

PRESENTACIÓN

Los diferentes trabajos que se presentan en el libro “*Envejecimiento, conocimiento y experiencia*” tratan de ofrecer una visión interprofesional sobre el envejecimiento, la importancia del aprendizaje a lo largo de toda la vida, la adquisición de conocimientos y saberes dentro de una adecuada gestión del tiempo libre y de ocio y su relación con el bienestar emocional y físico. Además contribuyen al conocimiento de algunos de los paradigmas que sobre el envejecimiento se han promovido desde las ciencias sociales y de la salud, ofreciendo igualmente con el análisis de los datos publicados, una visión más próxima a la realidad de la vejez, potenciando y dotando de valor las experiencias vitales de las personas mayores.

Consideramos que los jubilados todavía pueden aportar mucho a la sociedad. El asociacionismo y el voluntariado se extienden entre quienes buscan un nuevo hueco en la sociedad. La nueva tendencia de participación social de las personas maduras es vincularse a una ONG, o a un colectivo solidario. En cualquier caso, nos encontramos ante una situación personal del nuevo jubilado, distinta respecto a la de generaciones de jubilados anteriores; pues el nuevo jubilado se presenta en sociedad con un período más dilatado en expectativas de vida, con un nivel educativo y de formación superior y, por lo general, con un nivel de renta o de ahorro, dependiendo de la actividad profesional ejercida, también muy superior al de jubilados anteriores. Pero sobre todo, lo más importante, su actitud ante la nueva etapa como jubilado y las estrategias sociales y económicas que establece (**Giró**).

Las personas mayores tienen muchas posibilidades de disfrutar un ocio significativo, pero en ocasiones carecen de las destrezas o habilidades necesarias. Lejos de la creencia estereotipada de que todos los mayores son iguales, las diferencias individuales no sólo no disminuyen a medida que envejecemos, si no que pueden incluso aumentar. Pero, además de las diferencias de partida entre las

personas (motivadas por el género, la clase social, el entorno familiar, y tantos otros factores más), a lo largo de la vida nos afectan acontecimientos que nos hacen similares a otras personas, y otros que nos hacen diferentes y únicos (**Villar y Celdrán**).

Cuando llegamos a la vejez las personas, por una parte hemos experimentado acontecimientos históricos que nos acercan a las personas de nuestra generación, pero por otra también hemos tenido muchas décadas de vida para forjar una trayectoria vital única, para experimentar acontecimientos particulares que incrementan la variabilidad incluso dentro de la misma generación. No hay que olvidar que una gran mayoría de las personas que acuden a programas universitarios no pudieron estudiar porque en su juventud tuvieron que sobrevivir a una guerra que les impidió ir a escuelas y universidades. Para superar esta situación de carencia, en la actualidad son miles los mayores que estudian en España.

De este modo encontramos una diversidad de planteamientos y tendencias, que van tomando forma en las acciones que desde las Universidades se están llevando a cabo para incorporar a su oferta los programas universitarios para mayores (**Paniagua y Mota**). La variedad de programas culturales y educativos dirigidos a las personas mayores es una exigencia acorde con un marco social democrático y pluralista como corresponde a una sociedad democrática. Se trata de la implantación de programas educativos socio-competentes que tratan de reactualizar los conocimientos con vistas a una mejor gestión de la vida personal y social de estas personas. Además, es preciso valorar, desde una perspectiva rigurosa, la forma en la que han recibido sus conocimientos, los han asimilado, los han puesto en práctica y los han transmitido, no como una mera repetición mimética de gestos, sino como un acervo propio y particular, enriquecidos con una impronta singular (**Hernández**). No se puede incurrir en el despilfarro social que supone el no aprovechamiento de los conocimientos y la experiencia de las personas mayores. Por tanto es fundamental la creación y, en su caso, promoción y difusión de proyectos encaminados a potenciar la formación permanente de las personas de mayor edad y, a no menospreciar e infravalorar, por considerarlos obsoletos, los conocimientos de los mayores, valorando y rentabilizando su experiencia, distinguiendo lo que ésta pueda tener de auténtica de lo que sea mera rutina.

Y es que la educación es un elemento esencial para la igualdad efectiva de oportunidades y, por consiguiente, es también un derecho de las personas mayores para un envejecimiento activo. Un ejemplo de los programas universitarios para mayores que aquí se tratan es el de la Universidad de la Experiencia en La Rioja, cuyo inicio en 2002, pese a ser liderado por el Colegio Oficial de Psicólogos de La Rioja y la entonces Unidad Predepartamental de Ciencias Sociales del Trabajo de la Universidad de La Rioja, no obtuvo el apoyo de dicha Universidad, sino de otras entidades educativas y sociales, comenzando su andadura con tal éxito que, tres años más tarde, el nuevo rector salido de las urnas pidió a sus ges-

tores que el proyecto educativo continuara su andadura, ahora ya sí, en el espacio universitario. Un espacio de formación, participación, encuentro y convivencia entre adultos que comparten el interés por la cultura y la ciencia, y la voluntad de implicarse de forma activa en un proceso de aprendizaje (**Navarro y Albéniz**).

Ciertamente vivimos en la modernidad y en la era de la tecnología, donde la sabiduría del viejo es prescindible y denostada frente a la velocidad y el ímpetu de la juventud. Al eliminar la sabiduría como elemento de valor y significación en la sociedad de la modernidad, estamos desposeyendo de toda función social al viejo, otorgándole como tal un tiempo y un lugar específicos, al margen de la centralidad social del mercado. Lo dejamos suspendido en un tiempo en el que no encaja y que ya no le pertenece; apartándolo de la posibilidad de ocupar el papel de mediador (sabio) entre dos generaciones. Para romper con este proceso, el viejo debe hacer prevalecer los valores que la vejez ofrece y que son, sobre todo, la experiencia vital acumulada y la sabiduría que proporciona esa experiencia. Y es que si algo domina el viejo es el arte de vivir (**Lorenzo**).

Pero el mejor antídoto contra la vejez desvalorizada es, sin duda, la creatividad. Concebir y realizar proyectos personales implica una vivencia constructiva y de crecimiento con la que el viejo puede mirar hacia el futuro con entusiasmo, compromiso, serenidad, seguridad, bienestar y felicidad. Una actitud creativa, además de tonificar y reactivar el cuerpo, permite alimentar el espíritu favoreciendo la expresión de las capacidades, el enfoque de los gustos y la explosión de sentimientos gratos y vivos.

En esta línea, a un proceso dinámico que comprende la adaptación positiva en condiciones adversas, se le denomina resiliencia. Ante dificultades desfavorables, las personas no siempre desarrollan cuadros patológicos o sufren desadaptación; por el contrario, es notoria y sorprendente su capacidad de recuperación, lo que ha motivado el interés de los investigadores por buscar las circunstancias y capacidades del ser humano que le llevan a recuperarse de los momentos difíciles de su vida (**Manzano**). Los conocimientos y experiencias que ha adquirido el geronte a lo largo de su ciclo vital, le permite afrontar de forma satisfactoria los avatares que la vida cotidiana le presenta, e interpretar y experimentar los acontecimientos de forma serena y juiciosa.

Tampoco olvidamos que para conseguir un envejecimiento satisfactorio, para alcanzar un buen grado de autonomía, hay que practicar una correcta alimentación, una adecuada actividad física, un buen entretenimiento, una fluida sociabilidad, un mejor conocimiento sobre la edad, sus patologías y sus cuidados y, desde luego, vivir con ilusiones (**Guijarro**). La actividad física ha de ajustarse a la capacidad del individuo y a sus preferencias. El entretenimiento se cimenta en los gustos de las personas y en la disponibilidad de tiempo libre lejos de utilitarismos y es deseable que sea participado, convirtiéndolo en un acto social.

Precisamente un acto social y relacional es el comer, pues no tiene como exclusiva finalidad el alimentarse, aunque esta sea la primordial. Para casi todas las personas mayores, los gustos y preferencias alimentarias contribuyen a alcanzar un suplemento de satisfacción nada desdeñable, y más cuando se han desvanecido otras formas de vida placentera, pero esta satisfacción es superior si se comparte el alimento en la mesa.

Aunque sin duda, si hay un entretenimiento por excelencia entre las personas mayores, es el que proporcionan los medios de comunicación. En este sentido, ante la segmentación de los públicos, resulta de interés fundamental conocer los hábitos y las actitudes de los mayores ante el consumo de medios, considerando la importancia que estos tienen en la organización y usos del tiempo, y en los procesos de socialización de la población mayor en España.

Dentro de una cierta orfandad de trabajos que abordan este asunto, lo cierto es que los medios de comunicación ocupan un lugar importante en la vida de las personas mayores –tanto por el tiempo de consumo, como por el interés que despiertan–, sobre todo una vez que se producen acontecimientos como la jubilación, la viudedad, la pérdida de movilidad, etc. (**Sánchez y Bódalo**). Desde una sociología del gusto, se llegan a conocer las preferencias sobre los medios, temáticas y tipos de programas, y para ello se analiza la evolución en los últimos veinte años de la audiencia en los distintos medios de comunicación entre la población mayor en España.

Sumamente novedosa es la utilización de un medio como el cinematográfico, para llevar a cabo un análisis de la vejez, etapa de la vida que se presta mejor a una interpretación ecológica en términos de eliminación de residuos, que a las nociones marxistas tradicionales (**Moscoso**). Sirviéndose de *“El Cochecito”*, la película de Marco Ferreri con guión de Rafael Azcona, esta investigadora parte de la tesis del desencaje funcionalista, precursora de una prolífica industria editorial destinada al “buen envejecer”, hasta procesar el detritus del sistema productivo que son los mayores, en forma de soluciones autobiográficas expresadas en términos de autorrealización. Con posterioridad, haciéndose eco de la afirmación foucaultiana de que donde hay poder hay resistencia, explora los conflictos intergeneracionales entre hijos adultos y padres mayores, a modo de búsqueda de soluciones biográficas a problemas estructurales.

Pero no siempre se ofrecen soluciones biográficas a todas las personas mayores, y por ello contamos con los Servicios Sociales públicos y privados, donde se ha insertado con gran fuerza por su participación, el llamado tercer sector. Cuando hablamos de Servicios Sociales para mayores desde el sector no lucrativo, nos referimos a la oferta que hacen todas aquellas entidades que no son públicas ni privadas mercantiles. Se trata de asociaciones y fundaciones con el claro objetivo de prestar servicios (**Gutiérrez Resa**). Además, las nuevas tecnologías ofrecen posibilidades y esperanzas en el ámbito de las personas mayores. Queremos

decir que, hay servicios virtuales, sustitutivos de los más tradicionales, que tienen que ver con la presencia humana y el acompañamiento. No obstante hemos de recordar que la tecnología por sí misma no transfiere conocimiento, afecto, entendimiento-conocimiento. Razón por la que hemos de ser capaces de aunar, conocimiento, tecnología y humanidad para afrontar las necesidades y soluciones de nuestros mayores. Sólo así, nuestra sociedad podrá afrontar los retos y oportunidades planteados por el envejecimiento.

Por otra parte, los cambios sociales han generado un aumento de la conflictividad en las familias (conciliación vida familiar y trabajo; cargas domésticas y dependientes); en los profesionales del sector gerontológico (atención a la persona mayor, necesidades, recursos, gestión del estrés) y en los mayores (expectativas de servicios, relaciones intergeneracionales). Además, todo ello ocasiona en la mayoría de las situaciones de vida cotidiana y laboral relaciones difíciles que amenazan la salud y la calidad de vida de mayores, profesionales y familias (**Armadans**). Para superar este tipo de conflictos latentes o manifiestos, se puso en marcha una experiencia en tres municipios de Cataluña, denominado proyecto “*Grans Mediadors*”. De los resultados de esta experiencia trata este último artículo, que muestra a las personas mayores demandando un papel más activo y una mayor participación en la sociedad para compensar las pérdidas sociales. Algunos se organizan productivamente en asociaciones y empresas (envejecimiento productivo) y otros mantienen un estilo de vida saludable (envejecimiento saludable o satisfactorio). En el deseo de todos se encuentra el tratar de poder vivir más años con mayor calidad, sin dependencia o minimizando sus efectos. Ese es igualmente nuestro deseo para quienes se encuentran disfrutando de este éxito social que es el alargamiento de la vida, y para quienes observan el crecimiento de las expectativas medias de vida de los españoles libres de enfermedad.

Joaquín Giró Miranda
Universidad de La Rioja