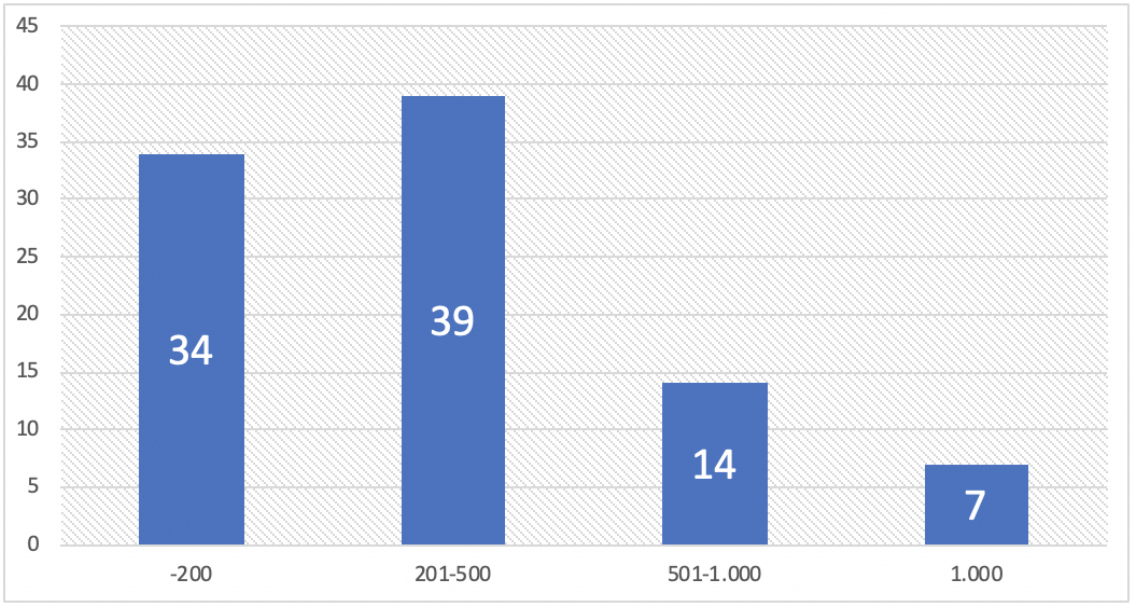


Han respondido en diferente proporción asociaciones de las zonas básicas contempladas; **Noroeste, Noreste, Pamplona, Comarca, Estella, Tafalla** y **Tudela**

- Figuran asociaciones de núcleos de población de tamaño diverso; desde pueblos de menos de 100 habitantes hasta la capital de la comunidad.

GRÁFICA 2:

Numero de asociaciones que han participado categorizadas por tamaño



Se han registrado respuestas de entidades de diferente tamaño; **34** de menores de 200 personas asociadas, **39** de entre 201 y 500, **14** de entre 500 y mil y **7** de más de un millar.

Estimamos por tanto que la muestra ofrece un significativo grado de representatividad atendiendo a los diferentes parámetros que pudieran influir en los resultados.

TIPOLOGÍA DE LOS NOMBRES DE LAS ENTIDADES PARTICIPANTES

- La mayoría recogen en su denominación actual los términos asociación de jubilados, en pocos casos jubiladas, pensionistas y viudas, y en pocos casos viudos. En el caso del euskera *jubilatuen elkarteak* es el término de uso generalizado.
- Algunas entidades mantienen tipologías anteriores como club, hogar o club social.
- Una se identifica como asociación de personas mayores.
- En otros casos el nombre no recoge ninguna referencia edadista.
- 2 entidades se constituyen como federaciones.

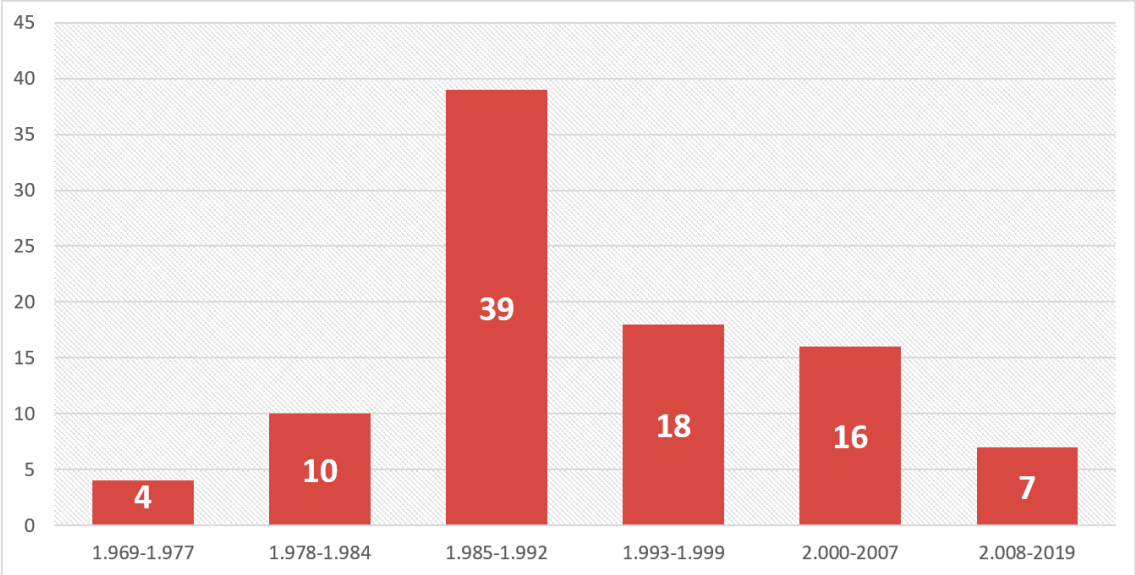
En el grupo focal se reflexionó acerca del lenguaje sexista que representan la mayoría de las denominaciones.

AÑO DE CREACIÓN

Es posible que en este apartado se haya podido producir algún tipo de confusión entre la fecha de comienzo de actividad de los grupos de personas mayores y la constitución de asociaciones registradas como tales. Según los datos manifestados:

GRÁFICA 3:

Año de creación de las asociaciones participantes



4 entidades se crearon entre 1969 y 1977. **10** entre 1978 y 1984. **39** entre 1985 y 1992. **18** entre 1993-1999. **16** entre 2000 y 2007. **7** entre 2008 hasta la actualidad.

Algunas de las asociaciones ya funcionaban como clubes con anterioridad y se constituyeron como asociaciones con estatutos con el objetivo fundamental de poder acceder a nuevas vías de financiación de sus actividades.

En el grupo focal se apuntaron también otras motivaciones para su creación, situándolo en otros modos de funcionamiento que existían en otros años, como las sociedades, y la voluntad de construcción de algo útil para las personas mayores que se quedaban al margen de cualquier movimiento ciudadano y con pocas perspectivas de actividad social.

Se puede constatar que la mayoría de las entidades tiene una amplia trayectoria de más de 20 años y que durante los últimos años se han creado muy pocas entidades nuevas.

DISTRIBUCIÓN TERRITORIAL

Las entidades participantes pertenecen a las siguientes zonas básicas de la Comunidad Foral:

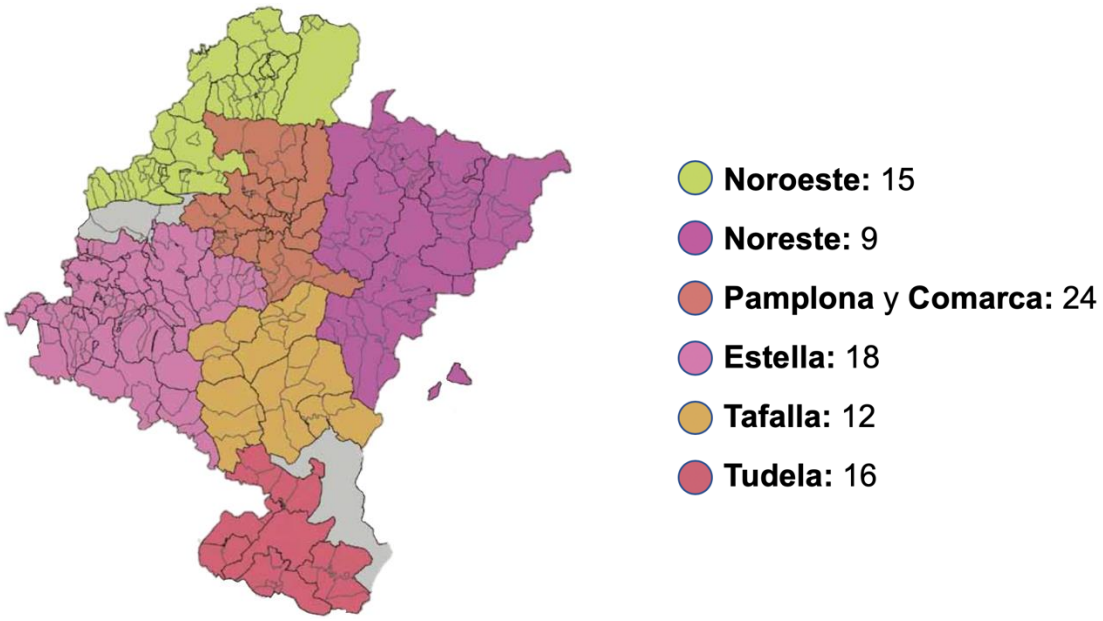


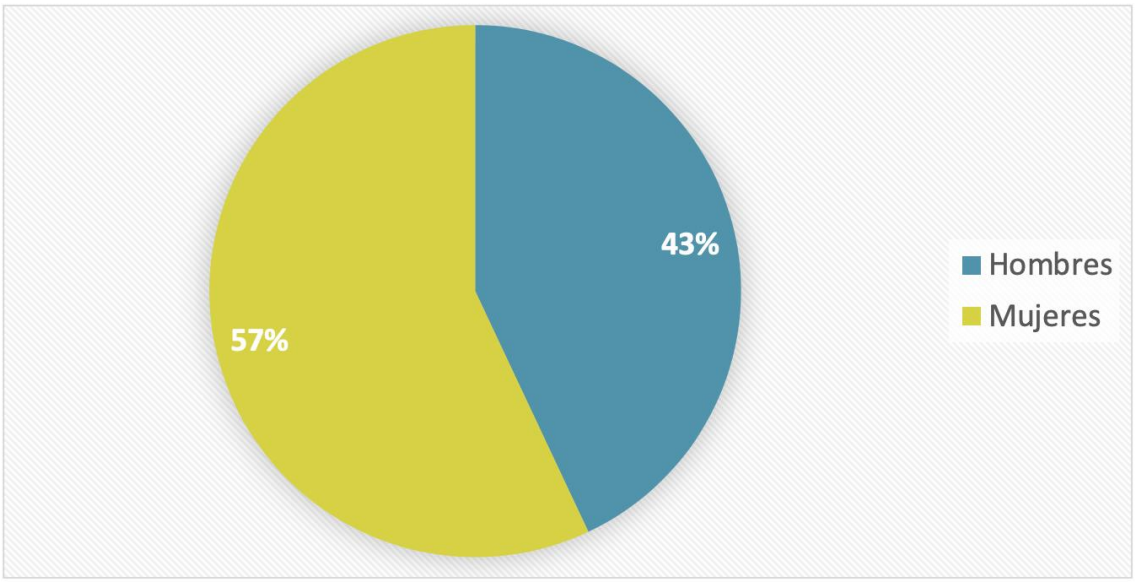
FIGURA 1: Recuperado de "Observaciones territoriales de Navarra nº8: Zonificación de Navarra" de García, M. Septiembre 2011. Recuperado de https://studylib.es/doc/7232865/observaciones-territoriales-de-navarra

TAMAÑO DE LA ASOCIACIÓN, GÉNERO E INTEGRACIÓN

Como se refleja en la Grafica 2: **34** entidades cuentan con menos de 200 personas asociadas. **39** entre 201 y 500. **14** entre 501 y 1000. **8** más del millar, siendo dos de ellas federaciones.

GRÁFICA 5:

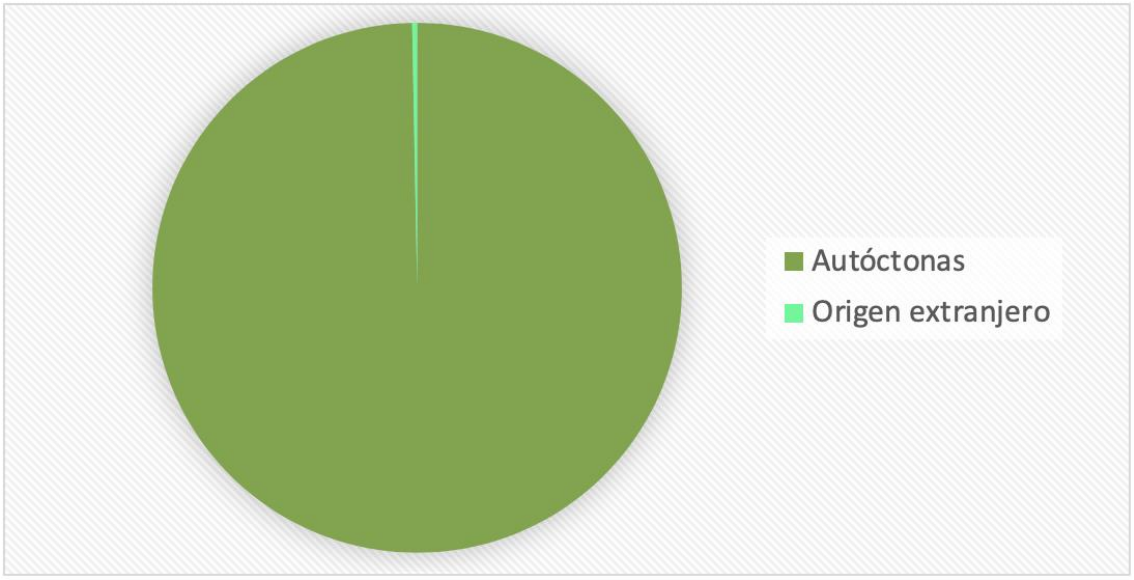
Género de personas asociadas



Agrupan a un total de 41618 personas (se ha descontado las personas pertenecientes a federaciones para no realizar un doble cómputo). De ellas la mayoría son **mujeres, 22733**, y constan **16755 hombres** registrados (no en todas las respuestas de ha podido contar con el dato desagregado por sexos).

GRÁFICA 6:

Origen personas asociadas



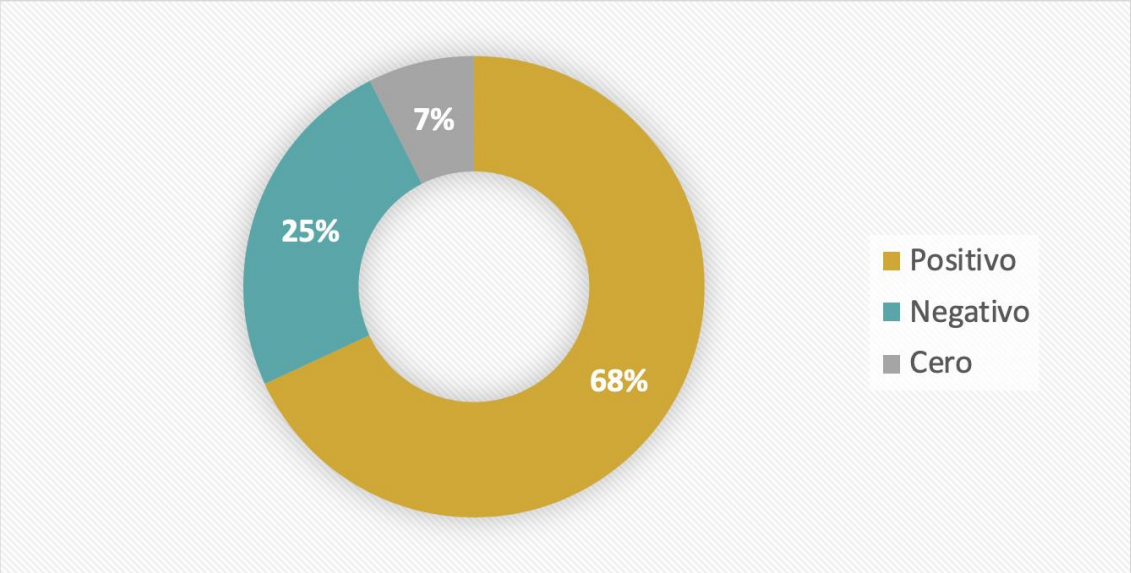
Tan sólo **36** entidades afirman contar con personas asociadas de origen extranjero, en **58** de ellas no están presentes. Suman **121** personas que **apenas representan 0,30% del conjunto.**

Si bien es cierto que la mayoría de las personas de origen extranjero no ha alcanzado todavía una edad avanzada, la integración de las personas de origen extranjero en las asociaciones de personas mayores se vislumbra como una posible asignatura pendiente, que requeriría un mayor nivel de exploración sobre sus posibles causas.

TASA DE RENOVACIÓN

GRÁFICA 7:

Balance de renovación



64 asociaciones presentan un balance positivo entre el número de altas y el número de bajas que se han producido a lo largo del año. Sin embargo, en **27** de ellas el balance es igual a 0 o es negativo.

Este balance negativo entre altas y bajas representa una seria amenaza para el futuro de las asociaciones de mayores.

En la información adicional que nos han facilitado en las comunicaciones telefónicas y el Grupo focal se observa una clara preocupación por la renovación de personas asociadas. “Eso es problema de todos los pueblos, no hay gente. Eso es lo que hay que buscar, a ver cómo convencer a la gente joven, primero que sean socios y segundo que no tengan ese miedo a entrar en la junta”. (Grupo focal, 19 de diciembre de 2019)

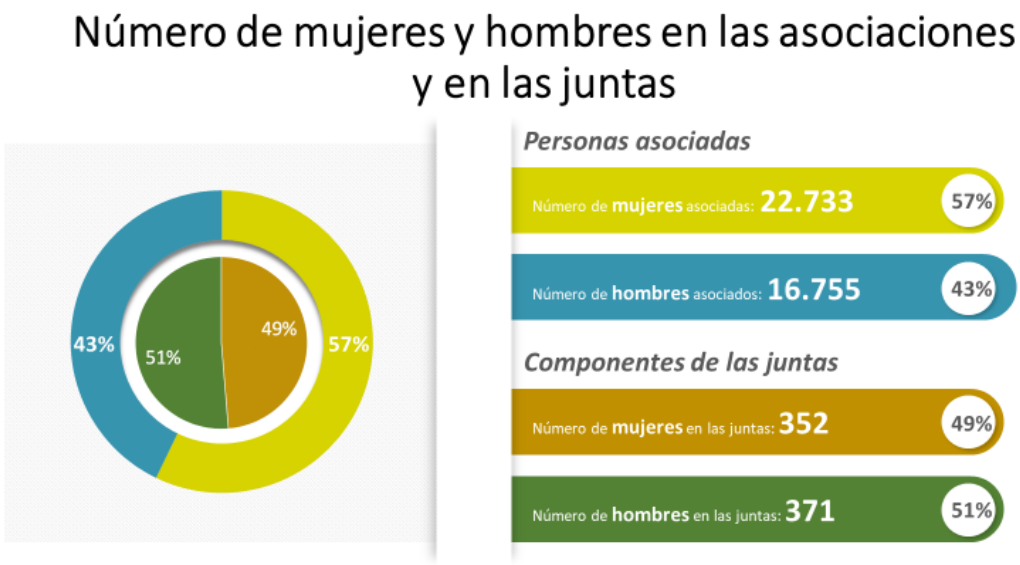
Estas entidades manifestaron su preocupación por las dificultades de captación de nuevas personas asociadas y entre las causas posibles señalaban las siguientes:

- Tamaño reducido de los núcleos de población.
- Existencia de otros recursos no edadistas preferentes para las personas mayores.
- Evitación de las posibles responsabilidades aparejadas a la participación en las entidades tales como nombramientos de cargos directivos.
- Nuevo concepto de vejez “…a mí se me van 14 (asociados) y si no meto nuevos, yo estoy a ver quién se jubila… pues ahora tres nuevos entran y participan, pero no quieren sentirse atados a esas personas de 80 años que están allí echando su partida de parchís”. (Grupo focal, 19 de diciembre de 2019)

EL MUNDO DE LAS JUNTAS DIRECTIVAS

GRÁFICA 8:

Número de mujeres y hombres en las asociaciones y en las juntas



El número de hombres (371) en las juntas es mayor que el número de mujeres (352) cuando el número de mujeres asociadas en mayor que el de hombres.

- La mayoría de las Juntas directivas están compuestas por grupo de entre 6 y 10 personas. Así lo manifiestan 72 entidades que suponen el 76% del conjunto.
- 15 son grupos más pequeños formados por entre 3 y 5 personas.
- 7 están constituidos por grupos numerosos de más de 10 personas.
- El número de miembros de las juntas directivas generalmente está relacionado proporcionalmente con el número de personas asociadas.
- 42 entidades tienen un número menor de mujeres que de hombres en las juntas, 35 tienen un número mayor de mujeres que de hombres y tan sólo 15 cuentan con paridad entre mujeres y hombres.

En el grupo focal se plantea además una circunstancia recurrente en relación con el género, que es la ocupación de la mayoría de los cargos directivos por parte de los hombres. "...lo que pasa es que los cargos recaen sobre los hombres: presidente, hombre, vicepresidente, hombre… secretario, hombre…". (Grupo focal, 19 de diciembre de 2019)

Esta imagen en relación con el género pone en evidencia la necesidad de avanzar en mecanismos que fomenten la participación equitativa en la representatividad para contrarrestar

los efectos de la cultura de la no participación en la que las mujeres mayores se han visto mayoritariamente inmersas durante largos años de su existencia.

Si atendemos al tiempo de permanencia en el cargo, nos encontramos con que la mayoría, 49 ocasiones (52%) cuentan con más de 4 años en el cargo frente a 41 ocasiones que señalan entre 2 y 4 años de duración. Tras los datos subyacen las dificultades que encuentran en muchos momentos para el relevo en las responsabilidades, dificultades que también se recogían en los procesos de comunicación interpersonal establecidos en la fase de estudio, en el grupo focal y que aparecerán como información recurrente entre las necesidades especificadas.

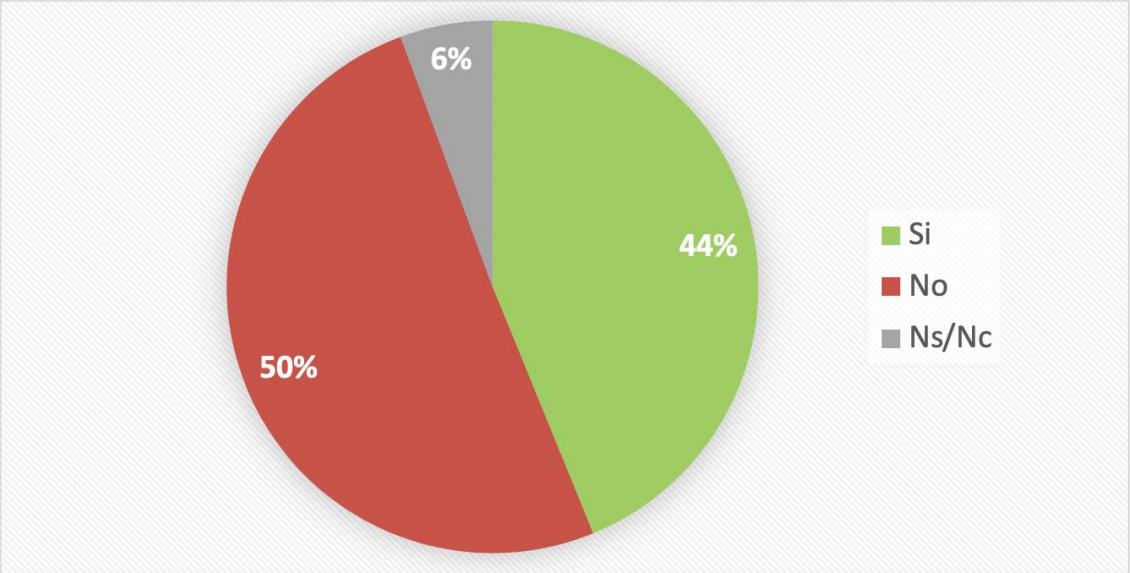
Entre las alternativas aportadas desde el grupo focal se plantea la reducción de los cargos al mínimo legalmente establecido; presidencia, secretaría y tesorería, aunque para ello muchas de las asociaciones deberán afrontar el trámite legal del cambio de estatutos. Otras de las alternativas planteadas es la posible asignación por sorteo.

La mayoría de las entidades afirman realizar actas de las juntas (80), 10 reconocen no hacerlo y 1 sabe/no contesta, por lo que se deduce que el cumplimiento de tal requisito básico de registro de la información es un mandato implantado de forma bastante extensiva.

EL EJERCICIO DE LA PARTICIPACIÓN EN LAS ASAMBLEAS

GRÁFICA 9:

Realización de comisiones y grupos de trabajo en el último año



39 entidades afirman haber establecido durante el último año alguna comisión o grupo de trabajo, frente a **45** que dicen no haberlo hecho o **5** que desconocen o no contestan.

Se ha registrado 5793 participaciones en las asambleas que representan un porcentaje promedio del 14% sobre el conjunto de personas asociadas, con valores que fluctúan entre el 2% y el 90%. Se han recogido bastantes oscilaciones en los porcentajes de participación estimados y también es preciso matizar que la participación en asambleas difiere bastante en función de los temas a tratar según han afirmado las personas informantes en las entrevistas telefónicas.

Se ha constatado la participación mayoritaria de mujeres; 3249 junto a 2359 hombres. Los datos facilitados de forma desagregada no son plenamente coincidentes con los facilitados en conjunto; en este sentido valoramos conveniente indicar que en ambos casos se solicitaban estimaciones.

En los casos de las asambleas el nivel de recogida de actas es superior al de las juntas, con 90 entidades que las elaboran y tan solo 5 que manifiestan no hacerlo. Por lo tanto, el derecho a la información pública necesaria se encuentra garantizado de forma mayoritaria.

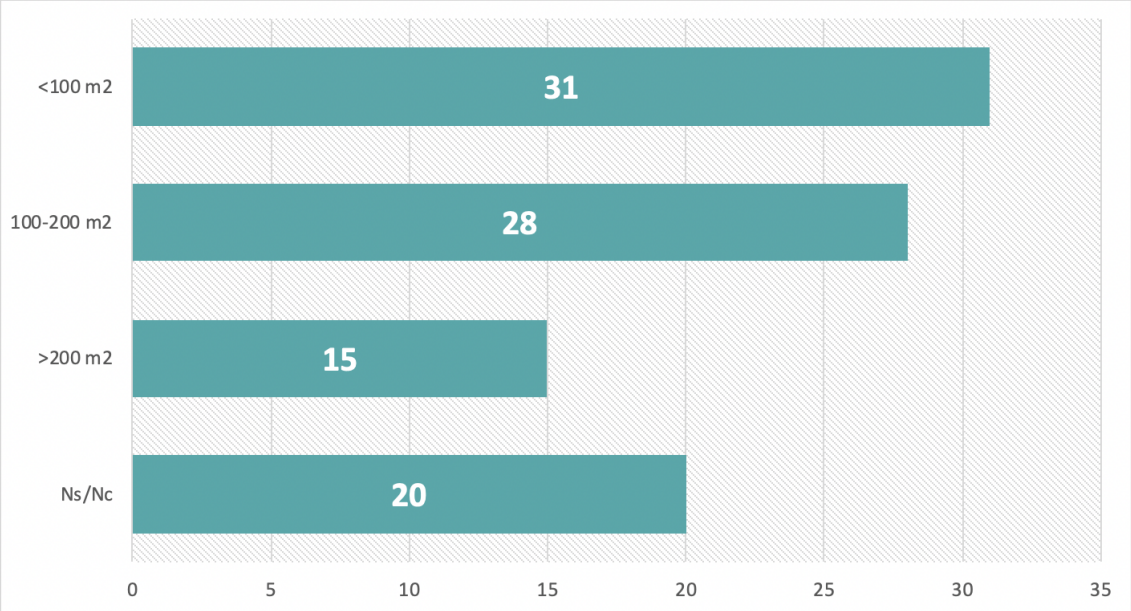
Otras formas de participación parecen abrirse paso, aunque todavía no están instauradas de forma generalizada.

INSTALACIONES DISPONIBLES

En este apartado se ha recopilado una variada casuística además de un número relevante de respuestas en blanco o de desconocimiento en relación con el tamaño, el coste y el horario.

GRÁFICA 10:

Tamaño del local



En cuanto al tamaño; **31** refieren un local menor de 100 m^2, **28** entre 100 y 200 m^2, **15** mayor de 200 m^2 y **20** respuestas no reflejan información concreta. En algún caso se añadió que la entidad no contaba con local de uso exclusivo.

Para 39 entidades su uso no tiene un coste económico, 51 sí lo reflejan y 4 no aportan información.

Sobre el horario entre semana: 8 lo utilizan tan sólo en horario de mañana, 19 en horario de tarde, 45 de mañana y de tarde y 22 no lo acotan. En algunos casos se señalan también horarios diferentes en función de actividades extras.

En referencia al horario de fin de semana; ninguna entidad refiere utilizarlo sólo por las mañanas, 16 afirman hacerlo únicamente de tarde, 42 en horario de mañana y de tarde y 36 no lo manifiestan.

Según se desprende de las manifestaciones realizadas el 80% considera que los locales son accesibles para todas las personas, aunque en algunos casos matizaron que algunas de sus instalaciones podrían no serlo, por ejemplo, los baños, cuestión que se volverá a poner de manifiesto en el apartado de expresión de necesidades.

El 62% de las entidades además utilizan otros espacios que en 57% de los casos no suponen coste económico.

ACTIVIDADES

Para la exploración de las actividades que realizan las entidades se ha optado por una clasificación que nos facilite la alineación con la estrategia futura a partir de modelos anclados en los desarrollos de diferentes investigaciones recientes. Contemplamos esta estructura como un marco organizador, aunque la frontera entre sus categorías es difusa ya que algunas actividades podrían incluirse en varias categorías, tal y como lo han interpretado las personas que han respondido al cuestionario. Por ello algunas de las respuestas adicionales aportadas se han trasladado de su ubicación original con el fin de facilitar los agrupamientos por contenidos relacionados.

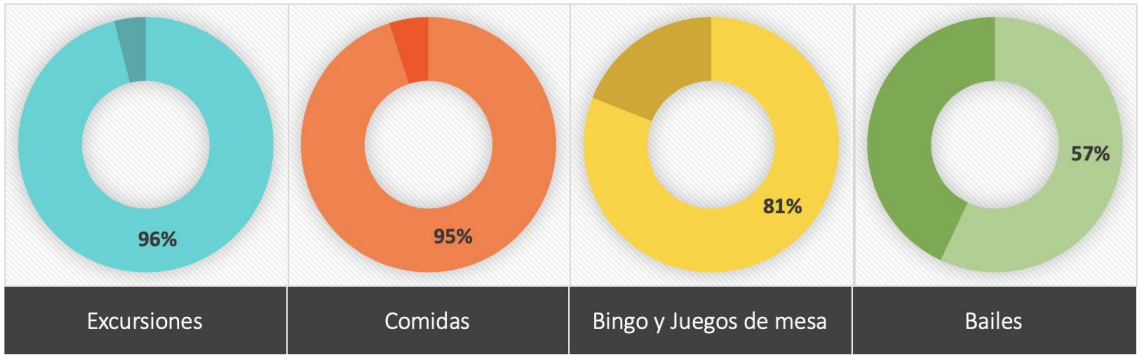
En un universo muy diverso en cuanto a iniciativas se pueden observar algunos elementos comunes que pueden servir de marco para la reflexión sobre la situación actual de las actividades que se realizan, su arraigo, su capacidad de convocatoria, sus lagunas y los retos que nos plantean.

OCIO RECREATIVO

Las actividades de ocio recreativo son las actividades con mayor presencia sobre el conjunto de actividades:

GRÁFICA 11:

Presencia de actividades recreativas



El **96%** de las asociaciones realiza excursiones. Un **95%** realiza comidas. Un **81%** Juegos de mesa y bingo. Por último, el **57%** realiza bailes.

Se recogen además aquellas otras actividades añadidas a la relación y que no se reflejan en apartados posteriores, tales como: “Proyecciones (2), Viajes de varios días, camino de Santiago (2), Juegos populares, petanca, rana (4), Actividades musicales, canto, coral, rondalla, guitarra (6), Merienda (1), Artes decorativas, manualidades, artes de vidrio, pintura (5), Pintxo solidario, cocina saludable, taller de cocina (3), Celebraciones locales tradicionales, carnavales (2)”.

GRÁFICA 12:

Presencia de otras actividades

Otras actividades señaladas se han agrupado por ámbito de actuación para poder facilitar el análisis posterior.

PROMOCIÓN DE LA SALUD

Englobamos en este apartado las actividades de ejercicio físico y talleres de memoria en sus términos más sencillamente reconocibles por la población sujeto del estudio.

Las actividades de ejercicio físico cuentan con una presencia relevante en el 63,82% de las entidades. La participación de las mujeres es mayoritaria en un 86,66% de los casos.

En lo referente a los talleres de memoria, el porcentaje baja al 55,31 % de las entidades. La participación de las mujeres se dispara siendo mayoritaria en el 78,84%.

Como otras actividades expresamente de promoción de la salud se han recogido las siguientes provenientes de 26 asociaciones: “conferencias, mesas redondas, tertulias, grupo de teatro, conferencias de musicoterapia, visitas a museos, club de lectura, semana cultural, francés, cocina, podología, gimnasia 3ª edad, charlas orientativas, charlas sobre la salud, zumba baile, alfabetización digital en la 3ª edad, charlas de nutrición, andada, senderismo, cursos varios, gimnasia, manejo de móvil y Tablet, yoga, pintura, charla hábitos saludables, talla de madera”. En este último apartado únicamente 16 entidades han desagregado la participación por sexos por lo que entendemos que la información no es suficiente para poder realizar su valoración.

Además, se reflejan en este apartado otras iniciativas que se han aportado con carácter genérico que entendemos que también podrían contribuir a la promoción de la salud: Actividades físicas tales como: ”taichí, defensa personal, pilates, gimnasia de mantenimiento (18), Salidas al monte, marcha nórdica, paseos saludables (6), Bailes, sevillanas, bailes de salón, bailes de línea (4), Talleres de memoria (4), Técnicas de relajación y espalda sana”.

PARTICIPACIÓN, IINCLUSIÓN SOCIAL

En este epígrafe se preguntaba separadamente sobre actividades de voluntariado, celebraciones y colaboración en actividades de barrio o pueblo.

Las celebraciones (Día de Navarra, Día del Club, Día del pueblo) son las más populares alcanzando al 90,42% de entidades y en ellas la presencia paritaria de hombres y mujeres es la tónica mayoritaria representando el 57,64% de la misma.

Les siguen la colaboración en las actividades del pueblo y barrio con un significativo 72,34%. En ellas la presencia de las mujeres es mayoritaria en el 48% y responden en paridad en otro 44,11%.

Las actividades de voluntariado están presentes en menor medida con el 45,74% de las entidades. Se aprecia una participación superior de las mujeres; ya que son mayoría en el 62% de ellas y en el 27,90% de ellas participan en paridad junto con los hombres.

En este área también se han recogido otras 15 aportaciones de actividades tales como: “Día de la Mujer, Día del socio, Día de la 3ª edad, Jornada intergeneracional, formación de pelotaris, charlas, huertas amigas, actividad reivindicativa, visitas a centro de jubilados, ayuda en la parroquia en la limpieza, toque de campanas, ayuda a personas que lo necesitan, carnaval, exhibición de gimnasia, colaboración con residencias de ancianos, Cruz roja, AECC, Banco de alimentos, Villa Javier, bailes, cine fórum, exposiciones…”. Aportaciones que ponen de manifiesto la gran diversidad de iniciativas existentes en las entidades de personas mayores.

En el apartado genérico se citaron otras actuaciones que se alinean con este ámbito: “Jubiloteca (1), Servicio comedor (1), Acompañamiento a personas mayores (1), Actividades intergeneracionales (1)”.

APRENDIZAJE A LO LARGO DE LA VIDA

En el cuestionario se demandó información centrada en dos asuntos que se estimaban de mayor alcance:

- Formación nuevas tecnologías: “Móvil, ordenador, Tablet…”. El 65,95% afirmaban realizar actividades en este ámbito, quedando un relevante 34,05% de asociaciones fuera de esta formación. La participación de las mujeres es mayoritaria en el 53,22% y paritaria en un 30,64%. Entre los motivos para su no realización se indicaba el coste elevado de la actividad, alegación que se repetirá en el apartado de necesidades detectadas.
- Desarrollo personal: “Charlas sobre envejecimiento, taller de emociones...”, figuran en un porcentaje ligeramente superior 67,02% y en ellas en el 65% de las ocasiones participan más mujeres que hombres.

En este apartado se han señalado también otras 10 iniciativas variadas: “Certamen Literario para las Personas Mayores de Navarra, viajes y excursiones culturales, Café tertulia (formas de combatir la soledad), concurso de artesanías, conferencias culturales, talleres y charlas sobre envejecimiento activo y salud, carnavales, viajes, jardinería”.

Otras acciones reflejadas en el apartado genérico que podrían incluirse en este ámbito serían: “Salidas, actividades, jornadas o semanas culturales (6), Actividades medioambientales (1), Teatro (2, Nuevas tecnologías, informática, smartphone (4), Certamen Literario (1), Clases de idiomas, gramática y conversación (1), Curso fitosanitario (1)”.

GRÁFICA 13:

Participación en actividades por sexos

Las asociaciones manifiestan que en la mayoría de las actividades las mujeres participan más que los hombres, salvo en "Comidas y Celebraciones" que la tendencia es hacia la misma participación de hombres y mujeres.

Desde el grupo focal se pone en valor la participación mayoritaria de mujeres y no sólo en las actividades sino también en su mayor implicación en las tareas de la asociación. "En general las mujeres se implican más en las tareas de la asociación. No quiero decir mucho más que los hombres, pero siempre están ahí". (Grupo focal, 19 de diciembre de 2019)

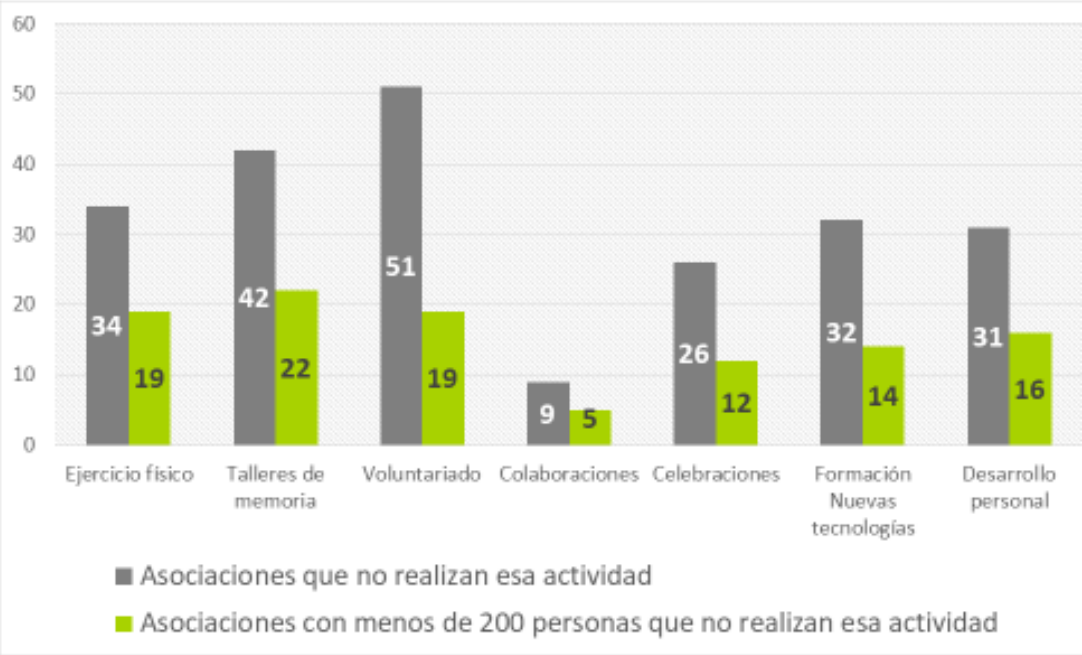
OTROS CONDICIONANTES PRESENTES PARA LA PARTICIPACIÓN

El número de personas asociadas

Se ha observado una correlación entre el tamaño del local y la organización de determinadas actividades, sobre todo en las no recreativas.

GRÁFICA 14:

Actividades no realizadas vs número de personas asociadas



Las columnas grises indican el número de respuestas “no se realiza esta actividad” y las columnas verdees, las correspondientes a entidades con menos de 200 personas asociadas. En porcentajes las respuestas asociadas oscilan entre **37,25%** y el **55,88%** siendo la media del **48,94%.**

El tamaño y situación del núcleo de población

El tamaño y la dispersión de los núcleos de población ha sido nominada en varias ocasiones como un hándicap de cara a la posible organización y participación en actividades, ya que en estos casos a menudo se concatenan varias circunstancias que actúan como factores de riesgo de cara a la organización y participación de actividades:

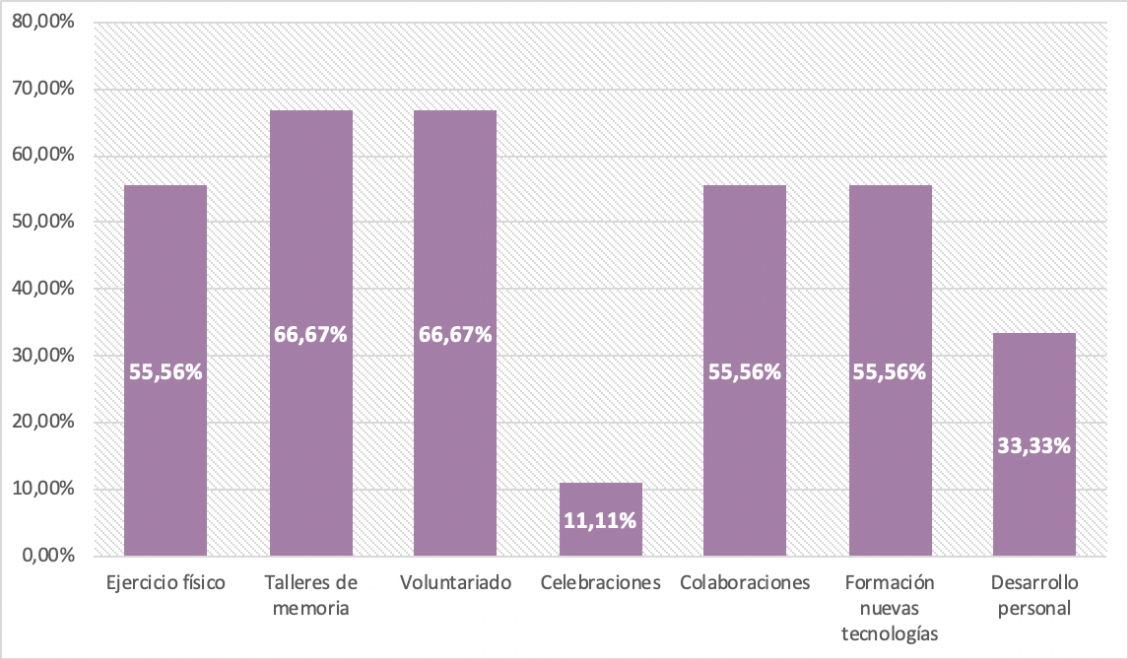
- Número reducido de socios e ingresos relacionados que impedirían la contratación de profesionales necesarios para el desarrollo de las actividades.
- Dificultades para la disponibilidad de local e instalaciones para la realización de actividades.
- Necesidad de servicios de transporte para los traslados y carencia de medios adecuados (frecuencias, accesibilidad, gastos añadidos al coste de la actividad).

La situación de los núcleos de población

Según los datos facilitados se aprecia que existe relación entre la ubicación de los núcleos de población y la realización de las actividades no recreativas siendo las zonas más periféricas las más expuestas a las carencias. En este sentido la zona noreste muestra una clara desventaja con respecto al resto.

GRÁFICA 15:

Porcentaje de asociaciones que no realizan actividades recreativas de la zona noreste



De las 9 entidades que han colaborado con sus respuestas a los cuestionarios la mayoría afirma no realizar actividades tales como: ejercicio físico, talleres de memoria, voluntariado, colaboraciones en actividades del pueblo/barrio, formación en Nuevas Tecnologías. Las actividades no recreativas que mayoritariamente relatan llevar a cabo son las celebraciones y actividades de desarrollo personal.

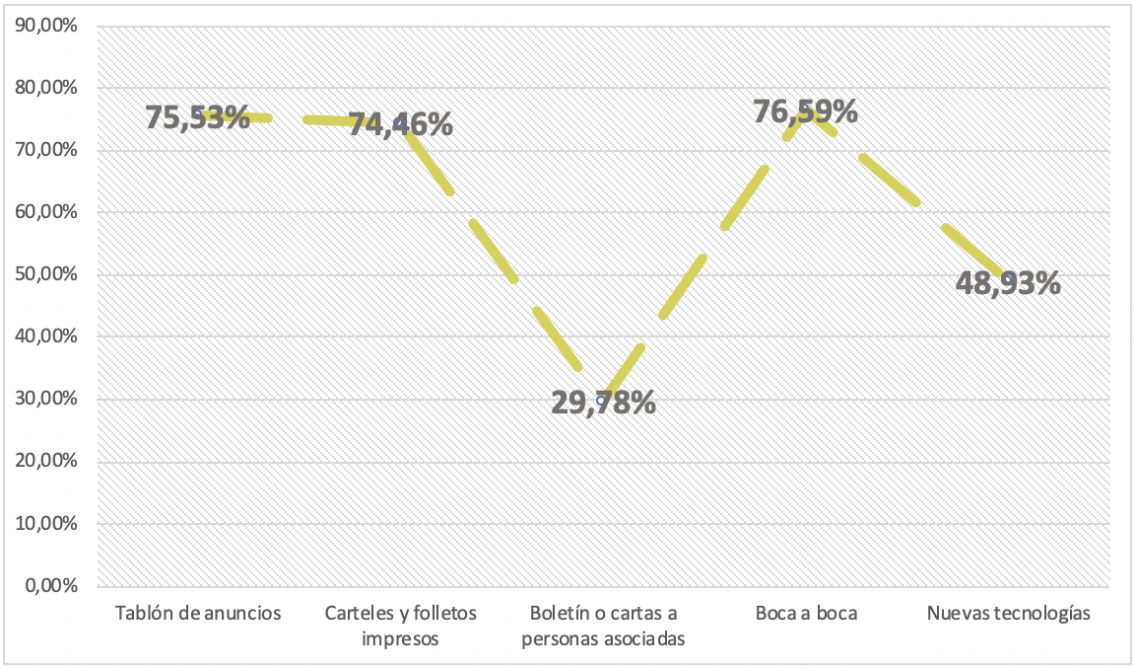
ORGANIZACIÓN

DIFUSIÓN DE LA INFORMACIÓN

La mayoría de las asociaciones compatibiliza varios métodos de difusión, en orden decreciente:

GRÁFICA 16:

Medios de difusión usados por las asociaciones



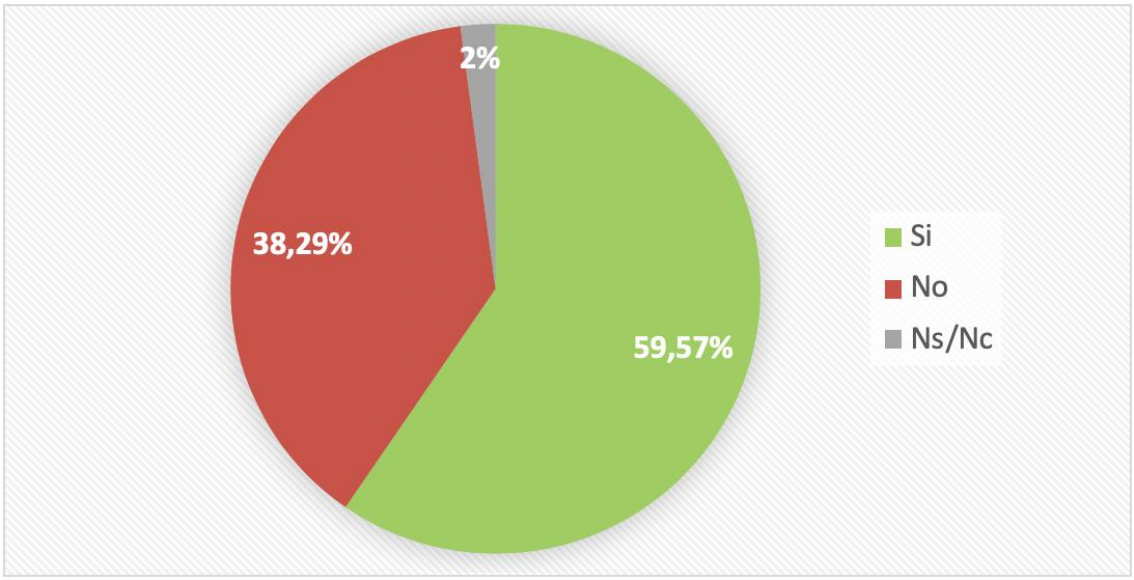
Los más utilizados y con porcentajes similares se encuentran: El "boca a boca" (**76,59%**), tablón de anuncios (**75,53%**), carteles y folletos impresos (**74,46%**). Las nuevas tecnologías (página web y WhatsApp) son utilizadas por el **48,93%**. En este caso la alternativa mayoritaria es WhatsApp ya que pocas entidades cuentan con página Web propia. Los boletines o cartas personalizadas apenas comprenden el **29,78**%.

Estimamos que la diversificación y complementariedad de los medios utilizados facilita un mayor grado de difusión en cuanto al número de posibles personas destinatarias y posibilita una mejor adecuación de los recursos a las diferentes personas.

APOYO TÉCNICO

GRÁFICA 17:

Existencia de apoyo técnico en las asociaciones



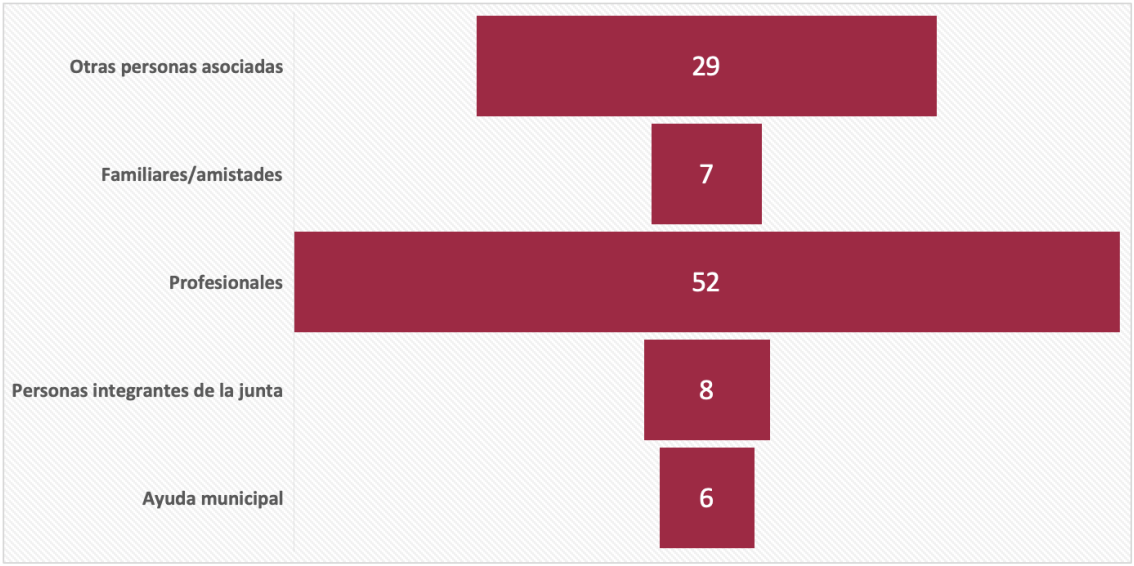
El **59,57%** de las entidades afirman contar con apoyo técnico frente a un **38,29%** que no y un **2,12%** que no sabe/no contesta.

Muchas entidades acumulan varias funciones del apoyo técnico, siendo las más representadas en la muestra de respuestas; la gestión técnica administrativa (46), organización de actividades (32) y memorias y subvenciones (2)

Las respuestas específicas recabadas son: “elaboración proyectos de formación, Certamen Literario, organización de viajes, agencias de viaje, comunicación a través de nuevas tecnologías, cualquier necesidad, la secretaria hace todas las gestiones (80 años), tramitación de subvenciones y memorias, momentos puntuales”.

GRÁFICA 18:

Tipología del apoyo técnico recibido en las asociaciones

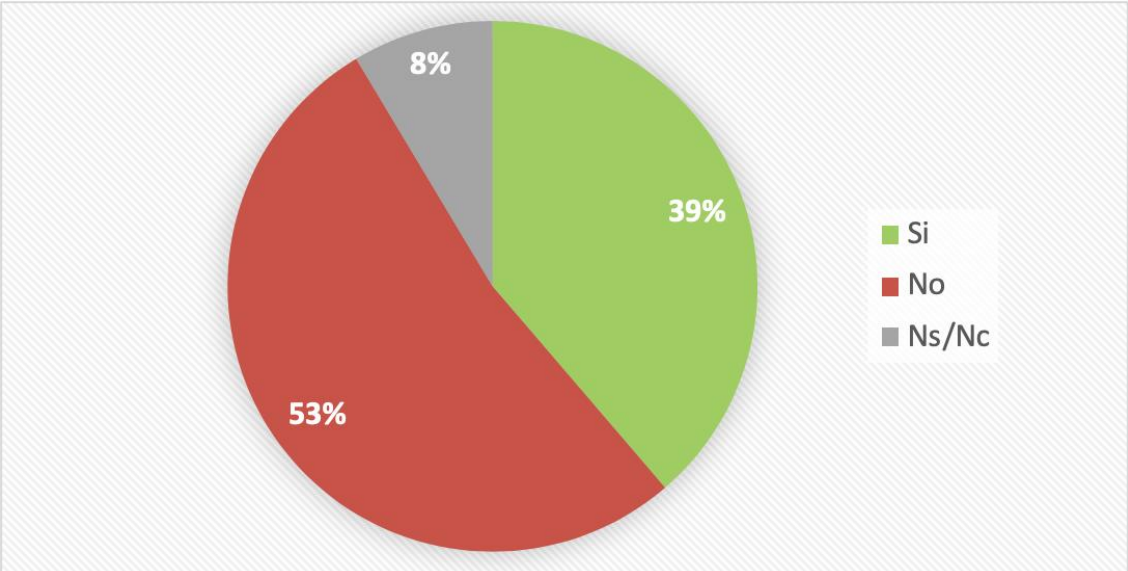


En un abanico de posibles respuestas múltiples los o las profesionales (asesorías, servicios sociales de base) aparecen como opción mayoritaria en **52** de ellas, cuentan con personas asociadas para ello en **29** entidades y en **7** ocasiones la colaboración proviene de familiares/amistades. Entre las respuestas adicionales **8** respuestas inciden en que son las personas integrantes de la propia junta quienes se responsabilizan de la gestión administrativa, **6** concretan contar con ayuda municipal (la mayoría hace referencia a personal de Servicios Sociales), en dos ocasiones se detalla la participación del voluntariado y en otras dos se nombran empresas de gestión de servicios.

Se refiere que a menudo la existencia de la asistencia técnica supone de facto una delegación de competencias en esos servicios, con cierto nivel de desvinculación sobre la información relacionada con las gestiones correspondientes. Frecuentemente se verbaliza la complejidad de la tramitación administrativa; las dificultades de comprensión se situarían en el origen de la desafección, en detrimento de los procesos de empoderamiento y promoción de la autonomía de las personas mayores y sus entidades.

GRÁFICA 19:

Integración de las asociaciones en Agrupaciones o Federaciones



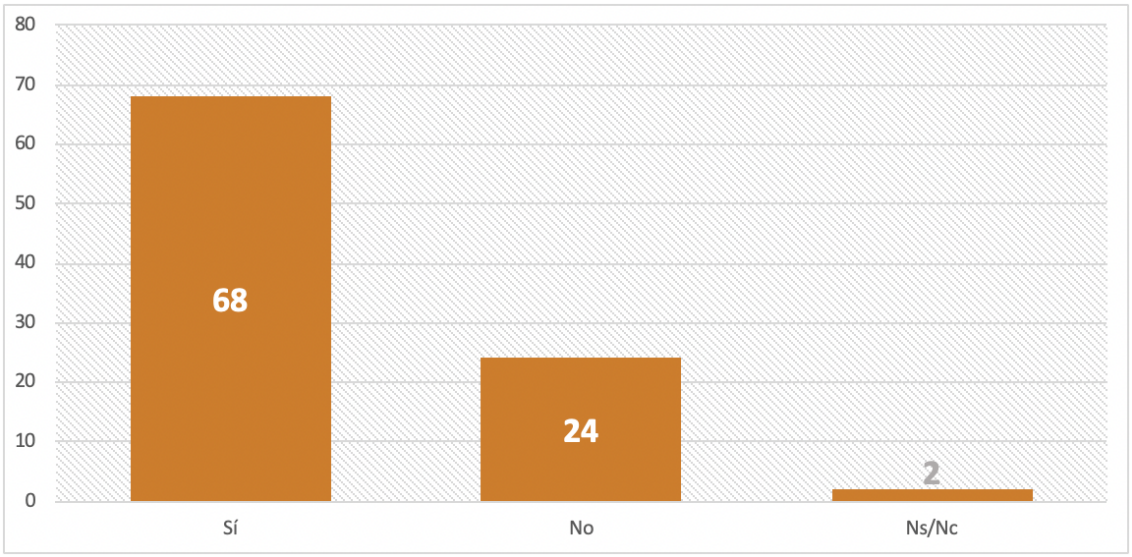
Las asociaciones en su mayoría (**52,12%**) todavía no forman parte de alguna agrupación y/o federación de entidades de personas mayores, aunque un **38,29%** ya se han integrado en otras plataformas organizativas. Resulta significativo que un **8,51%** de las respuestas sea no sabe/no contesta enlazando con algunas posibles dificultades de comunicación entre diferentes integrantes o responsables de gestión que han aflorado con anterioridad en el relato.

RECURSOS DIGITALES

CERTIFICADO DIGITAL

GRÁFICA 20:

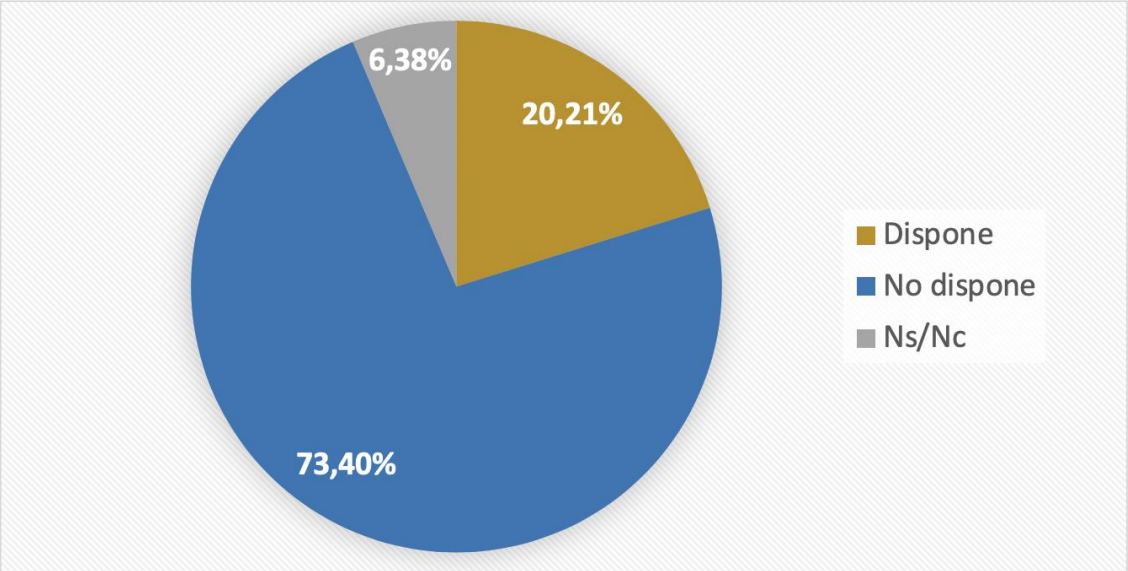
Conocimiento de la existencia del "Certificado digital"



Casi las tres cuartas partes (**72,34%**) de las personas consultadas conocía la existencia del certificado digital frente al **25,53%** que lo desconocía y **2,12%** de respuesta no sabe/no contesta.

GRÁFICA 21:

Disposición del certificado en las asociaciones



Junto a este conocimiento mayoritario sorprende que únicamente el **20,21%** disponga del mismo, frente al **73,40%** que manifiesta no tenerlo y el **6,38%** que no sabe/no contesta.

Entre los elementos que podrían facilitar su implantación podemos citar:

- El 44,68% afirma poder contar en la Asociación/Club con alguna persona que pueda apoyar en la realización de las gestiones necesarias para la obtención del certificado digital, mientras el 38,29% señala no disponer de apoyo en la entidad y el 12,76% no sabe/no contesta.
- En cuanto a los medios técnicos materiales para la gestión informática de contenidos; el 76,59% refiere disponer de uno o varios ordenadores donde las personas asignadas por la Asociación/Club pueden realizar estos trámites y el 75,53% cuenta con acceso a internet.
- El 69,44% de quienes dicen no necesitar apoyos afirma contar en la entidad con alguna persona que pueda colaborar en la obtención del certificado.
- Así mismo un 54% del conjunto de respuestas muestra interés por algún tipo de apoyo para la obtención de este certificado digital, una actitud proactiva que supone una oportunidad para la activación de recursos encaminados en esa línea.

Entre las dificultades podemos destacar:

- El 38,29% reconoce carecer de personas de apoyo en las gestiones en la propia entidad.
- 21,27% carece de ordenadores a disposición en la asociación y el 24,46% acusa la falta de acceso a internet en las instalaciones.

- En 12,76% de las asociaciones se produce una situación acumulativa de falta de ordenadores, ausencia de acceso a internet y falta de interés en algún tipo de apoyo por lo que es previsible que encuentren dificultades en un futuro próximo tanto para la obtención del certificado digital y sus aplicaciones como para la gestión informática generalizada que se está implantando.

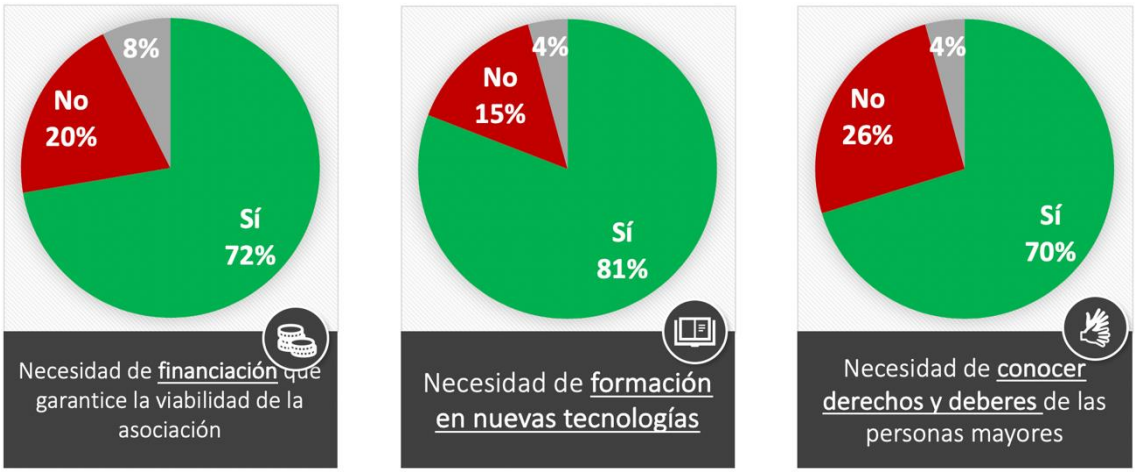
En el grupo focal se añadía como riesgo potencial la falta de interés por aprender de algunas de las personas que no saben. “El problema está en que nadie sabe de ordenador y nadie quiere aprender tampoco. En mi asociación se han ofrecido cursos, se han ofrecido talleres…”, “ahí mira mira, ya lo harás tú…”, “ya voy a ir… luego no va nadie”. (Grupo focal, 19 de diciembre de 2019)

NECESIDADES

En un primer vistazo de las necesidades expuestas, las más demandadas son las siguientes:

GRÁFICA 22:

Necesidades más demandadas de las asociaciones



Las necesidades más demandadas de las asociaciones son, en primer lugar, la **formación en nuevas tecnologías** con una demanda del 81%, seguido de la necesidad de **financiación** con un 72% y, en tercer lugar, necesidad de **conocer derechos y deberes de las personas mayores** con un 70%.

Por otro lado, en base a la encuesta realizada nos encontramos las siguientes categorías: Participación/actividades, organización/gestión, adecuación del local e Información/formación.

PARTICIPACIÓN/ ACTIVIDADES

En esta sección podemos resaltar dos bloques en función del número de respuestas:

- Las necesidades más reconocidas: necesidad de renovar las actividades (59,57%), necesidad de acceso a nuevas tecnologías: Ordenador, móvil... (58,51%) y necesidad de conseguir nuevas personas asociadas (57,44%).
- Las necesidades con menos presencia cuantitativa: necesidad de nuevas formas de difundir la Asociación/Club y las actividades (40,42%) y necesidad de medidas de apoyo para la asistencia de personas con dificultades en la autonomía (34,04%).

Entre las respuestas detalladas encontramos las siguientes: “necesidad de nuevos socios, necesidades de adecuarse desde las administraciones a las características del medio rural, socios que puedan manejar lo que está por llegar, cursos sobre el manejo del ordenador y sobre las gestiones de contabilidad y banca por internet, personas capacitadas en la propia junta directiva, tenemos problemas para formar las juntas directivas, aprender sobre el certificado digital, que l@s soci@s tengan más inquietudes, más financiación, realización de cursos para los mayores que no están normalmente entre sus actividades, como yoga, taichi, gimnasia de mantenimiento etc. creemos que tenemos las necesidades cubiertas, Cursos que nos den autonomía en la administración de la asociación, mayor implicación en todas las actividades del club”.

Algunas de las aportaciones ponen en evidencia las carencias percibidas y otras sugieren interesantes reflexiones. “Uno de los hándicaps que creemos que hay es que no hay ese carácter asociativo como había antes para asociaciones. Ahora vas a una agencia de viajes y te lo organiza todo”. (Grupo focal, 19 de diciembre de 2019)

ORGANIZACIÓN/GESTIÓN

- En este apartado la financiación que garantice la viabilidad de la Asociación/Clubes aparece como la necesidad más destacada con un 73,40% de respuestas.
- Parejas se sitúan la necesidad de asistencia técnica/administrativa (50%) y necesidad de nuevas incorporaciones a tareas de gestión/organización de la Asociación/Club (Juntas) 43,61%.
- En último lugar se sitúa la necesidad de asistencia para la organización de actividades con el 39,36% de las respuestas.

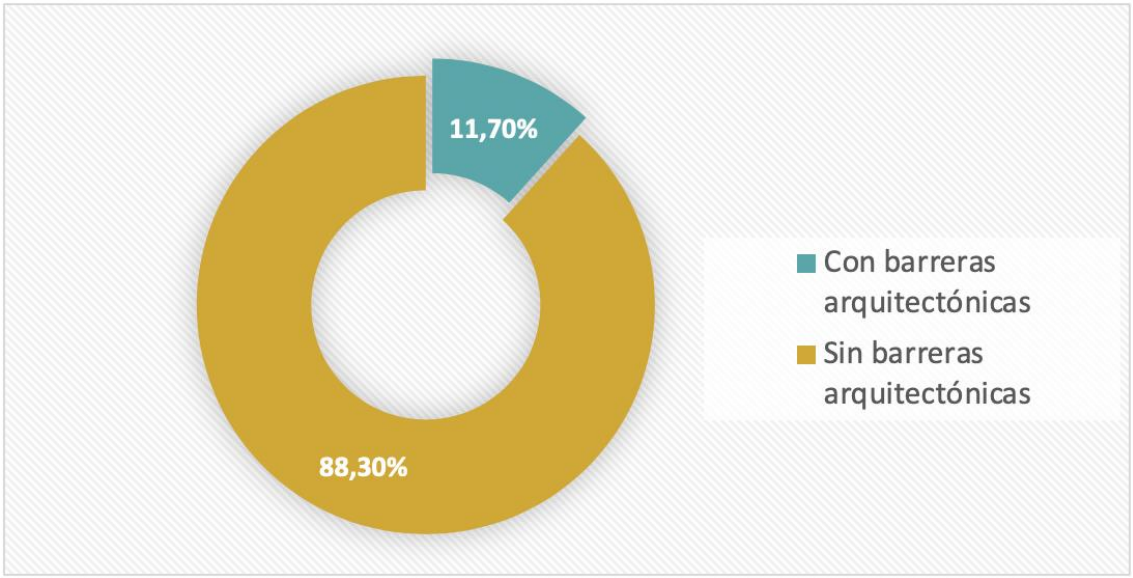
Otras respuestas: “sobre todo adecuarse a los pueblos (asociaciones intergeneracionales), más presupuesto para realizar talleres, savia nueva y más participación”.

ADECUACIÓN DEL LOCAL

Según han manifestado en los cuestionarios la gran mayoría de los locales no cuentan con barreras arquitectónicas, aunque todavía existe un 8,51% que refiere la necesidad de eliminar barreras arquitectónicas dentro del local y necesidad de acceso desde la calle al local. Teniendo en cuenta que a veces estas respuestas no han sido acumulativas encontramos que todavía el 11,70% de los locales no son totalmente accesibles para personas con dificultades de movilidad, lo que obstaculiza la participación de estas personas en condiciones de equidad.

GRÁFICA 23:

Barreras arquitectónicas



El **88,30%** de las asociaciones manifiesta que no tienen barreras arquitectónicas en el local, frente a un **11,70%** que sí.

Otras respuestas recibidas: “dotar al medio rural de más medios para acercarse al nivel de la ciudad, no tenemos local que poder utilizar exclusivamente, no disponemos de local social, solo disponemos de un local para oficina, cedida por la administración local, mejorar instalaciones, sobre todo servicios (wc), arreglo pequeña cocina, ampliación del local”.

También consideramos más útil para el análisis recopilar en este apartado respuestas asociadas a este tema que se han manifestado en otros apartados y que insisten sobre: “necesidad de disposición de locales para uso propio y/o compartido, local más grande y mejor distribuido, eliminación de barreras arquitectónicas en accesos e interior de instalaciones especificando la importancia de la adaptación de los baños a las sillas de ruedas, reforma de sistemas de alumbrado…”.

INFORMACIÓN/ FORMACIÓN

Los temas estrella en esta sección han resultado ser: necesidad de formación en nuevas tecnologías (79,78%) y necesidad de conocer derechos y deberes de las personas mayores (72,34%).

A mayor distancia y con una aportación relevante se sitúan: necesidad en la gestión administrativa de Asociaciones/Clubes (51,06 %), necesidad de realizar materiales informativos: boletín, folletos... (41,48%) y necesidad de mejora de la convivencia. (40,42%).

Otras necesidades. Algunas de ellas perseveran en temas abordados anteriormente:

- “Necesidad de renovación de personas.”
- “Necesidad de taller de memoria, ejercicio físico.”
- “Manejo de los correos y ordenador.”
- Necesitamos ordenador con acceso a internet y formación para saber utilizarlo,
- “Desarrollamos un Programa de Formación en nuevas tecnologías, lo que necesitamos es aportación económica para la contratación del formador.”
- “Apoyo económico, cursos y charlas.”
- “Apoyo económico, la necesidad más importante es la formación en nuevas tecnologías.”
- "La Asociación x tiene la particularidad de que aglutina a las personas mayores de la de una zona rural de 6 Ayuntamientos. La Junta directiva está formada por los-as 6 Concejalas de Bienestar social de estos Ayuntamientos y una persona mayor representante de cada Ayuntamiento. Desde el Servicio social de base se les ofrece asesoramiento técnico para presentar solicitudes de subvención, memorias, desarrollo del programa, etc.”
- “Una necesidad importante de la Asociación es apoyo técnico para poder modernizarse electrónicamente, sacar el certificado digital, presentar las solicitudes de subvención a través de internet."

Y se han motivado algunas aportaciones singulares que pueden abrir nuevas vías de trabajo de cara al futuro:

- “Técnicas de motivación participativa.”
- “El Gobierno de Navarra complica mucho la petición de recursos económicos. Estamos abandonados.”
- “Hay otras necesidades que nosotros consideramos necesarias que no se contemplan en este cuestionario, por ejemplo y el más acuciante ayuda al kilometraje. Dado la lo disperso de las poblaciones, tanto para la recogida del personal para los viajes, como para las reuniones de los miembros de la junta, ya que hay miembros de la junta, que han de recorrer 64 kilómetros de ida y vuelta para cada reunión, y según están reestructuradas las Asociaciones, hacemos mínimo 12 reuniones al año.”

  “Otro problema, cuando nos tenemos que trasladar para viajes de visitas culturales de un día, el autobús o autobuses que nos recogen, para ponernos en Pamplona cuesta una hora y cuarenta minutos como mínimo.”

"Si no es mucho pedir, me gustaría mantener una reunión, con quien proceda, para debatir los problemas que nos acucian, a las Asociaciones Pirenaicas, y que son bastantes."

- "Como sugerencia incluye la opción de que personal especializado acuda a los clubs a ayudar en las tramitaciones."

Estimamos que estas pretensiones pueden contribuir a diseñar las líneas estratégicas teniendo presente aquellas cuestiones que son importantes por su repercusión cuantitativa, así como aquellas que viniendo de las entidades minoritarias por su tamaño o núcleo de asentamiento requieren de acciones de discriminación positiva que permitan a sus personas asociadas situarse en igualdad de condiciones que sus iguales provenientes de entidades y/o poblaciones mayores.

4.2.- ESPACIOS DE REFLEXIÓN COMPARTIDA

Trataremos en este apartado de poner en valor las semejanzas y divergencias de las contribuciones de las personas participantes en las entrevistas y el grupo focal que se articularon en torno a un guion para facilitar la disposición posterior del discurso.

SITUACIÓN GENERAL DE LAS PERSONAS MAYORES EN NAVARRA

"...Hay una tremenda heterogeneidad en personas mayores, desde aquellas que están perfectas a aquellos pacientes en una situación terminal o con una demencia muy avanzada. Yo creo que todavía no nos hemos dado cuenta ni nos imaginamos cómo va a cambiar la sociedad en los próximos 20, 25 años. ¿Estamos preparados?... Estamos hablando de los que tenemos ahora, pero yo creo que hay que ir pensando más en lo que nos va a esperar en los próximos 25 años". Nicolás Martínez Velilla.

En términos generales se observa como una cuestión compleja con múltiples matices, una calidad de vida mayoritariamente satisfactoria que se va complicando conforme avanza el proceso de envejecimiento, con un índice de protección sociosanitaria superior al de generaciones anteriores, y un amplio abanico de espacios para la participación, reconociendo una situación de desventaja de muchas mujeres fruto de las desigualdades acumulativas.

"…lo que es cierto que como en el colectivo de mayores hay más mujeres que hombres porque en la pirámide de edad quedan arriba más mujeres que hombres, ahí salen perjudicadas en cuanto la economía porque algunas pensiones son pequeñas… mujeres han trabajado pocas y la viudedad reduce mucho la pensión". Camino Oslé Guerendiain

Preocupa el elevado número de personas mayores existentes en la actualidad y en el futuro próximo, las situaciones de dependencia ligadas a las etapas avanzadas de la vejez y las condiciones de vulnerabilidad asociadas a los procesos de exclusión vividos.

Se plantea también la vejez como una etapa de oportunidades de disfrute y se manifiesta consciencia sobre el reto que supone.

"Creo que Navarra es una comunidad que cuida bien a las personas mayores, que a nivel sanitario las protege mucho, que a nivel social y de participación hay espacios donde las personas mayores pueden estar y buscan su manera de estar, pero sí que es verdad que tenemos todavía grandes retos por delante". Gemma Botín Cociña

VISIBILIDAD

Se reafirma la convivencia de visiones dispares de las personas mayores en la sociedad navarra:

"Yo creo que la sociedad navarra es ejemplar en muchos aspectos: donantes, discapacidad, voluntariado…Yo he vivido desde los entornos que he estado una empatía muy importante, pero todavía nos queda un largo camino por recorrer. Un amplio camino que abarca muchos aspectos como: médicos, sociales, culturales, tecnológicos…". Nicolás Martínez Velilla

Se aprecia una tendencia al cambio desde una imagen negativa a una imagen más positiva. Se detecta también cierta falta de interés y desconocimiento hacia las personas mayores.

Preocupa la imagen de vulnerabilidad que proyectan los medios de comunicación publicando generalmente noticias que aluden a la fragilidad de las personas mayores en contraposición a las contadas ocasiones que reflejan noticias referentes a su éxito.

"Es importante que la sociedad mire por las dos cosas, por esa imagen positiva y por aprovechar los talentos que tienen las personas mayores". Camino Oslé Guerendiáin

Se vislumbra interés creciente en el que emergen movimientos de diferentes sectores (inmobiliario, sanitario, social...) enfocados hacia actuaciones dirigidas a personas mayores.

ASOCIACIONISMO

Se parte de la lectura de algunas de las sombras del asociacionismo de personas mayores, en la que muchas entidades se han desarrollado de forma muy individualista, viviendo hacia dentro de sí mismas, haciendo sus actividades para sus personas asociadas y enfocando la búsqueda de financiación para cubrir esas actividades de forma exclusiva. Se aprecia que esa tendencia ha podido erigirse en la mayor dificultad para el avance del mundo asociativo.

"… Creo que el asociacionismo ha sido muy individualista, las asociaciones han vivido para dentro de la asociación, han hecho su actividad, con sus usuarios, con dinero que han pedido… con recursos económicos de la administración, de las fundaciones como la nuestra que tiene convocatorias y lo que han intentado es salvarse, subsistir y realizar su actividad". Gemma Botín Cociña

"Hay que tener la suficiente imaginación para modificar este tipo de entornos y adaptarlos a los que nos vienen en el futuro". Nicolás Martínez Velilla

Se atisban diferencias de participación entre lo rural y lo urbano ligadas al tamaño de los núcleos de población y los recursos de los que disponen.

"…existe una diferencia entre rural y urbano, también el tamaño de la ruralidad porque hay pueblos muy grandes que son prácticamente ciudades, Pamplona es una ciudad pequeña si nos comparamos con… pero hay pueblitos muy pequeños en los cuales tienen unas ciertas ventajas de calidad de vida, pero también menos opciones a cuestiones que la ciudad te aporta". Camino Oslé Guerendiain

Se muestra preocupación por la falta de gente sobre todo en los pueblos, y por la necesidad de buscar fórmulas que atraigan a nuevas participaciones. En este sentido se analiza la imagen de las personas mayores de 80 años y la "lejanía" con la que son percibidas por otras personas mayores más jóvenes. El descenso de personas con la consiguiente merma de ingresos por cuotas y subvenciones se percibe como una amenaza para el mantenimiento de las entidades, añadiendo más tensión y coste económico a la labor de voluntariado que realizan las personas mayores responsables.

Se percibe una pérdida del carácter asociativo de las entidades a causa de la delegación organizativa de algunas competencias.

Se proyecta la participación mayoritaria de las mujeres mayores de forma extensiva en muchos ámbitos, reconociendo especialmente su mayor implicación en las tareas asociativas.

Se muestran prácticas colaborativas con entidades y recursos que han promovido nuevas afiliaciones como la utilización de polideportivos para la realización de algunas actividades físicas, la necesidad de realizar actividades nuevas o por otros medios, buscando los puntos de interés que puedan resultar atractivos para la gente.

Se abordan también las necesidades de las personas con más limitaciones para salir de casa apuntando hacia colaboraciones de personal voluntario que facilite su incorporación. Se recogen las reticencias de quienes quieren mantenerse únicamente con actividades recreativas tradicionales, la situación de soledad en la que viven algunas personas mayores, y la función social que realizan las asociaciones de mayores sobre todo para personas mayores que no cuentan con otros alicientes u apoyos para salir de casa.

"… Esa percepción que tiene la sociedad de que las asociaciones de jubilados de que hacen cuatro cosas, no es cierta, se hacen muchísimas cosas: se hace un papel súper importante en la reducción de la soledad, se hace acompañamiento, son espacios alegres…". Gemma Botín Cociña

Se insiste en la importancia del empoderamiento y la valorización de las competencias de las personas mayores.

"… Una de las cosas es el empoderamiento, las personas mayores que salen de esa sensación de ¡hay que soy una viejita! Y se meten en una acción voluntaria, se meten en un club de lectura… empiezan a darse cuenta de la cantidad de competencias que tienen, se suben arriba porque es entonces cuando descubres que la experiencia es un grado y que, si elaboras todo lo que has aprendido, de repente te das cuenta que eres una tía estupenda, que sabes hacer infinidad de cosas…". Camino Oslé Guerendiáin

"¿Dónde está el rol del asociacionismo? Ser capaces de gestionar ese potencial que tienen, unirse, unificar intereses comunes y acercarse a ese político de turno a decirle: esto es lo que tenéis que hacer con personas mayores. Yo creo que eso es muy importante, ese es el poder. Evidentemente hay mucha heterogeneidad de necesidades, no necesita lo mismo la persona que vive en una residencia de ancianos que está discapacitada que la persona que vive en la comunidad. Pero incluso en esa diferencia tiene que haber unos mínimos comunes de interés que faciliten esa capacidad de presión de estos entornos a los políticos". Nicolás Martínez Velilla

NUEVAS TECNOLOGÍAS

Se aprecia como un recurso que facilita la comunicación, el contacto, una forma de combatir la soledad… a la par que se observa una gran dificultad para la incorporación de algunas personas mayores que no han tenido acceso al mundo digital en el pasado.

"… Ahora el acceso a la informática es facilísimo, solo hay que atreverse. ¡Claro! Si no lo has hecho nunca… a los ochenta y tantos les da como pavor y es una auténtica pena lo que se pierden.

… Yo siempre pienso que esto, bien utilizado, te quita mucha soledad, porque desde todas las posibilidades que hay de hablarte viéndote, que es diferente al teléfono…". Camino Oslé Guerendiáin.

Se aduce falta de actitud proactiva desde los diferentes agentes impulsores de las asociaciones para procurar que las asociaciones mejoren dándoles herramientas para que pudieran abordar la transformación digital.

“Hemos pescado por ellos y ellas, pero no les hemos enseñado a pescar; ahora mismo se encuentran en una situación en la que la transformación digital es una necesidad y ahora es un problema”. Gemma Botín Cociña

Se señala la necesidad de que las personas mayores cuenten con apoyos más amplios que los existentes que les permitan acceder al mundo digital, desde la responsabilidad compartida y enfatizando la necesidad de humanizar la relación entre las personas mayores y las máquinas, sean estas las que sean.

“La tecnología debería de estar exclusivamente dedicada a ayudar a personas mayores, y nos va a tener que ayudar. Generar ideas de cómo la tecnología puede ayudar a las personas mayores. Pero no podemos deshumanizar”. Nicolás Martínez Velilla

CONFEDERACIÓN T3RCER TIEMPO

DERECHOS Y DEBERES

Se constata un desconocimiento generalizado sobre los derechos de las personas mayores, así como la necesidad de conocerlos y reivindicar su aplicación.

Se pone énfasis sobre el derecho de autonomía de las personas mayores y su capacidad de decisión sobre los aspectos que le atañen.

“Es muy difícil ser libre y yo creo que en eso sí que no hemos sido conscientes, el que, todavía faltándonos muchas cosas, el valor de la ciudadanía”. Camino Oslé Guerendiáin

También se afronta la necesidad de preservar el derecho de las personas que viven con limitaciones con el cuestionamiento sobre si en ese caso son las personas que viven con limitaciones o es la sociedad la que tiene que facilitar que tengan acceso a esa información de derechos y obligaciones.

Se introduce la reflexión sobre el derecho al acceso universal de personal especializado en geriatría, poniendo de relieve una vez más la desigualdad aplicación de recursos en las diferentes zonas de la comunidad

LÍNEAS DE ACTUACIÓN

Entre las líneas de actuación posibles desde la **Confederación T3RCER TIEMPO** se sugieren principalmente el liderazgo del proceso de transformación de las asociaciones, propiciar vínculos entre las asociaciones, las asociadas al empoderamiento y la defensa de los derechos de las personas mayores. Ser la voz de las asociaciones a través de estrategias que supongan la exposición pública y llamamientos a los poderes públicos que tienen la capacidad de operar.

Se parte del reconocimiento de las reticencias de algunas personas para la delegación de competencias y/o soberanía en pro de construcciones comunes:

“Ese pacto de mínimos, donde no quites lo que cada uno defiende mucho, pero vamos a ver en qué podemos estar de acuerdo. Y son lugares de aprendizaje democrático, de conocimiento del propio sector, conocernos los mayores, eso me parece importantísimo… Romper la pecera y meterte en el océano, tú rompe tu pecera y métete como los demás peces, ahí hay de todo,

pero sal. Los viejos es lo mismo. Creo que en esto con la idea de la **Confederación T3RCER TIEMPO** de intentar sumar y conseguir que siendo heterogéneos... hacer algo que les sirva a todos y que se una herramienta de servicio. La **Confederación T3RCER TIEMPO** debe estar al servicio de los mayores, y por ejemplo una cosa que han hecho siempre es: mayores frente a la crisis y creo que esto también es proteger a los más vulnerables. Que los tuyos sean los que te cuiden, eso me parece muy bonito". Camino Oslé Guerendiáin

Se aprecia a la nueva entidad como una nueva herramienta que puede habilitar espacios de encuentro y trabajo colaborativo para la reflexión conjunta y puesta en marcha de actuaciones innovadoras en beneficio de la persona mayor.

Entre las funciones posibles desde diferentes agentes participantes en el proceso proponen:

- La asistencia técnica cercana a las entidades en función de sus necesidades: organizativas, administrativas, tecnológicas…
- Construcción y difusión de manuales para diferentes cuestiones como la obtención del Certificado Digital, estatutos…
- La formación a las entidades en temas tales como; nuevos enfoques, estrategias de motivación, nuevas tecnologías, gestión de entidades…
- Propiciar espacios de encuentro de asociaciones.
- Impulso de campañas de imagen conjuntas sobre las asociaciones de mayores y sus centros.
- Organización y difusión de jornadas dinámicas de buenas prácticas sobre los diferentes proyectos en marcha. Un marco accesible para todas las partes participantes en el proceso que posibilite el reconocimiento de las diferentes iniciativas en curso.

"Tienen que cambiar en este tema y creo que la **Confederación T3RCER TIEMPO** en eso puede tener un papel muy importante y ser el aglutinador de las asociaciones y tiene que liderar ese cambio de la transformación de las asociaciones para que se coloquen y se posicionen en otro lugar, con esa apertura a cosas que las personas mayores nos están ya demandando. La **Confederación T3RCER TIEMPO** tiene ahí un gran papel". Gemma Botín Cociña

ESPACIOS/ INICIATIVAS DE COLABORACIÓN

Se anuncia una apuesta unánime por la cooperación:

"Lo que teníamos que hacer es ponernos de acuerdo, intentamos innovar, poner en marcha programas… y si lo hiciéramos juntos seguramente seríamos mucho más eficientes y llegaríamos a muchas cosas... Si fuéramos capaces de sentarnos, podríamos llegar a lo mismo, pero de una manera más coordinada y podríamos abordar cuestiones que son un reto para la Comunidad Navarra y que tenemos que abordar y estamos cada uno, pero si fuéramos de la mano sería mejor". Gemma Botín Cociña

"Tener un organismo más o menos representativo, que ocupa el tiempo en tener las orejas abiertas y en recoger el pensamiento, las reflexiones, las tendencias, los problemas que hay… es muy importante. Es difícil de hacer porque hace falta ser políticamente muy generoso". Camino Oslé Guerendiáin

"Tenemos que dejar de ser protagonistas de nuestro entorno y colaborar con los demás en pro del beneficio de la persona mayor. Si lo que nos interesa es la persona, tenemos que

olvidarnos de la individualidad, de los entornos estancos y trabajar todos en equipo". Nicolás Martínez Velilla

Además, se impulsa la incorporación de profesionales y otros agentes a las actuaciones para poder ampliar las miradas al colectivo de cara a evolucionar.

FUTURO

TEMAS O ASPECTOS CLAVES A TRATAR PARA MEJORAR EL BIENESTAR DEL COLECTIVO

En este escenario se afrontan diferentes claves que afrontar, insistiendo en la necesidad de planificación y prevención desde el liderazgo de las instancias públicas, en un espacio de colaboración pública-privada, con políticas enfocadas a facilitar estilos de vida saludables.

"El reto es conseguir el envejecimiento activo, el mejor envejecimiento y que los años de vida no sean lacra, sino que sean conquista, para convencer que es una etapa de completar tu obra, de hacerte más persona, de todas esas cosas…". Camino Oslé Guerendiáin

Se hace hincapié en la promoción de la autonomía personal como garante de una mayor calidad de vida de las personas mayores mediante el tratamiento de cuestiones asociadas: la prevención de la Dependencia, el abordaje de la fragilidad, la enfermedad mental grave, el trabajo común en el espacio sociosanitario…

"…el sistema de atención a las personas mayores, si fuéramos capaces de abordarlo desde una visión sociosanitaria sería un reto impresionante, sería muchísimo más eficaz, muchísimo más eficiente. Seguramente con el mismo dinero podríamos llegar a muchas cosas más y atender a la persona con más bienestar y que les haga más felices, como puede ser estar en su domicilio, por ejemplo". Gemma Botín Cociña

"Es muy importante abordar la fragilidad antes de que esa fragilidad se haya trasformado en algo que es muy difícil de revertir. Hay estamos desarrollando aspectos con diferentes proyectos tanto europeos como locales, de prevención, de manejo de aspectos físicos, de aspectos cognitivos… y luego ya, conforme vamos avanzando y aparecen más enfermedades, más dependencia y discapacidad, pues hay aspectos muy importantes como la polifarmacia, las múltiples enfermedades, y luego incluso avanzamos ya, y que es importante en épocas avanzadas asegurarnos que la calidad de vida en los últimos años de nuestra vida, ya no la cantidad, sino que la calidad, es buena". Nicolás Martínez Velilla

Se insiste también en la importancia de los estilos de vida y la responsabilidad personal sobre el envejecimiento.

"Los estilos de vida y que cada persona comprenda que tiene una responsabilidad consigo mismo, por dignidad personal. El primer interés eres tú. Como criterio moral, tú tienes que llevarte hasta la muerte de la mejor manera posible. Es una responsabilidad personal, por ti mismo, por los que tu entorno…". Camino Oslé Guerendiáin

La situación de la soledad merece especial atención y se plantean alternativas tipo "jubilotecas". En los pueblos las situaciones de soledad y falta de recursos de afrontamiento motivan a menudo el traslado de las personas mayores a otros municipios en los que residan sus familiares, agudizando el proceso de despoblamiento que ya sufren esas zonas. Esta circunstancia podría agravar el relevo generacional.

EXPECTATIVAS Y DESEOS DE LA POLÍTICA SOCIAL DE NAVARRA DIRIGIDA A LAS PERSONAS MAYORES

Se señala la importancia de que las personas mayores estén en la agenda pública, que se tengan en cuenta en función del número de personas que representan y sus contribuciones pasadas, presentes y futuras.

Se exige a los poderos públicos planificación en toda su amplitud, teniendo en cuenta diferentes parámetros:

- Promoción de la ética del cuidado y los buenos tratos a las personas mayores.
- Priorización basada en la evidencia científica y en las medidas de cercanía; fomento de entornos de cuidados en las propias comunidades de origen.
- Abordaje integral de la situación de las personas mayores, pensamiento global.
- Ajustes temporales y plazos adaptados a las diferentes realidades.
- Disposición de los recursos humanos y materiales necesarios.
- Trabajo en redes de complementariedad para una mayor eficiencia en la gestión de los recursos.
- Aplicación de la tecnología en detección de necesidades y programas de ayuda.
- Implantación de proyectos innovadores a escala de Navarra.
- Adaptación de las convocatorias para que la información resulte clara y la tramitación más asequible y ágil para las personas mayores de forma individual y colectiva.
- Personas que acompañen a personas; humanizando el trato, el tiempo y el espacio para el abordaje de las cuestiones en común.

En la necesidad de exploración de nuevos modelos para los diferentes recursos se citan algunos como: acceso a la formación y a la cultura, servicios de cuidado (hospital de día, ayuda a domicilio), programas de atención comunitaria, modelos de hospitalización…

“Convierte en red, con ayuda de los ordenadores a las personas y hazlas que vivan de una determinada manera, muchas más formas… pero, en cualquier caso, que sea un proyecto tomado con serenidad y con opciones innovadoras para tener unas políticas para hacer dentro de 6 años”. Camino Oslé Guerendiáin

Entre las dificultades para poder llevar a cabo políticas públicas de esta naturaleza se indican:

- La existencia de compartimentos estancos que impiden el trabajo colaborativo entre profesionales, equipos, ámbitos y/o entidades.
- Falta de procesos de escucha para aportaciones orientativas significativas.
- La puesta en marcha de políticas cortoplacistas en respuesta a determinadas reivindicaciones que impiden procesos de reflexión más sosegados.
- Coste económico y necesidad de alternativas de financiación.

Además, se abre la puerta a la participación de otras entidades para el afrontamiento de los retos de una forma colaborativa:

“Otro reto puede ser la colaboración público-privada, que es vital. Y el papel que tenemos las fundaciones es ser palanca de cambio, por esa posibilidad de aportar innovación y proyectos

muy potentes, porque tenemos esa rapidez y facilidad de responder con proyectos en esa línea". Gemma Botín Cociña

Preguntando por acciones, líneas de actuación o prioridades debería tener Fundación Caja Navarra dirigidas a las personas mayores, desde responsables de la fundación se aportan las siguientes, basadas en el plan estratégico propio:

- El desarrollo de un nuevo modelo de los centros que FBCN tiene en la actualidad. Tiene 11 centros, que están en Navarra, en Pamplona, comarca y otro en Sangüesa. El reto que es convertir esos centros en centros de participación comunitaria, que den respuesta a las necesidades que tiene cada barrio, a las necesidades de las personas mayores en concreto de cada barrio y que tengan ya un enfoque de participación comunitaria.
- La atención a la soledad no deseada. Programa "Siempre acompañados" que se va a llevar junto con la colaboración de la Fundación la Caixa y cuyo objeto es la captación y el trabajo dentro de los barrios de las personas mayores que están en el barrio, que viven solas y que tienen una percepción de soledad.
- Investigación sobre la cronicidad; análisis de los recursos implantados y exploración de alternativas con un programa específico con el que se pueda implicar a la fundación y que impacte en algo que no esté llegando a las personas mayores.

CAMPOS/ ASPECTOS RELACIONADOS CON LA PARTICIPACIÓN DE LAS PERSONAS MAYORES QUE REQUIERAN MAYOR INVESTIGACIÓN

En primer lugar, se insiste el valor de contar con investigaciones que sustenten las planificaciones a la par de la necesidad de ordenar las propias investigaciones para que no se produzcan duplicidades innecesarias en la búsqueda de una mayor eficiencia de los recursos aplicados. La prospección se concibe como una investigación básica.

"Estamos últimamente abusando de estudios y no estamos actuando. Esto tiene un peligro. Nuestra realidad es que tenemos un tanto por ciento alto de personas mayores dentro de la comunidad con las que hay que actuar porque nos esperan, tenemos que dar respuesta a todas las necesidades. Hay que estudiar, pero también actuar". Gemma Botín Cociña

Se plasma también la importancia de implicar en las investigaciones a las diferentes partes para que estas puedan alcanzar enfoques más globales y conclusiones atendiendo a la diversidad desde la integralidad.

"Cuenta con ellos (las y los mayores), escúchalos, pregunta a los científicos, investigadores, mete gente, no metas solo geriatras…". Camino Oslé Gerendiain

Se reivindica la trascendencia de la investigación acción por su capacidad de modificar la realidad desde el mismo proceso.

"No mezclemos los fines con los medios, la investigación tiene que ser para algo. El fin es el objetivo que tú quieres conseguir. Que la investigación no sea el proceso de cuatro sabios, sino en el proceso investigación-acción más cuidada, si tú lo haces bien, la propia investigación ya modifica, y eso me parece una conquista". Camino Oslé Gerendiain

CONCLUSIONES

- El análisis refleja un panorama complejo en el que se manifiesta la necesidad de una transformación adaptativa para poder responder a los retos presentes y futuros.
- La consciencia de la necesidad del cambio convive con tendencias de conservación de pautas y actividades, y de resistencias ante mayores grados de participación y responsabilidad por parte de algunas de las personas participantes en las asociaciones de mayores.
- Cuestión de género: se constata una participación mayoritaria de mujeres que junto con su implicación en las tareas organizativas de las asociaciones constituyen el sustento principal de muchas entidades. Sin embargo, se detecta la necesidad de actuaciones en pro de una mayor igualdad en la representatividad y el ejercicio del poder en su seno.
- Se confirman situaciones de desigualdad en el acceso a los recursos que posibilitan la participación. La desigualdad se articula en función del tamaño de las entidades, de los núcleos de población, de la diseminación de las poblaciones o de la zona de residencia, y se demandan acciones de discriminación positiva para favorecer su desarrollo.
- Se valora la heterogeneidad de las personas mayores y las dificultades que entraña satisfacer la diversidad de demandas existentes. Se propone la realización de acciones novedosas y la cooperación con otros recursos para captar a las personas mayores jóvenes. Instalaciones y actividades acondicionadas y la colaboración con recursos de apoyo para la asistencia y el mantenimiento de las personas más mayores cuando éstas no pueden valerse del todo por sí mismas.
- Se exige a la **Confederación T3RCER TIEMPO** el liderazgo de este proceso participado de transformación, en el que se invita a la participación tanto a las entidades de mayores como a otras agencias vinculadas al desarrollo del colectivo: administraciones, entidades promotoras, profesionales del sector…, siempre desde el protagonismo de las personas mayores.
- Para ello se reclaman actuaciones multidireccionales; dirigidas hacia las propias asociaciones, hacia otras agencias con influencia sobre el ámbito de las personas mayores y hacia la sociedad, contemplando que algunas de estas actuaciones se enfocan también a varios de estos ámbitos.
- Entre las dirigidas hacia las propias asociaciones destacan: la búsqueda de los intereses comunes y la atención a las peculiaridades minoritarias relevantes, la información y formación adaptada de las personas asociadas en función de sus necesidades, la disposición del soporte técnico necesario para la gestión y organización de las entidades, la elaboración de material divulgativo sobre las cuestiones de interés, recopilación y difusión de buenas prácticas de funcionamiento.
- En relación con las orientadas a otras agencias como administraciones, entidades promotoras, profesionales del sector se priorizan: la búsqueda de espacios de reflexión e investigación conjunta, la reivindicación de derechos y recursos adaptados a las condiciones detectadas, el impulso a las buenas prácticas innovadoras.
- En referencia a las indicadas hacia la sociedad prevalece la promoción de campañas que divulguen los derechos de las personas mayores para suscitar la empatía, así como una imagen más global y adecuada a la realidad en la que viven, destacando sobre todo sus competencias y sus contribuciones.

- Así mismo se apuesta por una visión humanista de las nuevas tecnologías, en la que éstas se dispongan al servicio de las personas mayores. Se reconoce su oportunidad para contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas mayores a través de diferentes usos y aplicaciones, y se reclaman medidas de acompañamiento formativo acondicionadas y más amplias que las existentes para que las personas mayores puedan *conectar* más fácilmente con el universo tecnológico y *navegar* en él.
- El estudio ha recogido las aportaciones e ilusiones de muchas personas diferentes que permitirán afrontar el plan estratégico desde la confianza en que lo mejor está todavía por llegar, ya que hemos conocido muchas personas dispuestas a *hacer camino al andar* de forma solidaria, comprometida y positiva.

(Grupo Motor y Equipo Investigador)

"Algunas cosas del pasado desaparecieron, pero otras abren una brecha al futuro y son las que quiero rescatar".

"Lo que uno quiere de verdad, es lo que está hecho para uno; entonces hay que tomarlo, o intentar. En eso se te puede ir la vida, pero es una vida mucho mejor".

Mario Benedett

BIBLIOGRAFÍA

- Abellán García, A. Aceituno Nieto, P., Pérez Díaz, J., Ramiro Fariñas, D., Ayala García, A. y Pujol Rodríguez, R. Instituto Nacional de Estadística. (2019). *Un perfil de las personas mayores en España, 2019. Indicadores estadísticos básicos*. Madrid, Informes Envejecimiento en red nº 22, 38p. [Fecha de publicación: 06/03/2019]. Recuperado en. http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/enred-indicadoresbasicos2019.pdf
- Amigos de los mayores, Fundación Matia, Fundación Pilares, Envejecimiento en red. *Manifiesto 1 de octubre: por un papel activo y protagonista de las personas mayores en la sociedad*. Recuperado en: http://www.matiafundazioa.net/es/noticias/organizaciones-que-trabajan-por-el-bienestar-de-las-personas-mayores-reclaman-en-un
- Anaut Bravo, S. y Arza Porras, J. (2017) *La inclusión social de las personas con discapacidad en España: un tema pendiente*. Recuperado en: https://sid.usal.es/idocs/F8/ART21849/anaut_arza.pdf
- Anaut Bravo, S., Arza Porras, J. y Álvarez Urricelqui, M.J. Revista Internacional de Ciencias Sociales (2016). La exclusión social, una problemática estructural entre las personas con discapacidad. Recuperado en: https://revistas.um.es/areas/article/view/308211
- Asociación Co.Ciudadana (2019) *V Panel de Tendencias de Navarra*. Recuperado en: http://www.cociudadana.es/wp-content/uploads/2019/09/PANEL2019web.pdf
- Cruz Roja Navarra (2018). *Espacio Activo: respuestas integrales con las personas mayores*. Recuperado en: http://www.crnavarra.org/
- Departamento de Salud de Gobierno de Navarra (2018). *Estrategia para el envejecimiento activo y saludable de Navarra 2017-2022*. Recuperado en: https://gobiernoabierto.navarra.es/es/participacion/procesos/estrategia-envejecimiento-activo-saludable-navarra-2017-2022
- Departamento de Salud de Gobierno de Navarra (2018). *Estrategia para el envejecimiento activo y saludable de Navarra 2017-2022. Plan de acción global 2018-2019. Recuperado en:* https://gobiernoabierto.navarra.es/es/gobernanza/planes-y-programas-accion-gobierno/estrategia-envejecimiento-activo-saludable-navarra
- Dirección General de Atención a Mayores, Discapacitados y Personas Dependientes. (2006). *Los Centros Sociales de Personas Mayores como espacios para la promoción del envejecimiento activo y la participación social. Oviedo. Gobierno del Principado de Asturias*. Recuperado en: http://www.acpgerontologia.com/documentacion/centrosocialespersonasmayoresasturias.pdf
- Equipo de investigación en Gerontología de la Universidad de Deusto. (2013). *Un proyecto de Investigación-Acción Participativa con personas mayores de Bizkaia en el ámbito del empoderamiento personal y comunitario*. (Participación Ciudadana). Universidad de Deusto, Diputación foral de Bizkaia y BizkaiLab. Recuperado en: https://www.bizkailab.deusto.es/wp-content/uploads/2013/06/UN-PROYECTO-DE-INVESTIGACIÓN-ACCIÓN-PARTICIPATIVA-CON-PERSONAS-MAYORES-DE-BIZKAIA-EN-EL-ÁMBITO-DEL-EMPODERAMIENTO-PERSONAL-Y-COMUNITARIO-PARTICIPACIÓN-CIUDADANA.pdf
- EULEN Sociosanitarios y Sociedad Española de Geriatría y Gerontología e IMSERSO (2012). *10 propuestas para la participación y liderazgo de las personas mayores en la sociedad*. Recuperado en: http://www.mayoresudp.org

- Fundación Pilares para la Autonomía personal (2015). *Envejecer sin ser mayor: nuevos roles en la participación social en la edad de la jubilación*. Recuperado en: https://www.fundacionpilares.org
- Fundación Pilares para la autonomía personal. Obra Social La Caixa (2013). *Las personas mayores que vienen*. Recuperado en: https://www.fundacionpilares.org/publicaciones/fpilares-estudio01-personas-mayores-vienen.php
- Fundación Pilares para la autonomía personal Obra Social La Caixa (2017). *Personas mayores y voluntariado; el proyecto Acciones locales de la Obra Social La Caixa*. Recuperado en: https://obrasociallacaixa.org/documents/10280/238516/personas_mayores_y_voluntariado_acciones_locales_2018_es.pdf/d191b589-3e19-4a4f-a40c-057eb1a6f300
- Gómez Escalonilla, G. (2014). *La prensa para mayores, un sector emergente que no acaba de despegar*. Recuperado en: https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=La+prensa+para+mayores%2C+un+sector+emergente+que+no+acaba+de+despegar
- Hartu emanak. Asociación para el aprendizaje permanente y la participación social de las personas mayores. Colección envejecimiento activo (2016). *Claves para la Participación Social de las Personas Mayores*. Recuperado en: https://www.hartuemanak.org/wp-content/uploads/2016/11/Libro_Claves-4N.pdf
- IMSERSO (2008). *La participación social de las Personas Mayores*. Recuperado en https://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/11005partsocialmay.pdf
- IMSERSO. Consejo Estatal de las Personas Mayores (2009) *Conclusiones III Congreso Estatal de Personas Mayores: una sociedad para todas las edades*. Recuperado en: https://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/coclusionesiiicepp mm.pdf
- IMSERSO: 12 retos, 12 meses (2015). *Tecnología y personas mayores*. Recuperado en: http://www.ceapat.es/InterPresent1/groups/imserso/documents/binario/reto_8.pdf
- Instituto Navarro para la Igualdad Gobierno de Navarra (2017). *La situación de las mujeres y los hombres de la Comunidad Foral Navarra: un diagnóstico previo al anteproyecto de Ley de Igualdad*. Recuperado en: https://www.navarra.es/NR/rdonlyres/8346E44F-1C60-4850-AAC8-7934034AB5C6/390973/1DIAGNOSTICO_CFNGeneral1.pdf
- Medina Torrero, M. y Carbonell Cutillas, C. *Las personas mayores y el voluntariado*. Recuperado en: https://dialnet.unirioja.es
- Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, Secretaría de Estado de Servicios Sociales e Igualdad, Instituto de Mayores y Servicios Sociales (2014). *Marco de actuación para las Personas Mayores. Propuestas y medidas para fortalecer el ejercicio de los derechos de las personas mayores*. Recuperado en: http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/ministerio-sanidad-mayorestelefonica-Marco-actuacion-PersonasMayores-02-2015.pdf
- Organización de las Naciones Unidas. *II Plan de Acción Internacional de Madrid sobre envejecimiento.* Recuperado en: https://social.un.org/ageing-working-group/documents/mipaa-sp.pdf

- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud.* Recuperado en: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186471/WHO_FWC_ALC_15.01_spa.pdf;jsessionid=DA765B1DB55B1019A1902ACA6F4916A2?sequence=1
- Revista española del tercer sector. Fundación Luis Vives (2006). *Exclusión social y pobreza en España en el contexto de la Unión Europea*. Recuperado en: ttps://www.etnor.org/book/exclusion-social-y-pobreza-en-espana-en-el-contexto-de-la-ue-nuevo-no-de-la-revista-tercer-sector-version-no-line-gratuita/
- Serrat Fernández, R. Universitat de Barcelona (2016) *La participación de las personas mayores en organizaciones políticas: modelos explicativos centrados en el individuo*. Recuperado en: https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/365308/RSF_TESIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Sociedad Española de Geriatría y Gerontología. *Decálogo para el buen trato a las personas mayores*. Recuperado en: https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=Dec%C3%A1logo+para+el+buen+trato+a+las+personas+mayores
- Sociedad Navarra de Geriatría y Gerontología (SNGG) *Declaración de Pamplona sobre los derechos de las personas mayores 2016*. Recuperado en: https://fundacionbibliotecasocial.org/content/uploads/2016/12/declaracion-pamplona-personas-mayores-1.pdf
- Tricio, Paca (2019) "La rebelión de los mayores" https://www.mayoresudp.org/la-rebelion-de-los-mayores-paca-tricio/
- Unión Democrática de pensionistas y jubilados de España (2007) *Instrumentos para la comunicación*. Recuperado en: https://www.mayoresudp.org/wp-content/uploads/2019/06/14_instrumentos_comunicacion.pdf.
- Valderrama Hernández, R. (2014). DIAGNÓSTICO PARTICIPATIVO CON CARTOGRAFÍA SOCIAL. *Innovaciones en metodología Investigación-Acción Participativa (IAP)*. Anduli. Revista Andaluza de Ciencias Sociales. Número 12
- Villanueva, C. Reportaje revista 60 y más *Asociaciones de mayores: reinventando su presente para afrontar mejor el futuro.* Recuperado en: https://www.65ymas.com

T3RCER TIEMPO
Confederación Navarra de Personas Mayores
Nafarroako adinekoen Konfederazioa
C/ Ronda de las Ventas, 4 - 1ª planta
31600 BURLADA (Navarra)
Tel.: 948 079 410
Móvil: 722 841 506
Correo-e.: confederacion@tercertiempo.tel