

Capítulo 9

Personas mayores e inclusión social

Nazaret Martínez Heredia
Manuel Ortega Caballero
Universidad de Granada.

9.1. Introducción

La educación en personas mayores se trata de un factor relevante para un envejecimiento saludable, activo, productivo y satisfactorio, consolidándose como un nuevo campo de actuación y reflexión pedagógica en la sociedad actual. Serdio (2015) expone cómo el «rostro educativo» del envejecimiento se ha ido configurando a través de intereses asistenciales y lúdicos, pero que actualmente el interés educativo está retomando nuevos planteamientos y objetivos que se desencadenan en nuevas formas de actuación. Las desigualdades sociales, políticas y económicas promulgan una serie de desventajas en torno a nuestros mayores que lo vuelven vulnerable frente a otros grupos poblacionales, lo cual hace plantearse una serie de interrogantes relevantes como es el tema de inclusión social.

Por lo tanto, actualmente se está velando en estrategias participativas, socioeducativas e inclusivas con personas mayores, trabajando una sociedad para todas las edades, educación a lo largo de la vida, envejecimiento activo y saludable a través del enfoque del ciclo vital y desde una mirada crítica. Martín y Requejo (2005) exponen tres objetivos fundamentales del actual propósito de intervención educativa en mayores, estos son:

- Prevenir declives prematuros propios del envejecimiento, proporcionando un conjunto de patrones de actividad intelectual ayudando a mantener activos los niveles de actividad cerebral y de autoeficacia, facilitando un ambiente de relación interpersonal y social.
- Propiciar nuevos roles, nuevos papeles y funciones con el propósito de una mayor integración en la sociedad, aumentando autonomía personal, reduciendo dependencia familiar, social..., reconstruyendo la identidad social después de la jubilación.
- Favorecer el desarrollo personal dentro de las esferas mentales, afectivas y físicas ejercitando la estimulación intelectual, lúdica, autoconocimiento, ocio, experiencia...

Las personas mayores deben ser consideradas como receptoras de asistencia social, por lo tanto la educación tiene que basarse en la igualdad de oportunidades, sin discriminación. Durante los últimos años se ha producido un aumento de la esperanza de vida junto a un envejecimiento progresivo de la población, por lo tanto hay que tener en cuenta numerosos aspectos en el diseño de procesos de enseñanza y aprendizaje para nuestros mayores. Destacamos un clima de aprendizaje positivo para que pueda expresarse de manera libre, respeto por el ritmo en aprender y el tiempo necesario para procesar la información, ejercicio de la práctica y la repetición para consolidar conocimientos, conexión entre aprendizajes con la experiencia vivida, práctica de una metodología dinámica, participativa, activa... y la promoción de metodologías indagadoras, basadas en el descubrimiento, dejando a la persona protagonista de su propio proceso (Requejo, 2003; Sáez, 2005; Sáez y Sánchez, 2006).

Limón (2018) argumenta como el compromiso intelectual en materia de envejecimiento ha puesto de manifiesto la visibilidad escasa del mayor en nuestra sociedad, por lo tanto educadores y pedagogos tenemos el reto de hacer realidad la inclusión desde el marco del envejecimiento activo y desde una perspectiva de los derechos humanos. Implicación no solo de las personas mayores, también de las familias, los profesionales, entidades públicas y privadas, es decir, la sociedad en general. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2002) define el envejecimiento activo como el proceso por el que se optimizan las oportunidades de bienestar mental, social y físico durante toda la vida, con el objetivo de ampliar la esperanza de vida de forma saludable, la calidad de la vida en la vejez, y la productividad. Es recomendable desglosar dicho concepto, señalando algunos de sus elementos esenciales (Bermejo, 2010):

1. Expresa la idea de continua participación de las personas en cuestiones económicas, sociales, culturales, cívicas y espirituales, sin centrarse en la capacidad para estar física y laboralmente activos.

2. Requiere proporcionar información a los ciudadanos mayores, reconociéndose todos sus derechos.
3. Asume la importancia de un enfoque intercultural reconociendo la importancia de las relaciones y de la ayuda que se ofrecen entre sí las distintas generaciones.
4. Pretende un enfoque integral, ya que ofrece una visión más completa y global de los mayores y su proceso de envejecimiento.
5. Desafía la perspectiva tradicional de que el aprendizaje se debe dar en ciertas edades, promoviendo la educación a lo largo de la vida como medio de inclusión.

El valor de la educación al promover la inclusión social de las personas mayores favorece su participación y el desarrollo de actividades generativas y de empoderamiento. Existe una necesidad imperante de que dichas propuestas se expandan aún más a los espacios comunitarios, considerando la educación como una forma más de inclusión.

9.2. Aumento generalizado de la población mayor

Actualmente numerosos estudios sociodemográficos muestran un aumento generalizado del colectivo de edad proveccta, tanto en España como en el mundo en general. La longevidad es una característica de la sociedad actual, consultando datos del Informe Nacional de Estadística (INE, 2017) hay 17.423 personas centenarias, por lo tanto una vez más ponemos de manifiesto la necesidad de llegar a esa edad con calidad de vida. En la Figura 1 y 2 podemos apreciar esperanza de vida de la población mayor y sus previsiones hasta el año 2065.

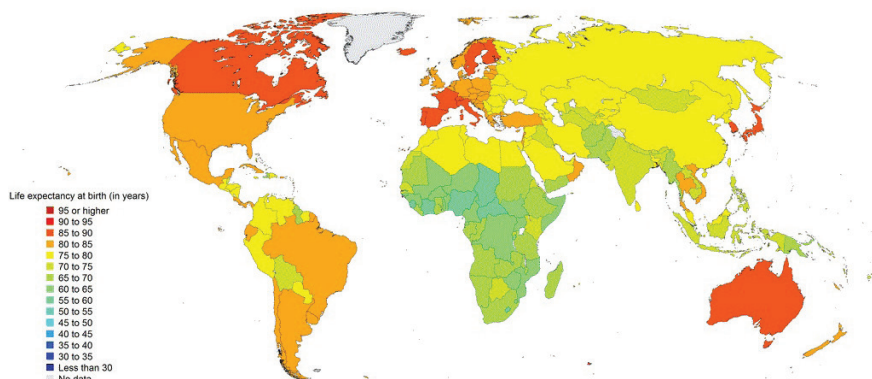


Figura 1: Esperanza de vida de las mujeres entre los años 2020-2065

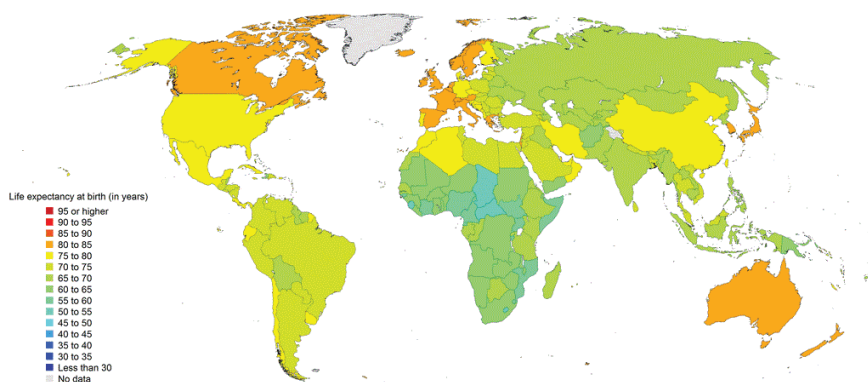


Figura 2: Esperanza de vida de los hombres entre los años 2020-2065

Fuente: United Nations (2017).

A través de la estadística el envejecimiento es entendido como el incremento de la proporción de personas mayores, así como el aumento de la edad media de la población. Es decir, nos encontramos con un fuerte aumento significativo de las personas mayores a partir de 65 años y dentro de este un aumento de los mayores de 80 años. Este envejecimiento progresivo de la población en la mayoría de los países viene determinado por numerosos factores como, por ejemplo, la disminución de la tasa de natalidad o el retraso de la mortalidad en nuestros mayores.

En la Figura 3 podemos constatar dicho aumento del colectivo de mayores en España.

Pirámides de población de España (años 2018 y 2033)

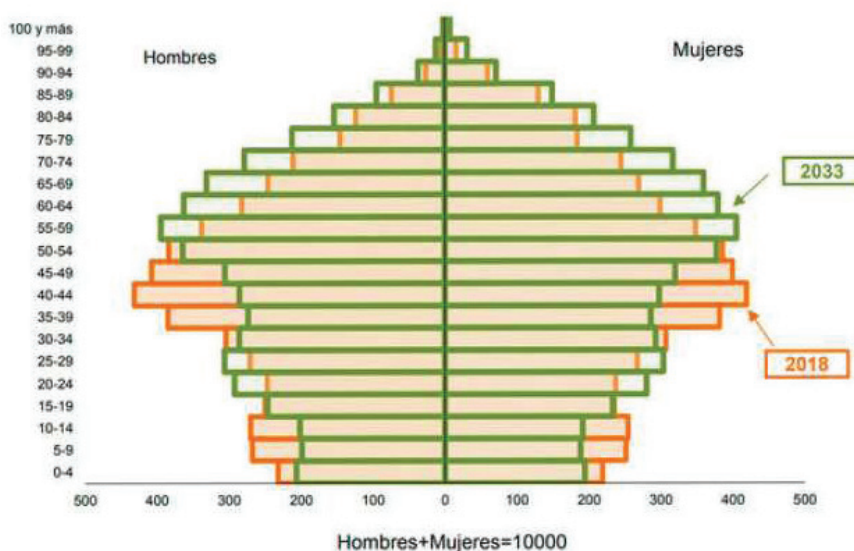


Figura 3. Pirámide de la población española
Fuente: Instituto Nacional de Estadística (2017).

Vemos que va a existir un mayor envejecimiento progresivo en España (2018-2033), sin diferenciaciones notables entre hombres y mujeres. El Informe del IMSERSO (2016) expone como la evolución

futura del envejecimiento apunta a un fuerte crecimiento de personas mayores, alcanzando hacia el 2065 valores del 34,6% en el caso de la población española de 65 años y más; 16,5% entre 65 y 79 años y 18,1% de la población con más de 80 años.

El proceso de envejecimiento junto a los indicadores demográficos apuntan hacia un cambio en la pirámide poblacional de jóvenes y mayores, pero podemos ver que actualmente no se le otorga la importancia necesaria, por lo que es sumamente importante avanzar en la educación e inclusión de mayores, para que sean totalmente activos contribuyendo y beneficiando el desarrollo de la sociedad. Limón y Chalfoun (2017) albergan la necesidad de la promoción de un envejecimiento activo teniendo en cuenta las necesidades personales, poniendo de manifiesto la búsqueda de nuevas estrategias para alcanzar una sociedad más inclusiva, respetando la edad y la singularidad de las personas. Este aumento en la esperanza de vida supone un reto muy importante para la sociedad teniendo en cuenta aspectos económicos, atención sanitaria, sistemas de apoyo familiar... Para poder ofertar una educación inclusiva hace falta desarrollar nuevos recursos y descubrir nuevas especializaciones entre los profesionales de la educación, permitiendo ofrecer unos programas educativos adaptados a los mayores aprovechando su experiencia vital.

9.3. Importancia de una educación a lo largo de la vida como medio de inclusión

Con el aumento de la esperanza de vida se producen una serie de limitaciones propias del proceso de envejecimiento, debido a que este proceso produce en el mayor una serie de cambios funcionales, psicológicos y morfológicos, lo que requiere de un proceso de adaptación. Actualmente la investigación en torno a esta temática está en auge debido a que se requiere un envejecimiento activo junto a condiciones físicas, mentales y sociales óptimas, que le permitan una funcionalidad acorde con las premisas de un envejecimiento de manera satisfactoria (Roig Hechavarría, Ávila Fernández, Mac Donal Bron y Ávila Fernández, 2015). Dulce y Ruiz (2006) definen el proceso de envejecimiento como un fenómeno presente a lo largo del ciclo vital desde el mismo proceso de la concepción hasta la llegada de la muerte, sin embargo, a pesar de ser un fenómeno natural, es difícil de aceptar como una realidad innata del ser humano.

Oddone y Salvarezza (2001) exponen cómo la imagen de la vejez posee un componente psicosocial relacionado con el estereotipo actual, dirigido hacia la juventud, el culto a la salud para sentirse joven. En la actualidad la vejez es signo de alejarse de la juventud y acercarse a la muerte. Sin embargo, numerosos autores como Muñoz (2002) nos ofrecen una visión del envejecimiento como un proceso natural que se produce por el paso del tiempo, realizando una breve crítica hacia la visión gradual de este proceso visto mayoritariamente como una degradación en sí mismo al alejarnos de la juventud en vez de un proceso que conlleva sabiduría, experiencia y armonía.

Existe la puesta en práctica de políticas y estrategias efectivas para la preparación de la población hacia el envejecimiento, a través de una educación a lo largo de la vida. Por lo tanto, el proceso de envejecimiento está configurado por tres perspectivas (Requejo, 2003):

1. Perspectiva cronológica: hace referencia a la edad de la persona y como tener una cierta edad nos ubica en una etapa u otra de la vida. Encontramos tres edades:

- Edad biológica, viene determinada por el curso temporal de la vida, caracterizada por rasgos mentales, físicos y sociales. Atendiendo al nivel biológico con la edad se producen cambios físicos aludiendo principalmente a causas explicativas biológicas, como por ejemplo, factores genéticos, alteraciones en el sistema endocrino, desgaste del organismo con el paso de los años...
- Edad psicológica, hace referencia a la concepción propia sobre nuestra edad, es decir, con qué edad nos sentimos. Se trata de conocer las emociones y sensaciones que el proceso de envejecimiento nos produce, lo cual determina nuestro estado de ánimo y nuestro bienestar.
- Edad social, hace referencia a los comportamientos y actitudes atendiendo a la sociedad en la que se vive.

2. Perspectiva funcional: pone de manifiesto la idea de la productividad en el mayor, así como el grado de autonomía que posee. Dentro de esta se considera como punto central la desvinculación que se produce durante esta etapa entre la persona y la sociedad, a través de la jubilación, ahondando una vez más en el detrimento de los ritmos biológicos.

3. Perspectiva educativa: hace referencia a la necesidad e importancia de las potencialidades de las personas mayores, gracias a su sabiduría.

Es necesario adoptar una política de atención a la diversidad que potencie las características personales, lo cual implica asumir unos retos como (Correa y Restrepo, 2017):

- Asumir un enfoque interseccional abordando las posibles discriminaciones.
- Centrarse en las fortalezas y potencialidades personales de los alumnos.
- Concebir el aprendizaje a lo largo de la vida como un medio para atender las necesidades educativas comprendiendo la diversidad.
- En el proyecto «Estrategia Nacional de Personas Mayores para un Envejecimiento Activo y para su Buen Trato 2018-2021» aproba-

do por el Pleno del Consejo Estatal de Personas Mayores (2017) establece en su objetivo 3.2 fomentar la inclusión social de las personas mayores adoptando una serie de medidas:

- Medida 3.2.1. Debe combatirse la exclusión social y el aislamiento de las personas mayores en los distintos ámbitos, ofreciéndoles igualdad de oportunidades de participación en la sociedad mediante actividades culturales, políticas y sociales, prestando especial atención a los que presenten mayor riesgo de exclusión social.
- Medida 3.2.2. Los servicios sanitarios y los servicios sociales deben establecer protocolos de prevención e intervención para evitar las consecuencias negativas de salud y bienestar emocional que conlleva la soledad. La soledad no deseada constituye uno de los principales problemas de las personas mayores. La pervivencia de las mujeres conlleva que el problema de la soledad tenga una mayor incidencia sobre ellas.
- Medida 3.2.3. Establecer planes de información y formación de preparación a la jubilación para el empleo del tiempo libre en las personas mayores, en especial en los momentos posteriores a la jubilación, que proporcionen el conocimiento sobre las opciones de participación en la sociedad civil, de solidaridad, educativa, formativa, cultural, de actividad física.
- Medida 3.2.4. Fomentar el asociacionismo, que propicie una participación activa de las personas mayores, empoderándolas, dándoles voz y mostrando su liderazgo en la sociedad.
- Medida 3.2.5. Los centros de mayores son un recurso social que ha mostrado su capacidad de inclusión de las personas mayores. Es necesario una transformación y adaptación a las necesidades de los nuevos perfiles de las personas mayores que den respuesta a sus demandas. Para ello es necesario:
 - Analizar la red de centros de mayores existente para conocer los déficits tanto en el hábitat rural como en el urbano y establecer un mapa de prioridades de creación de nuevos centros y adecuación de los existentes.

- Fomentar las relaciones intergeneracionales, abriendo los centros de mayores a usuarios de otras edades que participen en actividades conjuntas.
- Acomodar la oferta de actividades con las demandas de los usuarios.
- Participar las personas mayores en la dirección y gestión de los centros de servicios sociales, formándoles en los conocimientos y habilidades necesarias para que sean sus propios líderes (pp.67-68).

La educación a lo largo de la vida está vinculada a la antigua denominación «educación permanente», la cual surge como respuesta a la evolución social y económica actual, siendo sus principales objetivos «promover la ciudadanía activa» (Unión Europea, 2000, p. 5). Las personas debemos y podemos adquirir formación, cultura, conocimientos y habilidades a lo largo de toda la vida, porque formarse no tiene edad. Es en la década de los noventa donde encontramos en el Informe Delors por primera vez la acertada expresión *educación a lo largo de toda la vida* como indicación a los desvíos de la Educación Permanente. El nuevo enfoque de la educación se fundamenta en cuatro ideas básicas:

a) *Respeto Social*. Cooperar y participar con los demás. La educación evita la violencia y soluciona los conflictos. Primero se produce el descubrimiento del otro, conociéndose a sí mismo al propio tiempo. Segundo, participar en proyectos comunes. Para ello ayudan a la enseñanza de otros conocimientos, el cooperativismo, el asociacionismo, el trabajo en equipo y la participación. Cultura de tolerancia y diálogo, que conserve las tradiciones y la identidad colectiva, que fomente la fraternidad y solidaridad, que lleven a la cohesión social, sin integrista. La educación brinda medios para formar una ciudadanía más consciente y activa, que nos permite lograr unas sociedades democráticas.

b) *Deseo constante de conocer*. La educación proporciona instrumentos para la comprensión y para el dominio de los medios para

adquirir el saber. Por este medio se puede comprender el mundo y desarrollar las capacidades profesionales y de comunicación. Al mismo tiempo proporciona el fin de disfrutar del placer de comprender, conocer y descubrir. Al adquirir individualmente la capacidad de investigación se adquieren los medios para saber, se aumenta la curiosidad intelectual, el sentido crítico y la autonomía de juicio. La educación básica proporciona una sólida cultura general que permite a su vez la especialización posterior.

c) *Pasar a la acción.* Hacer para influir en el entorno, para mejorarlo. La formación no se reduce a la capacitación profesional sino que se amplía hacia lograr la competencia personal, que implica la capacidad de comunicarse, trabajar en equipo, afrontar y solucionar conflictos. Los aprendizajes cobran un sentido significativo, puesto que ayudan a construir y transformar el medio en el que estamos; se concibe la cultura como la capacidad para conocer y mejorar el ambiente que nos rodea.

d) *Consolidar la entidad personal.* Lleva consigo conocerse a sí mismo y realizarse, el desarrollo global de cada persona, de su cuerpo y de su espíritu, en sus distintas manifestaciones: inteligencia, sensibilidad, responsabilidad, pensamiento autónomo y crítico, imaginación, creatividad, descubrimiento, experimentación, arte, cultura y deporte. Significa el desarrollo del ser humano, del nacimiento al fin de su vida, el conocimiento de sí mismo y en relación con los demás. La persona en toda su riqueza y complejidad. El individuo, miembro de una familia y una colectividad, ciudadano y productor, inventor de técnicas y creador de sueños.

Existe la necesidad de una educación a lo largo de toda la vida, como un derecho, siendo necesario que las instituciones sociales, políticas, financieras, sanitarias y educativas acomoden sus objetivos y planteamientos a la sociedad en la que están inmersas (European Year for Active Ageing y Solidarity between Generations 2012). Bedmar y Montero (2017) añaden que la educación a lo largo de la vida se trata de una expresión relacionada con la Educación Permanente, y se

deriva de la progresiva necesidad de las personas por elegir su propio proyecto vital y desarrollo personal. Es por ello que necesitamos una serie de principios que nos ayuden a mejorar las prácticas educativas-inclusivas que forman parte de dicha educación a lo largo de la vida. Bermejo (2010) resume:

- Prácticas empoderadoras que potencien competencias y capacidades ayudando a reconocer las propias posibilidades.
- Prácticas evaluables con la implicación de todos los protagonistas, se trata de una autorreflexión de la práctica diaria.
- Prácticas flexibles que se adecuen a la pluralidad de edades con la posibilidad de consolidarse en el tiempo como procesos estables de desarrollo personal y social.

Serdio (2008) apunta que es importante mejorar y estimular el bienestar físico y mental de las personas mayores ayudándolas a vencer y eliminar la soledad, eliminar los estereotipos negativos sobre la vejez y sobre lo mayor, estimulando el contacto intergeneracional, la solidaridad y el apoyo social, desarrollar y/o generar habilidades para una mayor adaptación a la vida comunitaria y social, estimulando las redes de relaciones sociales y los sistemas de apoyo social, generar habilidades para el incremento de la autoconfianza y la autodependencia, proporcionando a la persona mayor la oportunidad de desarrollar su nivel de competencia mediante la asimilación de nuevos conocimientos y habilidades tanto intelectuales como sociales. Actualmente contamos con diversas actividades educativas para las personas mayores que intentar proporcionar una educación inclusiva. Algunos ejemplos son los siguientes:

- Programas Universitarios de Mayores (PUM).
- Aulas de Tercera Edad.
- Universidades Populares.
- Programas Municipales para Mayores.
- Asociacionismo Cultural de Mayores.

- Voluntariado Cultural de Mayores.
- Programas Culturales de los Centros de Participación Activa.
- Otras actividades: congresos, encuentros, cursos, jornadas, conferencias, viajes culturales, intercambios...

Limón (2018) expone otra serie de propuestas socioeducativas que enriquecen las buenas prácticas de nuestros mayores:

- Cursos de idiomas.
- Programas que fomenten el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) para superar la brecha digital.
- Proyectos orientados a desarrollar las capacidades de análisis, creatividad, juicio crítico, aprender a aprender.
- Acciones formativas que promuevan y favorezcan la salud física, mental y social.
- Participación en actividades y centros de enseñanza, fomentando la educación intergeneracional.
- Integrar a los mayores en proyectos y grupos de investigación.
- Movilidad de las personas mayores para participar en actividades formativas de centros nacionales y extranjeros.
- Talleres de caligrafía mediante el arte de la escritura, otros que fomenten el humor como área estratégica para trabajar con mayores.
- Programas que profundicen en la inteligencia emocional y en los procesos de educación socioemocional.

La educación con personas mayores se trata de un aprendizaje activo e interactivo, además de crítico, debe ir dirigida a despertar un mayor compromiso social. Es una educación no directiva, a diferencia de la educación que se practica en la etapa de la niñez y juventud, puede modificarse según las preferencias o necesidades de los educandos.

9.3.1 Modelos educativos para trabajar la educación a lo largo de la vida

Existen diferentes modelos educativos que se pueden desarrollar con personas mayores. Numerosos autores (García Mínguez, 2009; Serdio, 2008; Montero, 2015; Bedmar y Montero, 2017; Martínez y Bedmar, 2017) exponen los distintos modelos: cómo son, características, cómo se desarrollan, etc. A continuación los clasificaremos de la siguiente forma:

Modelo Asistencial-lúdico

Este modelo se empezó a desarrollar para atender las necesidades secundarias de ocio y tiempo libre y a la participación social de las personas mayores en la segunda mitad del siglo XX, y con la instauración de la democracia. Principalmente se han llevado a cabo mediante programas de viajes y vacaciones para la Tercera Edad, organizados por el IMSERSO. Esta práctica lúdica se efectúa igualmente en los Centros de Participación Activa y en las Unidades de Estancia Diurna, en las que se organizan actividades y talleres cuya finalidad principal es el entretenimiento o la ocupación del tiempo libre. Dichas actividades y talleres desembocan en (García y Gómez, 2003):

- Niveles de bienestar más altos.
- Disminución del sentimiento de soledad.
- Aumento del estado de ánimo.
- Incremento de la capacidad de afrontamiento de los cambios producidos durante la etapa de envejecimiento.

Modelo Sociocultural

El tiempo libre cobra protagonismo en la vida de las personas mayores, por ello es sumamente importante utilizarlo para una mayor promoción de la integración social, la comunicación intergeneracional, el acceso al avance de la ciencia y la tecnología..., alcanzando el máximo equilibrio ocupacional y crecimiento personal. Elizasu (2000) define la animación sociocultural como un método de promoción comunitaria dirigida a estimular el desarrollo cultural. Dicha puesta en práctica con mayores supone una estrategia de análisis y aplicación que busca, según Monsalve (2005):

- Generar espacios de participación en la que el mayor socialice sus intereses y expectativas frente a las actividades propuestas.
- Tomar conciencia de las propias necesidades e identificar soluciones de satisfacción.
- Posibilitar líderes para crecimiento personal.
- Favorecer el intercambio intergeneracional y el acceso a las nuevas tecnologías.
- Acceder a la cultura a través de búsqueda de información, vivencias, toma de decisiones, organización..., para crear una mejora de la concepción de envejecimiento.

López, González y Sánchez (2016) explican que este modelo educativo basado en la animación sociocultural, puede aplicarse en residencias, aunque no es nada fácil, ya que las personas que allí viven tienen una autoestima baja y poco interés en salir de su rutina. Algunas de las actividades que se pueden desarrollar pueden catalogarse en:

- Recreativas. Realizando actividades de mantenimiento y posibilidad de relación interpersonal. Con estas actividades se pretende mejorar la calidad de vida y la autoestima de las personas participantes.

- Culturales (dentro o fuera de la residencia). Pueden organizarse mesas redondas, conferencias, video-fórum y exposiciones en las que participen los propios interesados. Fuera de la residencia: visitas a ayuntamientos, fábricas, representaciones teatrales, etc.

Modelo Académico

Se trata de un modelo enfocado a la adquisición de conocimientos mediante el aprendizaje formal, reglado y estandarizado. Dentro del modelo académico encontramos los centros de adultos y la universidad de mayores.

Los centros de adultos en los cuales todas las personas mayores de 18 años pueden acudir para formarse, la principal actividad educativa que se lleva a cabo en estos centros es la alfabetización. La forma de plantear el aprendizaje no puede ser igual a la que se plantea con la escolaridad obligatoria de los jóvenes, ya que la motivación y las necesidades son muy diferentes (Montero, 2005).

La universidad de mayores se ha consolidado como un espacio formativo para las personas de edad propecta a través de los Programas Universitarios para Personas Mayores (PUM), dichos programas ponen de manifiesto la expansión cultural, que junto a la profesionalización e investigación posee la universidad (Serdio, 2015). La universidad de mayores posee un triple objetivo: por un lado, adaptar los conocimientos al nivel de formación de los participantes, por otro, tener en cuenta las situaciones específicas del aprendizaje de las personas mayores, y finalmente, complementar esta enseñanza con otras actividades de carácter sociocultural. Una posible limitación es el limitado alcance debido a la ubicación de las universidades en las capitales y/o en los grandes núcleos de población de cada una de las provincias que conforman nuestro país (Moreno-Crespo, 2015).

Modelo educativo de las reminiscencias

La reminiscencia puede definirse como un recuerdo o representación en la memoria de una imagen del pasado. Hace alusión al mundo de las ideas, el placer de la evocación, la evocación de lo que fue, la rememoración... Se trata por tanto de pensar o hablar sobre las experiencias vividas para compartir recuerdos y reflexionar sobre ellos de modo formal o informal (Montero, 2005). Se trata de un modelo terapéutico y adaptativo orientado a la adaptación exitosa de las personas mayores a través de las diferentes etapas del ciclo vital, resaltando la revisión de la vida.

González-Arévalo (2015) visualiza los efectos beneficiosos en relación a la cognición y el estado de ánimo, además de mejorar las habilidades del cuidado personal, la comunicación y los trastornos conductuales. Es muy útil para el trabajo con personas que sufren algún tipo de demencia. Los recuerdos pueden actuar como pieza motivadora y terapéutica.

Reflexionar sobre las experiencias vividas durante nuestra vida ayuda a entender lo sucedido, a dar nuevos significados a los acontecimientos, a tomar decisiones y a encontrar dirección en el futuro. Salazar (2010) plantea que una característica del mayor es un fuerte apego a su pasado, que se refleja en la tendencia a la narración del recuerdo, lo cual favorece la integración del pasado al presente, brinda continuidad en su vida y aumenta la autoestima.

Modelo de educación interactiva

Hay que estimular procesos de reconstrucción mediante la puesta en práctica de metodologías activas en entornos reflexivos e interactivos. Serdio (2008) explica cómo la importancia de este modelo radica en entender que las personas mayores no son sujetos pasivos de la educación, se trata de personas constructoras de su propio conocimiento en interacción dialéctica con los demás sujetos de su comunidad. Es un modelo flexible empleado para acercarse al bienestar y

al desarrollo personal. En definitiva se encuentra dirigido al fomento de la participación activa de las personas mayores.

García Mínguez (2004) expone sus planteamientos metodológicos:

- Comunicar y transmitir su saber experiencial.
- Mejorar la capacidad de organización y transmisión de información.
- Promoción del trabajo en grupo en un clima de aprendizaje cooperativo.

Es un modelo de intervención educativa no formal, cuya finalidad es la realización personal y la participación social de las personas mayores a través de un proceso de retroalimentación positiva. Se realiza de manera no formal (no debe ser estática, ya que se debe a la oferta y la demanda de los participantes), y que por lo demás tiene como finalidad la realización personal y la participación social de las personas mayores a través de un proceso de retroalimentación (doble papel de las personas mayores como agentes y participantes al mismo tiempo del proceso de aprendizaje) (García Mínguez, 2009).

Modelo de síntesis

Se trata de un modelo educativo para mayores que presenta un enfoque múltiple dentro de los paradigmas. Cohesiona los modelos educativos existentes, ya que ninguno es único o exclusivo para su utilización, simplemente cada uno tiene un ámbito adecuado de uso. Resaltamos la creación de un espacio que pueda destinarse a la formación y al ocio de las personas mayores para mejorar su calidad de vida. Según las necesidades de los beneficiarios y su participación, se llevan a cabo actividades de ocio y tiempo libre, educativas (para la salud, desarrollo intelectual, alfabetización, etc.), talleres y salidas a exposiciones, visita de monumentos, animación sociocultural (asociacionismo, participación social, asambleas...). De la misma manera se pueden desarrollar actividades específicas de materias como historia, geografía o ciencias naturales (García Mínguez, 2009).

9.4. Conclusiones

A través de este trabajo hemos intentado aproximarnos a la necesidad de la inclusión social de nuestros mayores, justificando el aumento generalizado de la población y la necesidad de una educación a lo largo de la vida. Todo ello ha favorecido la búsqueda de diversos modelos educativos de enseñanza-aprendizaje con el objetivo de mejorar la práctica educativa. El diseño de estrategias metodológicas, introducción de innovaciones en la práctica educativa, gestionar recursos, incorporar metodologías de investigación acción en el aula, refuerzo de un aprendizaje cooperativo, comunitario, formación y actualización de los educadores sociales en el marco del trabajo en equipo junto a la innovación, se trata de algunos de los retos de nuestra práctica diaria (Blázquez y Holgado, 2011).

Numerosos autores han propuesto varios modelos de envejecimiento que intentan proporcionar una mirada más positiva e inclusiva del proceso de envejecimiento (Rowe, 1987; Vaillant, 2001; OMS, 2002 y Bowling, 2005), siendo estos:

- Envejecimiento exitoso, haciendo referencia a la habilidad para mantenerse en un riesgo muy bajo de caer enfermo, con un alto nivel de actividad física y mental y resolutivamente comprometido con la vida a través del mantenimiento de relaciones interpersonales y de la participación en actividades significativas sociales.
- Envejecimiento saludable, definido como la etapa que comienza antes de los 60 años. Esta solo puede desarrollarse desde edades tempranas a través de la puesta en práctica de hábitos y estilos de vida saludables, así como realizando prevención temprana de algunas enfermedades.
- Envejecimiento activo, entendido como el proceso de optimización de la mejora de salud, seguridad y participación con la finalidad de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen. El término activo hace alusión a una parti-

cipación continua en aspectos sociales, culturales, económicos, espirituales y cívicos, entendido no solo como la capacidad de estar físicamente activo, también haciendo del envejecimiento una experiencia positiva con una vida más larga. Lo anterior lleva a concluir que el concepto de envejecimiento es diferencial y sincrónico.

Un marco centrado en la educación inclusiva es el apropiado para la atención a la diversidad social, debido a que los ciudadanos pueden obtener una respuesta de satisfacción a sus necesidades especiales, intentando solucionar los problemas derivados de la interacción individuo-contexto. Este contexto, la comunidad donde vive y el sistema educativo donde se desarrolla, deben establecer las medidas oportunas para las capacidades y las características personales de nuestros mayores. Sus posibles limitaciones no vienen determinadas por sus condiciones individuales, sí por las de una sociedad que procura espacios, medidas y recursos, bajo principios de igualdad tanto real como normativa y de convivencia (Luque Parra, 2019).

La educación a lo largo de la vida lleva consigo la importancia de aprender durante nuestra vida con el objetivo principal de reformar los conocimientos, las aptitudes y las competencias dentro de nuestra perspectiva cívica, personal y social. Las distintas iniciativas educativas dirigidas a este colectivo deben ir encaminadas a su bienestar y mejora de su condición de vida. Un gran número de mayores se encuentra interesado en seguir colaborando con la sociedad, compartiendo conocimientos. A lo largo de este capítulo hemos podido ver que existen diferentes actividades educativas que intentar proporcionar una educación inclusiva, por ejemplo, Programas Universitarios de Mayores (PUM), Aulas de Tercera Edad, Programas Municipales, Asociacionismo Cultural, Voluntariado Cultural, Programas Culturales de los Centros de Participación Activa, entre otros.

Aunque la jubilación llegue, gran cantidad de mayores pretende seguir colaborando con la sociedad, ya que poseen una experien-

cia «del haber vivido». Dicha colaboración proporciona compromiso y valoración, haciendo que se sientan útiles favoreciendo la salud mental, social y psicológica. El cambio demográfico que acontece requiere de numerosas actuaciones de inclusión social educativa hacia nuestros mayores.

Referencias bibliográficas

- Bedmar, M., y Montero, I. (2017). La educación en personas mayores. En N. Martínez y M. Bedmar (Eds.), *Personas Mayores y Educación Social: Teoría e Intervención* (pp. 135-164). Granada: Editorial Universidad de Granada.
- Bermejo, L. (2010). *Envejecimiento activo y actividades socioeducativas con personas mayores*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Blázquez, F., y Holgado, A. (2011). Innovación educativa en los programas universitarios para mayores. *Revista de Ciencias de la Educación*, 9(7), 129-150.
- Bowling, A. (2005). What is successful aging and who should define it? *BMJ*, 331, 1548-51.
- Correa, J. I., y Restrepo, N. (2017). *Atención a la diversidad retos y desafíos en la Educación Superior*. Libro de Actas y Resúmenes. CIVINEDU 2017.
- Delors, J. (1996). *La educación encierra un tesoro. Informe de la Unesco de la Comisión Internacional sobre Educación para el siglo XXI*. Madrid: Santillana.
- Dulcey-Ruiz, E. (2006). Psicología del envejecimiento. En J. López, C. Cano, J. Gómez (Ed.), *Geriatría Fundamentos de Medicina* (pp. 64-8). Medellín: Corporación para Investigaciones Biológicas CIB.
- Elizasu, C. (2000). *Animación estimulativa para personas mayores*. Madrid: Narcea Ediciones..
- European Year for Active Ageing y Solidarity between Generations (2012). Recuperado de <http://ec.europa.eu/archives/ey2012/>
- García Mínguez, J. (2004). *La educación en personas mayores: Ensayo de nuevos caminos (Vol. 55)*. Madrid: Narcea Ediciones.
- García Mínguez, J. (2009). Abriendo nuevos campos educativos. Hacia la Educación en Personas Mayores. *Revista Historia de la Educación Latinoamericana*, 12, 129-151.
- García, M. A. y Gómez, L. (2003) Efectos de los talleres de ocio sobre el bienestar subjetivo y la soledad en las personas mayores. *Revista de Psicología Social*, 18(1), 35-47.
- González-Arévalo, K. A. (2015). Terapia de reminiscencia y sus efectos en los pacientes mayores con demencia. *Psicogeriatría*, 5(3), 101-111.
- IMSERSO. (2016). *Las personas mayores en España*. Recuperado de http://www.imserso.es/InterPresent1/groups/imserso/documents/binario/112017001_informe-2016-persona.pdf

- INE, Instituto Nacional De Estadística. (2017). *Proyección de la población de España 2016-2066*. Recuperado de <http://www.ine.es/prensa/np994.pdf>
- Limón, M. R. (2018). Envejecimiento activo: un cambio de paradigma sobre el envejecimiento y la vejez. *Aula abierta*, 47(1), 45-54.
- Limón, M. R., y Chalfoun, M. E. (2017). *La Biblioteca como agente social en el proceso de empoderamiento de los adultos mayores en un ambiente intergeneracional e intercultural*. Congreso Internacional de Pedagogía Social. Libro de Actas y Resúmenes. Sevilla: Editorial Copiarte.
- López, B. A., González, M. L., y Sánchez, R. (2016). Animación sociocultural para los museos y la inclusión de los adultos mayores. *EDUCATECONCIENCIA*, 4(4).
- Luque Parra, D. J. (2009). Las necesidades educativas especiales como necesidades básicas. Una reflexión sobre la inclusión educativa. *Revista latinoamericana de estudios de educativos*, 39(3-4), 201-223.
- Martín, A. V., y Requejo, A. (2005). Fundamentos y propuestas de la educación no formal con personas mayores. *Revista de Educación*, 338, 45-66.
- Martínez, N., y Bedmar, N. (2017). *Personas Mayores y Educación Social: Teoría e Intervención*. Granada: Editorial Universidad de Granada.
- Monsalve, A. M. (2005). El uso productivo del tiempo libre vivenciado desde la animación sociocultural con personas mayores. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, (5), 1-7.
- Montero, I. (2005). *El interés de las personas mayores por la educación: qué educación*. Estudio de campo (tesis doctoral). Granada: Universidad de Granada.
- Montero, I. (2015). El ámbito de las personas mayores desde la Educación Social. En M. Bedmar y A. Soriano (Coords.), *Temas de Pedagogía social y Educación Social* (pp. 41-63). Granada: EUG.
- Moreno-Crespo, P. (2015). Educación a lo largo de la vida: Aulas de mayores. *Revista Fuentes*, (17), 113-133.
- Muñoz, J. (2002). *Psicología del envejecimiento*. Madrid: Pirámide.
- Oddone, M., y Salvarezza, L. (2001). *Caracterización psicosocial de la vejez*. En: *Informe sobre tercera edad en Argentina*. Buenos Aires: Secretaría de Tercera Edad y Acción Social.
- OMS. (2002). Envejecimiento activo: un marco político. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 37, 74-105.

- Pleno del Consejo Estatal de Personas Mayores. (2017). *Estrategia Nacional de Personas Mayores para un Envejecimiento Activo y para su Buen Trato 2018-2021*. Recuperado de <https://www.fundadeps.org/recursos/documentos/844/02EFE9D3.pdf>
- Requejo, A. (2003). *Educación permanente y educación de adultos*. Barcelona: Ariel.
- Roig Hechavarría, C., Ávila Fernández, E., Mac Donal Bron, D., y Ávila Fernández, B. (2015). La atención al adulto mayor: un reto para la medicina contemporánea. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 31(3).
- Rowe, J. (1987). Human aging: Usual and successful. *Science*, 273, 143-9.
- Sáez, J. (2005). Gerontagogía: Intervención socioeducativa con personas mayores. En S. Pinazo, y M. Sánchez (Eds.), *Gerontología. Actualización, innovación y propuestas* (pp. 289-336). Madrid: Pearson Educación.
- Sáez, J., y Sánchez, M. (2006). La educación de personas mayores en la sociedad de la información y el conocimiento. En C. Orte (Coord.), *El aprendizaje a lo largo de toda la vida. Los programas universitarios de mayores* (pp. 73-134). Madrid: Dykinson.
- Salazar, M. (2010). *Recordando experiencias: Programa de intervención con reminiscencia para personas adultas mayores: Guía para terapeutas y CD con estímulos visuales*. Costa Rica: Instituto de Investigaciones Psicológicas, Universidad de Costa Rica..
- Serdio, C. (2008). La educación en la vejez: fundamentos y retos de futuro. *Revista de educación*, 346, 467-483.
- Serdio, C. (2015). Educación y envejecimiento: Una relación dinámica y en constante transformación. *Educación XXI*, 18(2), 237-255. doi: 10.5944/educXX1.14603
- Unión Europea. (2000). *Memorandum sobre el aprendizaje permanente*. Recuperado de <http://www.oei.es/eduytrabajo2/Memoaprenpermanente.pdf>
- United Nations. (2017). *World Population Prospects 2017*. Recuperado de <https://population.un.org/wpp/>
- Vaillant, G. E. (2001). Successful aging. *Psychiatry*, 158, 839-47.

Autores

Manuel Ortega Caballero. Doctor en Ciencias de la Educación. Profesor de la Universidad de Granada y escritor, en una vida multidisciplinar. Su experiencia laboral ha transcurrido en las diferentes etapas evolutivas desde la motricidad de los más pequeños en la etapa infantil a universitarios o tercera edad. Su formación como profesional incluye: doctor en Psicopedagogía, máster en Coaching Personal y experto en Altas Capacidades y Entrenamiento, entre otras. El mundo educativo, deportivo y profesional, ocupa su día a día, cabe destacar su perfil familiar y la pasión por ayudar a los demás. Compatibiliza su vida docente con la dirección del Dpto. de Innovación y Formación de UNESCO en la Ciudad Autónoma de Melilla. *e-mail:* manorca@ugr.es

Nazaret Martínez Heredia. Doctoranda de la Universidad de Granada perteneciente al Programa de Doctorado en Ciencias de la Educación. Licenciada en Pedagogía por la Universidad de Granada. En la actualidad es Contratada FPU (Formación de Profesorado Universitario) del Departamento de Pedagogía de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Granada y forma parte del Grupo de Investigación: Valores emergentes, Políticas sociales y Educación Social (HUM 580), interesada en las líneas de investigación: pedagogía/educación social, pedagogía crítica, educación en personas adultas y mayores, educación intergeneracional. *e-mail:* nazareth@ugr.es