

La población mayor en el estado del bienestar: de las políticas pasivas a las políticas activas





Autores:

Jorge Calero

Catedrático de Economía Política de la Universidad de Barcelona

Ximena Pérez

Investigadora de la Fundación Bosch Gimpera-Universidad de Barcelona

Contacto:

jorge.calero@ub.edu

Edita:

ILUNION Comunicación Social | Luis Alenda Hernández

Índice

Resumen ejecutivo	1
1 Introducción	5
2 Políticas de activación de las personas mayores.....	14
2.1 Envejecimiento saludable: prevención y promoción de la salud en la población mayor.....	14
2.2 Relaciones personales y soledad no deseada.....	20
2.3 Vivienda.....	28
2.4 Diferentes modelos de vivir y convivir.....	31
2.5 Movilidad y espacio público.....	34
2.6 Aprendizaje a lo largo de la vida y competencias digitales.....	37
2.7 Mercado laboral.....	42
2.8 Participación cívica de las personas mayores.....	50
2.9 Turismo, ocio y cultura.....	55
2.10 Cultura financiera y autonomía económica.....	57
2.11 La situación de las personas mayores en las áreas menos pobladas.....	59
3 Economía plateada.....	62
3.1 Evolución y tendencias internacionales.....	62
3.2 Características principales y tendencias en España.....	64
3.3 Perfil del consumidor mayor.....	65
3.4 Principales áreas de la economía plateada.....	67
3.4.1 Servicios de cuidado y asistencia.....	67
3.4.2 Cuidados a largo plazo.....	68
3.4.3 Sanidad conectada y tecnología al servicio de la salud y las personas.....	70
3.4.4 Investigación e innovación en salud.....	72
3.4.5 Servicios de bienestar y actividad física.....	72
3.4.6 Nutrición.....	73
3.4.7 Prevención y educación.....	73
3.4.8 Oportunidades en torno a la vivienda, el espacio público y la movilidad.....	74
3.4.9 Domótica y uso de la tecnología en el hogar.....	75

3.4.10	Oportunidades en el espacio público y el transporte.....	75
3.4.11	Oportunidades para el sector inmobiliario.....	76
3.4.12	Oportunidades para la formación continua y la capacitación digital.....	77
3.4.13	Emprendimiento sénior.....	79
3.4.14	Oportunidades para la oferta de ocio y turismo sénior.....	80
3.4.15	Servicios financieros.....	82
3.5	Desafíos y oportunidades para la economía plateada.....	85
4	Sistema de indicadores sobre la población mayor en España.....	88
4.1	Presentación del sistema.....	88
4.2	Valores de los indicadores.....	90
5	La población mayor en la Unión Europea: activación y relevancia como fuerza económica.....	138
5.1	El discurso europeo en torno al envejecimiento activo y la longevidad....	138
5.2	Salud y longevidad.....	139
5.3	Mercado laboral.....	142
5.4	Relaciones sociales y participación en la comunidad.....	143
5.5	Garantía de ingresos adecuados y lucha contra la desigualdad.....	144
5.6	Entorno rural.....	146
5.7	Economía plateada.....	147
5.8	Oportunidades en la Unión Europea.....	148
5.8.1	Índice de Envejecimiento Activo (AAI).....	148
5.8.2	Contratación pública de soluciones innovadoras.....	149
5.8.3	Asociación Europea de Innovación en Materia de Envejecimiento Activo.....	149
5.8.4	Interreg Europe.....	149
5.8.5	Programa Erasmus +.....	150
5.8.6	Smart Specialisation Strategy - RIS3.....	150
5.8.7	Fondo Social Europeo +.....	151
5.8.8	Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER).....	151
5.8.9	Fondo Europeo Agrario de Desarrollo Rural (FEADER).....	152
5.8.10	Horizon Europe.....	152
6	Conclusiones.....	153
	Bibliografía.....	155

Resumen ejecutivo

El envejecimiento de la población es un fenómeno que está transformando la estructura demográfica y que plantea desafíos sociales y económicos tanto a nivel global como en España, donde el porcentaje de personas mayores ha aumentado de forma considerable en los últimos años y se prevé que continúe haciéndolo en las próximas décadas. Esta situación pone de relieve la importancia de adoptar políticas de activación de las personas mayores, centradas en el concepto de envejecimiento activo, para que las personas puedan continuar participando de la sociedad de acuerdo con sus deseos y capacidades. Con simultaneidad a estas políticas de activación, existen amplias oportunidades de aprovechamiento de las nuevas áreas de mercado derivadas del envejecimiento de la población, especialmente, las derivadas del envejecimiento de la población en condiciones de mejor salud y de actividad. Estas oportunidades configuran lo que se ha llamado “silver economy”. A pesar de haberse identificado el potencial de las personas mayores y el rol fundamental que juegan en la sociedad, las conductas edadistas hacia las personas mayores siguen constituyendo un problema de gran calado tanto en el plano relacional como institucional y que requiere de una actuación contundente por parte de los gobiernos.

En el estudio *La población mayor en el estado del bienestar: de las políticas pasivas a las políticas activas* se han abordado estos problemas, haciendo especial referencia a la situación de España y la Unión Europea. Apuntamos en este resumen ejecutivo algunas de las ideas más relevantes del estudio.

Las mujeres mayores se enfrentan a desafíos específicos, principalmente derivados de trayectorias desiguales en el mercado de trabajo y una mayor sobrecarga de las tareas de cuidado a lo largo de la vida, que se mantienen en la vejez. Presentan una esperanza de vida mayor que los hombres, si bien la esperanza de vida con buena salud es inferior. Las mujeres de edad avanzada son un grupo especialmente relevante a la hora de definir políticas de activación para las personas mayores, ya que son mayoría en los grupos etarios mayores y presentan mayores necesidades en cuanto a atención a la dependencia.

El envejecimiento de la población supone un desafío extremadamente complejo para el mercado laboral. El aumento de la esperanza de vida y la baja tasa de natalidad tienen entre sus consecuencias una disminución de la población en edad de trabajar. Esto exige un reajuste de las políticas laborales para fomentar la participación de los adultos mayores en el mercado laboral y luchar contra el desempleo de larga duración de este grupo. Las estrategias de jubilación flexible son clave para fomentar una mayor participación de las personas mayores. Tanto el ámbito laboral como el gubernamental pueden transformarse para propiciar una mayor participación de las personas de edades más avanzadas en el mercado de trabajo. Véanse, al respecto, los indicadores 1.1, 1.2, 1.3 y 1.4.

Ante el cambio demográfico descrito, los sistemas de salud deben estar adaptados a una población envejecida, donde la atención primaria juega un papel crucial en la promoción y la prevención de la salud en este grupo. Problemas como la salud mental y el bienestar emocional de

la población mayor deben priorizarse, ya que tienen un impacto fundamental en el resto de aspectos de la salud de las personas. Véanse los indicadores 4.3 y 4.4.

Los desafíos y las oportunidades en el campo de la atención médica, la tecnología de la salud, el cuidado de larga duración o la nutrición son múltiples. Para abordar estos retos de manera efectiva es necesaria una combinación de innovación y políticas que se adapten a las necesidades sanitarias de una vida más larga.

Las relaciones personales y la lucha contra la soledad no deseada son un aspecto fundamental del envejecimiento activo (véase el indicador 4.4). Cuando estas relaciones son positivas mejoran la calidad de vida y protegen contra el deterioro funcional de las personas. Sin embargo, los cambios en la sociedad y en las estructuras familiares pueden presentar desafíos para el mantenimiento de relaciones sociales significativas.

Una vivienda adecuada tiene importantes implicaciones en la calidad de vida de las personas mayores y en la posibilidad de mantener una vida independiente. Este aspecto es especialmente relevante, ya que las personas mayores manifiestan una clara preferencia por envejecer en sus hogares, lo que enfatiza la necesidad de diseñar hogares accesibles para todas las personas, aprovechando a su vez las posibilidades que las TIC ofrecen en cuanto a domótica. Existen diferentes modelos de vivienda que pueden ser adecuados para las personas mayores en función de su capacidad funcional, pero, sea cual sea la opción, es fundamental respetar la voluntad de la persona respecto a dónde desea residir.

La planificación urbanística adecuada para una sociedad con un alto porcentaje de personas mayores puede permitir que estas vivan de forma segura y mantengan su autonomía (véase el indicador 3.4). En este sentido, el diseño universal del espacio público ofrece beneficios tanto para las personas mayores como para el conjunto de la sociedad. Como parte de un entorno amigable con las personas mayores, el transporte público es fundamental para favorecer un envejecimiento activo y permitir la participación de las personas en actividades comunitarias.

El aprendizaje a lo largo de la vida y el desarrollo de competencias digitales son herramientas esenciales para empoderar a las personas mayores, promover su inclusión en la sociedad y mejorar su calidad de vida conforme envejecen. Si bien el nivel educativo de las personas mayores es cada vez más alto, sobre todo en las cohortes más jóvenes (véase el indicador 4.7), aún existe una diferencia importante principalmente en función del género, el lugar de residencia y los ingresos. La participación de las personas mayores en las actividades formativas en España aún sigue siendo baja, por lo que es importante diversificar las opciones y flexibilizar los programas ofertados para atraer a un número mayor de participantes (véase el indicador 3.9).

El uso de Internet entre las personas mayores ha ido en aumento en los últimos años, aunque todavía existe una brecha digital acentuada por cuestiones geográficas y económicas (véase el indicador 4.5). La falta de

confianza en el uso de Internet y de la tecnología puede suponer un obstáculo importante para el desarrollo de las personas mayores en otros aspectos de la vida cotidiana, por lo que la formación en competencias digitales es muy importante para este grupo.

La inversión pública en programas de aprendizaje permanente y digitalización para capacitar a las personas mayores en áreas como la salud, el cuidado personal y las finanzas es fundamental, así como la formación específica en gerontología y educación sanitaria para quienes atienden a las personas mayores, que en muchos casos son cuidadoras informales sin las competencias adecuadas.

Los avances tecnológicos representan una herramienta fundamental para mejorar la productividad, pero es importante garantizar que los adultos mayores tengan la formación necesaria en competencias digitales para no quedar rezagados dentro del mercado laboral. Las empresas, además de adoptar innovaciones tecnológicas, deben adaptar los lugares de trabajo para responder a la realidad de una población cada vez más longeva.

Fomentar el emprendimiento sénior forma parte de la solución ante los desafíos en el mercado laboral. Las *startups* lideradas por personas mayores tienen tasas de éxito superiores al resto debido a su experiencia acumulada, una realidad de la cual puede aprovecharse el mercado plateado.

A medida que la población envejece, las personas mayores pueden contribuir significativamente al desarrollo de comunidades cohesionadas. La participación activa de las personas mayores fortalece los lazos con sus comunidades y tiene beneficios tanto para ellas como para la sociedad en general. Esto incluye actividades de cuidado, voluntariado y participación política (véanse los indicadores 2.1, 2.2, 2.3 y 2.4). Es fundamental reconocer el aporte de las personas mayores y fomentar su contribución, ya que en España los niveles de participación, tanto en actividades políticas como en acciones de voluntariado, son relativamente bajos.

La participación en actividades turísticas, de ocio y culturales se presenta como una herramienta efectiva para combatir la soledad, promover la actividad física y cognitiva, y ampliar los círculos de apoyo social. Estas actividades están estrechamente vinculadas con la dimensión social y el enriquecimiento personal. El género tiene implicaciones en el uso del tiempo libre: un exceso de tareas de cuidado por parte de las mujeres supone una barrera para su disfrute, al igual que lo son las cuestiones económicas.

El sector turístico y de ocio es un claro beneficiado de un envejecimiento saludable y activo, ya que las personas tienen más tiempo libre para dedicar a estas actividades, así como una situación financiera que, en general, les permite realizar gasto en este sector (véase el indicador 3.8). Aun así, pocos son los análisis realizados en relación con las preferencias de ocio de las personas mayores.

Una cultura financiera deficiente puede influir negativamente en la autonomía económica de las personas mayores tras la jubilación. La falta de conocimientos financieros y habilidades digitales representa una barrera para las personas mayores al realizar operaciones bancarias y comprender productos financieros. Para hacer frente a ello, es fundamental la regulación, supervisión y educación como pilares para garantizar la inclusión financiera. Además, la adaptación de productos y servicios financieros a las personas mayores supone tanto una oportunidad para el sector de las finanzas como un beneficio para el grupo de personas de edad más avanzada.

La situación de las personas mayores en los entornos rurales puede ser compleja si no se abordan cuestiones como la despoblación y el acceso limitado a servicios básicos, derivado de la falta de redes suficientes de transporte público. Aun así, los entornos rurales ofrecen otros beneficios, como mayor tranquilidad en contraposición al ritmo de vida acelerado de las zonas urbanas, así como redes sólidas de relaciones sociales.

La economía plateada forma parte de la respuesta a una sociedad longeva, tanto por la oportunidad que representa para el crecimiento económico como para la mejora de la calidad de vida de las personas mayores gracias a la definición de productos y servicios pensados de forma específica para este grupo. “Economía plateada” es un concepto que abarca una amplia gama de actividades económicas relacionadas con las personas mayores. No se limita tan solo al gasto que estas hacen, sino que contempla también su participación en la economía a través del empleo y otras actividades no productivas. Este concepto se ha convertido en una cuestión prioritaria a nivel internacional en lo que a envejecimiento se refiere, con numerosos informes y recomendaciones surgidos en las últimas décadas que destacan las oportunidades que generan a nivel económico y social.

A pesar de su potencial, la economía plateada también enfrenta desafíos significativos, como la necesidad de abordar estereotipos y actitudes edadistas, la necesidad de inversión en innovación para satisfacer las necesidades cambiantes de la población mayor y la adaptación de los mercados laborales a una fuerza laboral envejecida.

Es interesante que investigaciones futuras puedan profundizar en las preferencias de las personas mayores, especialmente en lo que respecta al uso del tiempo libre. Existe escasa bibliografía disponible que analice este aspecto, lo que es particularmente relevante dado que, como se ha mencionado en varias ocasiones a lo largo del estudio, el grupo de personas mayores es heterogéneo.

En definitiva, una sociedad longeva supone un éxito principalmente de las políticas sanitarias y los avances médicos, un reto para las políticas de activación de las personas mayores, pero también una oportunidad para la sociedad y para el sector económico a través del desarrollo de la economía plateada. Un trabajo coordinado entre la administración, el sector público, la academia y la sociedad civil para continuar ofreciendo respuestas a los desafíos de la longevidad será clave para lograr un envejecimiento activo.

1. Introducción

En las últimas décadas el aumento de la esperanza de vida se ha convertido en uno de los principales desafíos sociales, pero también económicos, tanto a nivel global como en España en particular por el envejecimiento de nuestra población. Una población longeva es un logro de toda la sociedad. Es la consecuencia de avances científicos, pero también sociales y económicos, así como de cambios en nuestros hábitos.

Según datos de 2022, en España, las personas de 65 años o más alcanzaron la cifra de 9.527.265, lo que representa un 20% de la población total del país. Siguiendo las estimaciones del Instituto Nacional de Estadística, se prevé que en 2050 este grupo represente un 31% del total de la población. En cuanto a la esperanza de vida, en 2021 era de 80,24 años para los hombres y 85,53 años para las mujeres, y se proyecta que en 2051 sea de 84,89 y 88,96 respectivamente. Por su parte, las personas de 80 años o más, que representaban el 6,1% de la población en 2021, se espera que pasen a ser el 11% de la población total en 2050, prácticamente el doble.

El incremento de la esperanza de vida se combina con una disminución de la natalidad durante las últimas décadas, que provoca a su vez una tasa de fecundidad coyuntural por debajo de la tasa de sustitución necesaria para estabilizar el tamaño de la población (sin contemplar la inmigración) y un aumento de la esperanza de vida al nacer.

Las personas viven más tiempo, pero también lo hacen con mejor salud, cada vez más formadas y con interés en llevar estilos de vida saludables, que les permitan mantenerse activas durante más tiempo.

En Europa, la mayoría de los Estados proporcionan desde hace años algún tipo de prestación económica en concepto de pensión, con el objetivo de hacer frente a las necesidades económicas de las personas cuando estas salen del mercado laboral. Sin embargo, con el aumento de la esperanza de vida y las mejoras sociales y económicas, la población ha empezado a demandar otras formas de protección que no estén limitadas a lo monetario. A su vez los gobiernos, conscientes de los desafíos de la longevidad, han reconocido la necesidad de adaptar sus actuaciones a nuevos grupos etarios mediante políticas de activación que se adapten a la realidad social.

A partir de la década de 1990 los gobiernos de los países europeos empezaron a trabajar de forma coordinada para dar respuesta a un fenómeno con importante incidencia en esta región, entendiendo la necesidad de un abordaje multinivel alejado de perspectivas paternalistas y de miradas (únicamente) desde la dependencia y la vulnerabilidad. Así, desde inicios del nuevo milenio han sido numerosos los posicionamientos, ya sea en forma de resoluciones, comunicaciones o informes, que se han elaborado por parte de organismos europeos e internacionales en lo que se refiere al cambio demográfico, sus retos y también sus oportunidades.

Dejamos atrás entonces abordajes que sitúan a la persona mayor como mera receptora de asistencia social para entender que nos encontramos frente a un grupo, en general, plenamente capacitado para identificar sus necesidades, expresar sus deseos y decidir la forma en

la que quieren envejecer. Como señala la Organización Panamericana de la Salud en su informe de referencia sobre la Década de Envejecimiento Saludable (2022), Las necesidades no se limitan únicamente a la atención o la capacidad de satisfacer las necesidades básicas; también se vinculan con el deseo de las personas de contribuir a la sociedad y alcanzar sus metas personales de bienestar.

La “teoría de la actividad” de Cavan (1962) señala que las personas mayores cuanto más activas están, mayor satisfacción muestran con su vida, en contraposición a la “teoría del desapego social” (Cumming y Henry, 1961) que entendía a las personas mayores como actores pasivos dentro del sistema, que llegada su edad de jubilación se adentraban en esta nueva etapa tomando un rol menos activo en sus actividades sociales y retirándose no solo del mercado laboral sino también de otras actividades a las que solían dedicar su tiempo.

Este diálogo teórico nos permite introducir el *envejecimiento activo* como un concepto que va dirigido a todos los grupos etarios, si bien con especial énfasis en las personas mayores, pero que tiene incidencia a lo largo de la vida. Va más allá de envejecer con salud e incluye aspectos sociales como el ocio, las relaciones con el entorno y la forma de convivencia, así como aspectos económicos como la participación en el mercado de trabajo o en otras actividades no remuneradas.

Envejecimiento activo y envejecimiento saludable

La Organización Mundial de la Salud definió en 1994 el envejecimiento saludable como “el proceso de fomentar y mantener la capacidad funcional que permite el bienestar en la vejez. La capacidad funcional refleja las capacidades físicas y mentales de una persona, los entornos que habita y las formas en que las personas interactúan con su entorno”. El objetivo del envejecimiento saludable es crear oportunidades que permitan a las personas llevar a cabo aquello que han valorado a lo largo de sus vidas.

Algunos años más tarde, en el contexto de la II Asamblea Mundial del Envejecimiento de Madrid 2002, la OMS da un paso más e incluye en su discurso el concepto de “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 a medida que las personas envejecen. Permite a las personas realizar su potencial de bienestar físico, social y mental a lo largo de todo su ciclo vital y participar en la sociedad de acuerdo con sus necesidades, deseos y capacidades, mientras que les proporciona protección, seguridad y cuidados adecuados cuando necesitan asistencia”. Los cuatro pilares básicos del envejecimiento activo son la participación, la seguridad, la salud y, como novedad, la OMS incluye el aprendizaje permanente.

En este cambio de paradigma pasamos de un envejecimiento centrado en la salud a un concepto de envejecimiento holístico, que contempla no sólo el hecho de envejecer saludablemente, sino también con calidad de vida desde una mirada social, económica y de realización personal. Sustituye la planificación estratégica desde un planteamiento “basado en las necesidades” a otro “basado en los derechos” (Limón Mendizabal, 2018).

En ocasiones, los conceptos de envejecimiento activo y de envejecimiento saludable son utilizados como sinónimos, si bien existen diferencias relevantes principalmente en su aproximación al rol social de las personas. Cabe destacar que ambos conceptos, independientemente de su enfoque, tienen un impacto positivo tanto en el individuo que envejece, así como también en el mercado laboral, la economía, la cohesión social y el fortalecimiento democrático.

Si bien el envejecimiento saludable y el envejecimiento activo han sido los dos conceptos que han tenido mayor relevancia en el discurso sobre envejecimiento, a lo largo de las décadas podemos encontrar otras definiciones como la de “envejecimiento productivo” (Butler y Gleason, 1985) o “envejecimiento satisfactorio o exitoso” (Havighurst, 1961; Rowe y Kahn, 1987), que han ayudado a repensar la idea de envejecimiento y avanzar hacia definiciones que rompen con las tradicionales ancladas en la vulnerabilidad y la dependencia.

Por último, no es menor destacar que envejecer activamente no necesariamente significa envejecer libre de problemas relacionados con la salud. La salud de las personas se deteriora conforme envejecen, esto es un hecho biológico contra el cual no podemos luchar, pero no significa una incapacidad para adoptar un enfoque activo del envejecimiento que garantice el bienestar a lo largo de la vida.

La longevidad en la política nacional e internacional

La longevidad y el envejecimiento poblacional son temas cada vez más relevantes en la agenda política internacional y también nacional. Un hito en este sentido es la I Asamblea Mundial sobre Envejecimiento, celebrada en Viena en 1982, cuyo Plan de Acción sentó las bases para el abordaje de las políticas públicas sobre envejecimiento. Años más tarde, en 1991, la ONU aprobó los Principios a favor de las Personas Adultas Mayores, incluyendo cuestiones como la independencia, la participación, los cuidados, la autorrealización y la dignidad de las personas.

En 1999 se celebró el Año Internacional de las Personas de Edad, que propició la investigación y la acción en materia de políticas públicas destinadas a las personas mayores bajo el lema “una sociedad para todas las edades”. Se abordaron cuatro dimensiones centrales: el desarrollo individual durante toda la vida, las relaciones multigeneracionales, la relación mutua entre el envejecimiento de la población y el desarrollo, y la situación de las personas de edad.

La II Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento de Madrid celebrada en 2002, dio lugar a la definición del Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el Envejecimiento. Este Plan supuso un punto de inflexión en cuanto al abordaje del reto demográfico, ya que por primera vez se vincula el envejecimiento a otros ámbitos como el desarrollo social y económico y los derechos humanos, además de hacerse oficial el concepto de “envejecimiento activo”. El Plan de Acción se centró en tres ámbitos prioritarios: las personas de edad y el desarrollo, el fomento de la salud y el bienestar en la vejez y la creación de un entorno propicio y favorable para el envejecimiento.

La Comunicación de la Comisión Europea “El futuro demográfico de Europa: transformar un reto en una oportunidad” (2006) destacó que el envejecimiento de la población es un reto al que se puede dar respuesta

si sabemos sacar el máximo provecho de las oportunidades que unas vidas más longevas, más productivas y en un mejor estado de salud ofrecen. A su vez, se puso énfasis en que el origen del problema no es en sí la longevidad, sino la incapacidad de las políticas para adaptarse a la nueva situación demográfica y a la reticencia de las empresas y de los ciudadanos a modificar sus expectativas y comportamientos. Algunas de las respuestas a ese entonces futuro demográfico apuntaban a promover el trabajo durante más tiempo y a ofrecer a los agentes económicos europeos las mejores condiciones para aprovechar las oportunidades que ofrece el cambio demográfico en términos de bienes y servicios.

Un año más tarde, el Consejo Europeo y los Representantes de los Estados miembros adoptaron una resolución sobre “Las oportunidades y los retos del cambio demográfico en Europa: la contribución de las personas mayores al desarrollo económico y social”, en la que se destaca la necesidad de aumentar las posibilidades de participación de las personas mayores, así como la importancia de fomentar una imagen pública positiva de éstas. Se hace referencia también a la “economía planteada” como una nueva oportunidad económica creada por la creciente demanda de bienes y servicios por parte de las personas mayores y se insta a la Comisión a crear las condiciones apropiadas para abrir nuevos mercados y aprovechar las oportunidades que ofrece dicha economía.

El Parlamento y el Consejo Europeo declararon el 2012 como el Año Europeo del Envejecimiento Activo y de la Solidaridad Intergeneracional y en 2020 la Comisión Europea presentó un informe sobre los efectos del cambio demográfico, que dio lugar a la publicación en 2021 del Libro Verde Sobre el Envejecimiento, que nuevamente pone énfasis en la necesidad de convertir este reto en nuevas oportunidades tanto para la economía como para la sociedad.

La Comisión Económica de las Naciones Unidas para Europa celebra cada cinco años la Conferencia Ministerial sobre Envejecimiento. Uno de los documentos más recientes resultado de la última Conferencia es la Declaración Ministerial de Roma 2022 “Un Mundo Sostenible para Todas las Edades: Uniendo Fuerzas para la Solidaridad y la Igualdad de Oportunidades a lo Largo de la Vida”, que nuevamente destacó la necesidad de promover el envejecimiento activo y saludable a lo largo de la vida y de aprovechar las oportunidades que una sociedad longeva puede ofrecer.

Por último, resulta destacable que el periodo del 2021 al 2030 ha sido declarado como la Década de las Naciones Unidas sobre Envejecimiento Saludable (OMS, 2021) centrándose en cuatro esferas de acción: cambiar nuestra forma de pensar, sentir y actuar con respecto a la edad y el envejecimiento; desarrollar las comunidades de forma que se fomenten las capacidades de las personas mayores; prestar una atención integrada y servicios de atención primaria de salud que respondan a las necesidades de las personas mayores y proporcionar a las personas mayores que lo necesiten acceso a atención a largo plazo.

En nuestro país debemos destacar el Libro Blanco del Envejecimiento (IMSERSO, 2010) como documento de referencia en cuanto a políticas de envejecimiento activo en España. Su objetivo fue diagnosticar la situación de las personas mayores para abordar el fenómeno de la longevidad. Más recientemente, se impulsó la Estrategia Nacional de Personas

Mayores para un Envejecimiento Activo y para su Buen Trato 2018-2021 del Consejo Estatal de las Personas Mayores, que recoge propuestas que desarrollan el contenido de las orientaciones de la UE en materia de envejecimiento activo. En esta Estrategia se establecen cinco líneas de actuación relativas a mejorar el trabajo de las personas mayores y alargar su vida laboral, promover la participación en la sociedad y en sus órganos de decisión, facilitar una vida saludable e independiente en entornos adecuados y seguros, asegurar la no discriminación, la igualdad de oportunidades y la atención a las situaciones de mayor vulnerabilidad y evitar el maltrato y los abusos a las personas mayores.

La longevidad en la política nacional e internacional

El Índice de Envejecimiento Activo (AAI) es una iniciativa conjunta de la Comisión Europea, la Comisión Económica de Naciones Unidas para Europa y el Centro Europeo de Política e Investigación sobre Bienestar Social de Viena que surge en 2012 al finalizar el Año Europeo del Envejecimiento Activo y de la Solidaridad entre Generaciones. El AAI promueve un análisis comparativo a través de 22 indicadores agrupados en cuatro categorías: el nivel de vida independiente, saludable y segura de las personas mayores, su participación en el empleo remunerado, la participación en la sociedad y la capacidad para envejecer activamente.

El AAI define de forma más amplia el envejecimiento activo de lo que lo hace la propia OMS y lo entiende como “la situación en la que las personas siguen participando en el mercado laboral, así como en otras actividades productivas no remuneradas y viven vidas saludables, independientes y seguras a medida que envejecen”. Se incluye así una dimensión económica que no estaba contemplada en la definición de 2002. El AAI tiene como objetivo principal demostrar el potencial que tiene el envejecimiento activo, además de ser un recurso para la definición de políticas públicas basadas en la evidencia.

Gracias a sus cuatro ámbitos de análisis¹ es posible agrupar a los países en cuatro clusters diferenciados por colores (verde, rojo, amarillo y azul). España corresponde al grupo verde, compuesto por Estados miembros de Europa Central y del Mediterráneo que se enfrentan a retos en todos los ámbitos analizados, pero especialmente en la participación social. Según este índice, España se encuentra ubicada en términos generales dos puntos por debajo de la media europea (33,7 puntos respecto a 35,7), muy por debajo en cuanto a empleo y ligeramente por encima en cuanto a vida independiente, saludable y segura y en entorno favorable al envejecimiento activo.

La edad como concepto delimitador

Cómo se define un momento exacto en el cual una persona pasa a ser considerada mayor o cuándo se atraviesa la barrera a la vejez depende de factores diversos de tipo social, cultural y económico. Por ejemplo, en el caso español, coincidiendo también con lo estipulado por la UE, solemos definir los 65 años como la edad a partir de la cual consideramos a alguien mayor. Esto viene derivado de la estandarización del sistema de pensiones, que se ha utilizado también para definir la edad a la que una persona entra en la vejez, aunque de sobra está decir que es una barrera más que obsoleta.

¹ Más información sobre el Índice de Envejecimiento Activo disponible en su página web: <https://statswiki.unece.org/display/AAI/Active+Ageing+Index+Home>

Las estadísticas, los estudios e incluso muchas de las políticas públicas dirigidas a personas mayores tienden a agruparlas en un colectivo uniforme a partir de los 65 años, pero conforme aumenta la esperanza de vida este grupo se vuelve cada vez más diverso y su homogeneización no permite abordar sus necesidades de forma adecuada. En este sentido, un reciente estudio del Instituto Santalucía (2023) ha diferenciado cuatro etapas en la vida sénior. Una primera etapa es la llamada “década incierta” que va de los 55 a los 64 años y que se caracteriza por las transiciones laborales, fases de inactividad (normalmente no deseadas) y por ende cierto desánimo. Una segunda etapa de los 65 a los 74 años llamada “la década dorada” marcada principalmente por la jubilación y la disponibilidad de mayor tiempo libre y de recursos económicos y buena salud para disfrutarlo. La tercera etapa es “la década decisiva” de los 75 a los 84 años, donde la salud física, mental y financiera tienen un papel decisivo. La última etapa, la de “los años serenos” va de los 85 años en adelante, durante la cual la dependencia de terceros y la vulnerabilidad física y/o cognitiva ganan protagonismo.

Por su parte, el Libro Verde sobre el Envejecimiento (2021) asume un enfoque basado en el ciclo vital, que tiene en cuenta el hecho de que la definición de las etapas tradicionales de educación y formación, trabajo y jubilación, son cada vez más flexibles. Incluso hay estudios que proponen que la vejez sea un “umbral móvil” (Pujol y Abellán, 2016), que comenzaría en el momento en que la esperanza de vida restante fuese de 15 años.

Es evidente que el paso a la vejez no puede ser definido tan solo por la edad cronológica, ya que está condicionada por otros factores tanto sociales como individuales. Aún así, no podemos perder de vista que una segmentación en grupos etarios nos ayuda a analizar las necesidades y potencialidades de cada uno y definir mejores políticas, productos y servicios.

Edadismo

El edadismo es un concepto que, si bien no es nuevo, ha ganado protagonismo en las últimas décadas. El término fue acuñado por el gerontólogo estadounidense Robert Butler en 1969 para hacer referencia a la discriminación que sufren las personas por su edad y los estereotipos y prejuicios que la rodean.

Comúnmente se asocia la vejez o la llegada a determinada edad con la pérdida de autonomía, lo cual lleva a algunos sectores a justificar cierta vulneración de los derechos de las personas mayores, principalmente aquellos relacionados con su capacidad de decisión. La escasa visibilidad que tienen las personas mayores, especialmente aquellas con algún tipo de discapacidad, en las estadísticas o los estereotipos con los que se muestran a estos grupos en los medios de comunicación refuerzan estas actitudes.

En 2021, la OMS publicó el primer informe mundial sobre edadismo y lo definió como los estereotipos (lo que pensamos), los prejuicios (cómo nos sentimos) y la discriminación (cómo actuamos) hacia las personas debido a su edad. El edadismo puede ser institucional (leyes, reglas, normas sociales, políticas y prácticas institucionales), interpersonal (interacción con el entorno) o autoinfligido (interiorizado por la persona).

Entre las formas de discriminación más habituales hacia las personas mayores encontramos la discriminación en el entorno laboral, en el

acceso a productos y servicios financieros, en la atención sanitaria y el diagnóstico de enfermedades y en la educación a lo largo de la vida. Esta discriminación convive con otras, ya sea por razón de género o etnia, por ejemplo, por lo que no debemos perder de vista la interseccionalidad que el propio edadismo tiene.

Según el informe antes mencionado, el edadismo tiene consecuencias graves para la salud, el bienestar y la calidad de vida y los derechos humanos de las personas. Se asocia con una menor esperanza de vida, una salud física y mental más deficiente, una recuperación más lenta en casos de enfermedades crónicas, una peor vivencia de la discapacidad, aumento del aislamiento social y la soledad, un deterioro cognitivo y mayor inseguridad económica para las personas que lo sufren de forma individual, así como un coste económico para la sociedad.

Mujeres y longevidad

El envejecimiento en el caso de las mujeres presenta una serie de características y desafíos particulares. De hecho, la Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de hombres y mujeres reconoce a las mujeres mayores como un colectivo de especial vulnerabilidad. La división sexual del trabajo y la discriminación por motivos de género a la que están expuestas a lo largo de su vida tienen un impacto fundamental cuando llegan a la edad de jubilación.

El trabajo no remunerado que realizan las mujeres a lo largo de su vida, como las tareas de cuidado, las convierte en económicamente dependientes de sus parejas en la etapa de la vejez. Estas tareas de cuidado siguen recayendo en ellas conforme se hacen mayores, convirtiéndolas en cuidadoras de sus nietos, a veces también de sus padres y madres e incluso de sus cónyuges. La sobrecarga de responsabilidades acumulada afecta de forma negativa a su calidad de vida. Si bien las mujeres tienen una mayor esperanza de vida al nacer, su esperanza de vida con buena salud es menor en comparación con los hombres, es decir, las mujeres viven más, pero los hombres viven mejor. Esto queda evidenciado cuando observamos los datos de esperanza de vida en buena salud que se construye analizando tanto morbilidad crónica como salud autopercebida. Según este indicador, el cual se encuentra recogido al final de este estudio, más del 55% del tiempo que resta por vivir a los hombres mayores de 65 años lo harán con buena salud, mientras que para las mujeres este porcentaje disminuye diez puntos porcentuales, a algo más del 45% (EUROSTAT, 2021).

Un informe de HelpAge Internacional (2021) menciona, entre las dificultades y desigualdades que afrontan las mujeres mayores, una mayor dependencia económica y riesgo de pobreza, las consecuencias de la violencia de género en la salud física y mental, menor acceso a los servicios de salud, peores diagnósticos y tratamientos inadecuados, mayor riesgo de soledad, de falta de apoyos y de cuidados y, por último, invisibilidad, infravaloración e infrarrepresentación. Así pues, el envejecimiento activo es menor en las mujeres en relación con los hombres, debido a su dedicación familiar, las barreras culturales, la falta de apoyos sociales y la baja autoestima (Sirgo Álvarez, 2022).

A pesar de habernos centrado particularmente en las situaciones de desigualdad y vulnerabilidad que afectan a las mujeres mayores, también

se ha identificado que en la vejez las mujeres suelen ser más participativas en entornos sociales (Rodríguez, et. al. 2018), lo que supone una oportunidad para la realización personal en esta nueva etapa. Las mujeres mayores llegan en muchos casos con expectativas renovadas y el hecho de haber tenido que afrontar muchas y muy diversas dificultades a lo largo de la vida hace que la resiliencia y la capacidad para sobreponerse a las dificultades sean rasgos muy presentes en las mujeres mayores (Mora Sánchez, 2021).

También es importante destacar el papel que desempeñan en la economía de la longevidad. Las mujeres mayores son proporcionalmente más que los hombres, gran parte de la economía doméstica pasa por ellas y, puesto que alcanzan edades más avanzadas, representan una significativa proporción del mercado de los cuidados de larga duración y del gasto entre la población mayor.

El concepto de *Silver Economy* o economía plateada

En contraste con ciertos discursos alarmistas persistentes en una parte de la sociedad en lo que se refiere al cambio demográfico y la longevidad, desde hace algunos años actores de diferentes perfiles, ya sea del espectro político, empresarial, social o académico, han identificado el potencial económico del aumento de la esperanza de vida.

Del mismo modo que ha sucedido con el concepto de envejecimiento activo, en los últimos años han sido reiterados los posicionamientos emitidos por organismos internacionales que comenzaron a utilizar un nuevo concepto para referirse al potencial del envejecimiento en términos económicos, el de la economía plateada, y que han animado a los Estados a facilitar los entornos para que esta economía pueda desarrollarse. Hablar de economía plateada ha generado también un viraje en el discurso político en torno a la vejez, poniendo el foco en las oportunidades de crecimiento económico y no únicamente en el gasto.

La economía plateada se define como “la suma de toda actividad económica al servicio de las necesidades de las personas mayores de 50 años, incluyendo tanto productos y servicios adquiridos, como la actividad económica adicional que este gasto genera” (Comisión Europea, 2018).

El perfil de consumidor sénior es diferente al resto de grupos etarios y ha ido cambiando en los últimos años conforme ha aumentado la esperanza de vida. El sistema de pensiones ha garantizado cierta estabilidad económica para este colectivo, lo cual sumado a más años de salud genera nuevas necesidades en torno al ocio, la vivienda y los cuidados, necesidades que se tornan más complejas conforme más avanzada es la edad.

No obstante, la economía plateada va más allá de la oferta y la demanda de bienes y servicios enfocados a las personas mayores, incluyendo la aportación económica que estas personas hacen a la sociedad en cuanto a experiencia profesional, trabajo de cuidados no remunerado o voluntariado.

Objetivos del estudio

El proceso de envejecimiento es único y se transita de forma diferente por cada persona, incluso por una misma persona a lo largo de su vida. Un estudio de 2018 (Rodríguez, et al.) que analiza la interpretación que hacen las personas mayores en España del envejecimiento activo señaló que, si bien las personas mayores no definen claramente el envejecimiento activo, sí que identifican los factores condicionantes de éste y

sus beneficios. Este estudio pretende poner el foco de manera individual en dichos factores para abordar la importancia de diseñar políticas de activación efectivas para las personas mayores y las oportunidades que ofrece una sociedad longeva, tanto en términos sociales como económicos. Para ello, se analizan también las posibilidades en términos económicos que ofrece la economía planteada en España y la aportación de las personas mayores de 65 años al conjunto de la sociedad a través del envejecimiento activo.

Teniendo en cuenta ese marco general, este estudio se plantea dos objetivos específicos:

- En primer lugar, una aproximación teórica a los aspectos económicos y sociales vinculados al envejecimiento en las sociedades desarrolladas. Esta aproximación se centra, especialmente, en la reorientación de las políticas públicas de mayores hacia aquellas que promocionen la vida activa y saludable con énfasis en las oportunidades económicas generadas por un aumento de la población con más edad y la consideración del sector de cuidados a los mayores como un elemento generador de actividad económica en términos de puestos de trabajo, cotizaciones sociales e ingresos fiscales. La aproximación teórica arranca de una revisión en profundidad de la literatura especializada más reciente de las disciplinas de la Economía y la Sociología y propone un marco para las políticas activas de mayores basado en el concepto de inversión social.
- En segundo lugar, un análisis estadístico de las variables más importantes referidas a la actividad económica y social de la población mayor en la Unión Europea. Para este análisis se utilizan microdatos de dos bases de datos de EUROSTAT que contienen información sobre todos los países de la Unión Europea: EU-SILC (*European Union Survey on Income and Living Conditions*) y EHIS (*European Health Interview Survey*).

Para dar respuesta a los objetivos previamente descritos, este trabajo se divide en tres apartados. En el primero veremos diferentes políticas de activación de las personas mayores divididas en una serie de bloques temáticos. En el segundo bloque nos centraremos en las oportunidades desde el punto de vista de la economía planteada que ofrece el crecimiento de la población mayor, en línea con los ámbitos de activación descritos en el apartado anterior. Además de describirse la evolución y las tendencias de la economía planteada a nivel nacional e internacional, se analizan las principales características del tipo de consumidor sénior para luego dar paso a las principales oportunidades de negocio identificadas. Estas son los servicios de cuidado y asistencia, las oportunidades en torno a la vivienda, el espacio público y la movilidad, las posibilidades del mercado para la formación continua y la capacitación digital, el emprendimiento sénior, las oportunidades para la oferta de ocio y turismo sénior y por último las opciones de servicios financieros para este segmento de la población. En el tercer apartado presentamos un sistema de indicadores sobre la población mayor en España que replica los datos recogidos en el Active Ageing Index, cruzados con diversas variables con el objetivo de aportar un mayor conocimiento de la situación en el caso español y ofreciendo una comparativa con los países vecinos.

Por último, en el apartado de conclusiones sintetizamos las cuestiones más relevantes del informe, identificando, además, áreas con potencial para investigaciones futuras.

2. Políticas de activación de las personas mayores

2.1. Envejecimiento saludable: prevención y promoción de la salud en la población mayor

La longevidad ofrece nuevas oportunidades, no solo económicas, sino también de realización de un proyecto de vida en una nueva etapa. Sin embargo, la base para poder disfrutar de las posibilidades que se abren es tener una buena salud. La salud es el aspecto más valorado por parte de las personas mayores, por encima incluso de la seguridad económica, y es uno de los determinantes del envejecimiento activo. No podemos hablar de prolongar nuestra vida laboral, de hacer turismo o de dar paso a nuevas aficiones y proyectos si no disponemos de salud para hacerlo. Afortunadamente, gracias a los avances en la medicina, en la actualidad es posible disfrutar de una mayor longevidad con un nivel considerable de buena salud, lo cual no implica necesariamente una ausencia total de enfermedades, pero sí una situación en la que se conservan en gran medida las capacidades funcionales.

España se encuentra entre los países con mayor esperanza de vida a nivel mundial, destacando también por contar con una mayor esperanza de vida saludable. Para los hombres la esperanza de vida con buena salud a los 65 años es del 55,7%, lo que significa que pueden esperar vivir un 55,7% del tiempo restante en buen estado de salud, mientras que para las mujeres este porcentaje se sitúa en un 45,5% (véase el indicador 4.2. Proporción de esperanza de vida sana a la edad de 65 años, de este estudio). Según datos de la Encuesta Nacional de Salud (INE, 2017), un 54,7% de las personas de entre 65 y 74 años consideran su estado de salud como muy bueno o bueno; este porcentaje es de un 36,6% entre quienes tienen de 75 a 84 años y se reduce en aproximadamente 4 puntos porcentuales entre los mayores de 85 años. Estos datos se presentan más pesimistas en el caso de las mujeres, quienes manifiestan una percepción de su salud peor que en el caso de los hombres para todos los grupos de edad antes mencionados.

Es importante destacar que estos datos se refieren al estado de salud subjetivo, a cómo se encuentran las personas mayores. El estado de salud objetivo es difícilmente cuantificable ya que existen afecciones, como por ejemplo las pérdidas de vista y oído y las alteraciones de cualquier tipo en la dentadura, en la boca en general o en la piel, de las cuales las personas mayores apenas se quejan, puesto que han sido educadas para asimilar que determinadas alteraciones no son sino producto de la edad, por tanto inevitables (IMSERSO, 2011).

Según la definición de la OMS (2015), envejecer saludablemente consiste en desarrollar y mantener la capacidad funcional, la cual viene determinada por la capacidad intrínseca de la persona, por las características del entorno en el que vive y por las interacciones entre ambos.

Así pues, el envejecimiento saludable viene determinado en parte por nuestra genética y, en otra parte, incluso más importante, por nuestro entorno y los hábitos que adquirimos a lo largo de la vida.

Si bien diferentes estudios destacan que nunca es tarde para comenzar un estilo de vida saludable, existen algunos factores clave que contribuyen a un envejecimiento saludable y que no debemos esperar a estar en una edad avanzada para tenerlos en cuenta. Entre los más recurrentes encontramos el dejar de fumar, no consumir alcohol en exceso, realizar ejercicio físico de manera habitual y priorizar una alimentación basada en la dieta mediterránea, donde predominan los alimentos de origen vegetal.

Pero hay determinantes sociales y del entorno que escapan del control de las personas y que pueden afectar negativamente a su salud. Un análisis de 26 estudios longitudinales en diferentes países (Ageing Trajectories of Health, 2020), incluido España, sobre trayectorias de envejecimiento saludable, demostró que los niveles de educación y renta afectaron la puntuación que obtienen las personas. Quienes presentaban menor nivel educativo y menor renta, realizaban menos actividad física, tenían más probabilidades de haber fumado alguna vez y mayor probabilidad de encontrarse en las categorías de su capacidad funcional definidas como “baja estable” o de “declive acelerado” que en las de “alta estable”.

En esta línea, vemos que menos de una tercera parte (32,4 %) de las personas mayores pertenecientes al primer quintil de renta (el 20 % de la población con los ingresos más bajos) perciben su salud como buena o muy buena, frente al 54,7 % de las personas mayores pertenecientes al 20% de la población con los ingresos más elevados (Eurostat, 2019).

En la introducción se ha destacado la importancia de ser conscientes de la heterogeneidad dentro del grupo de personas mayores de 65 años. En cuanto a las necesidades relacionadas con la salud, se observa que entre las personas más jóvenes de este segmento, quienes en general mantienen una buena capacidad intrínseca, existe una prioridad en lo referente al envejecimiento activo y poder realizar actividades que promuevan la salud y la actividad física y que les ayuden a prevenir y/o retrasar la aparición de enfermedades degenerativas. Por otro lado, entre las personas de mayor edad, las necesidades se centran en el apoyo en situaciones de dependencia, en la atención específica requerida para abordar los problemas de salud que aparecen con el paso de los años y en retrasar al máximo el deterioro de su capacidad intrínseca.

La mayoría de los problemas de salud que afectan a las personas de edad avanzada son enfermedades no transmisibles de tipo crónico que suelen tener un impacto significativo en su independencia y capacidad funcional. Un ejemplo de ello son los trastornos osteomusculares con gran incidencia en la aparición de limitaciones funcionales, o la disminución de la capacidad auditiva y visual, que pueden generar aislamiento social por las dificultades que suponen para la comunicación. Muchas de estas enfermedades se pueden prevenir o en todo caso retrasar su aparición si se detectan de forma temprana y se mantienen hábitos saludables. En este sentido, el Consejo Estatal de Personas

Mayores (2018) destaca como una prioridad establecer programas de detección precoz del deterioro funcional, la fragilidad y enfermedades. El plan de acción de Madrid 2002 consideraba como una de las prioridades la necesidad de proporcionar a las personas mayores el mismo acceso a la atención preventiva y curativa y a la rehabilitación de la que gozan otros grupos etarios, pues está demostrado que el edadismo tiene incidencia directa en la calidad de vida y en la salud de las personas mayores que lo sufren.

Es interesante destacar a modo de ejemplo el caso de la salud sexual, donde las personas mayores tienden a ser víctimas de conductas edadistas por parte de los sistemas sanitarios. El tabú que las personas en edades más avanzadas pueden sentir en el momento de realizar consultas médicas contribuye a que no reciban la atención necesaria y puedan sufrir enfermedades de transmisión sexual sin ningún tipo de tratamiento. Estas conductas edadistas en cuanto a la salud sexual se ven acentuadas en el caso de las mujeres mayores, ya que su sexualidad desde el punto de vista sanitario está directamente relacionada con su etapa fértil. En consecuencia, llegadas a determinada edad se tiende a desatender las cuestiones referentes a su salud sexual.

Siguiendo con el caso concreto de las mujeres, se observa una percepción peor de su salud en comparación con los hombres y su mayor esperanza de vida está asociada con un mayor deterioro de la salud. Es importante destacar que las mujeres mayores a menudo reciben una atención médica deficiente debido a que muchos patrones de “normalidad” y de sintomatología de muchas enfermedades siguen estando basados en datos exclusivamente masculinos (Mora Sánchez, 2021).

Un sistema de salud adaptado a las necesidades de una sociedad longeva

Los sistemas sanitarios actuales, tal y como hoy están definidos, han quedado obsoletos y no se adecuan a las necesidades específicas de una población longeva. Son en esencia sistemas reactivos, que se centran en el tratamiento de enfermedades específicas, pero no están diseñados para atender las necesidades de las personas mayores, que padecen principalmente enfermedades crónicas no transmisibles y comorbilidades.

La OMS (2015) destaca entre uno de los determinantes para un envejecimiento activo la necesidad de tener unos sistemas sanitarios con una perspectiva del ciclo vital completo, orientados a la promoción de la salud y la prevención de las enfermedades, así como la importancia del acceso equitativo tanto a la atención primaria como a la asistencia de larga duración y de calidad, entendiéndose que envejecer de forma saludable es un ejercicio a lo largo de la vida.

Las personas mayores son las principales usuarias de los servicios de atención primaria, siendo estos su acceso de referencia al sistema sanitario. Este grupo de población presenta también los mayores porcentajes de ingresos y reingresos hospitalarios debido principalmente a enfermedades circulatorias y respiratorias, siendo sus estancias más prolongadas y con mayores complicaciones de salud. Está demostrado que cuando las personas entran en un círculo de hospitalizaciones, si además estas requieren de estancias largas, su salud se deteriora rápidamente y de forma considerable (Carrasco Paniagua, et al., 2022).

En este sentido, los servicios de atención primaria juegan un rol fundamental tanto en la promoción como en la prevención de la salud, así como en el diagnóstico precoz y la derivación temprana. La atención primaria eficiente, capaz de adoptar una mirada holística y multidisciplinar de la salud de las personas mayores es clave, pues permite detectar necesidades relacionadas tanto con su salud física como con su salud psicosocial, evitando hospitalizaciones innecesarias y proporcionándoles sensación de cercanía y seguridad.

Es importante tener en consideración las desigualdades estructurales de la sociedad, que llevan a que colectivos en situación de vulnerabilidad tengan menor acceso a los recursos sanitarios, lo cual impacta de forma negativa en la vejez. En un informe sobre la discriminación por edad en España (HelpAge, 2020) se señalan tres aspectos clave que afectan a cómo las personas mayores acceden a los sistemas de salud. Estos son las conductas edadistas del propio sistema a la hora de tratar a las personas mayores, así como el acceso a la información y la configuración del sistema de salud que presenta carencias para atender enfermedades crónicas y comorbilidades.

La dependencia en las personas mayores

Llegar a edades avanzadas también supone mayor probabilidad de padecer enfermedades o afecciones relacionadas con el paso de los años. A partir de los 65 años se observa un aumento significativo de personas con discapacidad, siendo este declive de la capacidad funcional especialmente relevante entre las personas de 75 años o más.

Las discapacidades predominantes entre las personas mayores son las relacionadas con la movilidad, la vida doméstica y el cuidado personal, observándose notables variaciones en estos patrones según la franja de edad. A modo de ejemplos, las discapacidades que afectan a la movilidad representan aproximadamente el 55% del total de personas con discapacidad en el grupo de 65 a 79 años. No obstante, este porcentaje aumenta en diez puntos porcentuales cuando se trata de personas mayores de 80 años. En relación con las limitaciones en las tareas domésticas, el porcentaje se eleva del 50,5% al 64,5% en los mismos grupos de edad. Sin embargo, la disparidad más destacada se encuentra en las discapacidades relacionadas con el autocuidado: la incidencia se incrementa significativamente, pasando del 25,7% en personas de 65 a 79 años al 48,5% en individuos mayores de 80 años.

La dependencia va ligada principalmente a enfermedades crónicas que limitan la capacidad funcional de las personas y su capacidad de realizar las actividades de la vida diaria con independencia. Entre las personas mayores de 65 años es más frecuente la aparición de más de un tipo de discapacidad a la vez, especialmente a partir de los 80 años y siendo más habitual en las mujeres que en los hombres. Siguiendo con la situación particular de las mujeres, las mayores diferencias en la incidencia de la dependencia por sexo se comienzan a observar a partir de los 70 años en adelante. Dado que las mujeres tienen mayor esperanza de vida que los hombres, esta longevidad se correlaciona con un mayor riesgo de dependencia en las edades más avanzadas.

Existe un patrón de cuidados de larga duración bien definido (IM-SERSO, 2011): las mujeres dependientes son cuidadas por sus hijas, y si mantienen el estatus de casadas, por sus hijas y marido. Los hombres

dependientes son cuidados, en primer lugar por su mujer, pues la mayoría están casados, y en segundo lugar por su hija. En cualquiera de los escenarios, las mujeres son las principales cuidadoras de las personas con dependencia de su familia, lo que supone un deterioro adicional de su salud a lo largo de la vida.

Nutrición y actividad física

Conforme las personas envejecen, las necesidades nutricionales pueden cambiar debido a cambios en el metabolismo, alteraciones en la composición corporal o en la correcta absorción de nutrientes derivada de trastornos en la salud. Por ejemplo, en el caso de las personas mayores es necesario especialmente que haya una correcta ingesta de calcio y vitamina D, así como una buena hidratación, puesto que su sensación subjetiva de sed es menor (IMSERSO, 2011).

El riesgo de deshidratación o de malnutrición aumenta entre las personas mayores, muchas veces relacionado con la falta de compañía y la pérdida de motivación para cocinar, o por una pérdida de la capacidad funcional de la persona que le dificulta llevar a cabo ciertas actividades de la vida diaria como realizar la compra o preparar alimentos.

Es frecuente en las personas mayores encontrar quienes padecen de problemas de movilidad del tracto digestivo y disminución de la salivación, así como quienes presentan problemas derivados del consumo de medicamentos para tratar ciertas enfermedades como la diabetes, la hipertensión o las enfermedades cardíacas (IMSERSO, 2011). Esto puede derivar en posibles problemas para tener una correcta alimentación y para asimilar los nutrientes necesarios.

Estas alteraciones en el metabolismo o en los hábitos alimentarios, sumadas también a vidas más sedentarias, pueden dar lugar a sobrepeso en las personas mayores, una tendencia cada vez más preocupante, ya que según la Encuesta Europea de Salud de 2020 un 19,3% de personas con 65 o más años tiene obesidad en España y otro 42,4% tiene sobrepeso. Estas patologías pueden aumentar el riesgo de sufrir otro tipo de enfermedades, como son la diabetes o la hipertensión, además de dificultar la movilidad de las personas entrando así en un círculo vicioso: a mayor sedentarismo, mayor probabilidad de sufrir sobrepeso y por ende mayor dificultad para realizar actividad física.

Un estudio sobre la interpretación que hacen las personas mayores sobre el envejecimiento activo (Rodríguez, et. al. 2018) muestra que estas identifican el ejercicio físico principalmente con mantener un buen estado corporal con actividades aeróbicas como caminar o andar y mantener la mente activa con ejercicios de estimulación de la memoria y actividades cognitivas. La mayoría de las personas mayores tienen la firme convicción de que el ejercicio físico desempeña un papel fundamental en la regulación de problemas como el colesterol y trastornos circulatorios. Además, establecen una conexión significativa entre la actividad física y el componente social inherente a estas prácticas.

El ejercicio físico en las personas mayores ofrece numerosos beneficios. En primer lugar, contribuye a mantener una buena masa muscular y estabiliza la densidad mineral ósea, lo que ayuda a prevenir la aparición y el desarrollo de la osteoporosis. Además, las personas mayores que realizan ejercicio físico tienen menos probabilidades de sufrir caídas y

cuando lo hacen, el daño que se origina es menor. La actividad física también mejora la capacidad aeróbica, reduce el riesgo de enfermedades cardiovasculares y otros factores de riesgo asociados, ayuda a prevenir enfermedades como la diabetes y la obesidad, reduce las tasas de depresión y ansiedad y favorece un mejor funcionamiento cognitivo. Así mismo el ejercicio físico favorece la rehabilitación articular, respiratoria, traumatológica, vascular, etc. y, en general, mejora la calidad de vida de las personas mayores (IMSERSO, 2011).

La importancia de la salud bucodental

Las enfermedades y problemas bucodentales como la periodontitis, las caries dentales y la pérdida de piezas dentales son extremadamente comunes entre las personas mayores, especialmente entre aquellas que crecieron en época de guerra y postguerra y que, como consecuencia, sufrieron de malnutrición mientras estaban en pleno desarrollo.

A pesar de suponer una clara afectación en su capacidad funcional, el deterioro de la salud bucodental está asociado e interiorizado por las personas mayores como parte natural del envejecimiento, lo que lleva a que no suelen buscar atención médica en caso de pérdida de piezas o afecciones en la boca.

Aunque pueda ser percibida como una problemática secundaria, incluso estética, las afecciones bucodentales tienen múltiples consecuencias. En primer lugar, desde una perspectiva funcional, la falta de dientes o el dolor en las encías puede dificultar la ingesta de alimentos, lo que lleva a las personas a optar por alimentos más blandos o líquidos que probablemente no le aporten todos los nutrientes necesarios para mantener una buena salud, derivando en problemas de malnutrición.

En segundo lugar, desde una perspectiva estética, la pérdida de piezas dentales puede generar complejos en la persona y afectar su autoestima, lo que reduce su disposición para entablar conversaciones con desconocidos y socializar con confianza en su entorno, hecho que puede derivar en aislamiento social.

La salud mental y el bienestar emocional de las personas mayores

Las personas mayores están marcadas por sucesos vitales especialmente vinculados a su edad, como es la pérdida de seres queridos y de apoyo social, cambios significativos en su entorno y en sus rutinas diarias, soledad no deseada, incluso cambios drásticos de residencia. Estos sucesos pueden generar ansiedad, depresión o malestar emocional. De hecho, está demostrado que las personas mayores tienden a presentar con mayor frecuencia que el resto de la población sintomatología depresiva, sin llegar a cumplir los criterios para el diagnóstico de una depresión (OMS, 2015).

El edadismo se relaciona también con mayor aparición de depresión y de síntomas depresivos. Se calcula que 6,3 millones de casos de depresión a nivel mundial son atribuibles a la discriminación por edad, y está demostrado que una autopercepción negativa del envejecimiento aumenta la probabilidad de deterioro cognitivo (OMS, 2022).

La división sexual del trabajo en relación con el cuidado de personas dependientes, que a lo largo de la vida recae principalmente en las mu-

jes, repercute de forma negativa en la vejez tanto en términos físicos como psicológicos. La carga mental que representan las tareas de cuidado, que en muchos casos se intensifican llegadas a una edad avanzada por tener que cuidar en ocasiones de progenitores, nietos y nietas, e incluso cónyuge a la vez, tienen un impacto negativo en la salud mental de las mujeres.

Aun existiendo esta carga mental, cuando las mujeres pierden capacidad de cuidar de otras personas, normalmente debido a una disminución de sus propias capacidades funcionales, e intercambian el rol de cuidadoras con el de personas cuidadas viven esta situación de forma negativa, sintiendo que pierden participación en sus tareas cotidianas, lo que genera un malestar emocional en ellas (Sirgo Álvarez, 2022).

Diferentes expertos del ámbito de la gerontología destacan que la investigación que se hace sobre salud mental centrada en personas mayores es escasa². Esto supone que el abordaje que se realiza de las problemáticas de salud mental o malestar emocional en el contexto de la vejez probablemente no esté teniendo en cuenta las necesidades particulares de este grupo de la población.

2.2. Relaciones personales y soledad no deseada

Las personas, independientemente de nuestra edad, necesitamos estar en contacto y relacionarnos con otros. Estas relaciones sociales son un componente sustancial del envejecimiento activo porque, cuando son positivas, pueden producir recursos como la confianza y el apoyo social, aumentar la longevidad y mejorar la calidad de vida de los mayores, protegiéndolas del deterioro funcional y promoviendo su resiliencia (OMS, 2015).

Las personas mayores son conscientes de la importancia que la participación social, una red social sólida y unas relaciones de calidad tienen para su bienestar. Ortega y Huertas (2018) resumieron en dos grandes grupos los nueve factores relacionados con la longevidad identificados por Dan Buettner. Estos son básicamente tener una vida saludable y tener una vida en comunidad. Sin embargo, las transformaciones en las fórmulas familiares, además de una organización diferente del uso del tiempo y los cambios en los valores predominantes, presentan un reto para las relaciones sociales y el sentimiento de pertenencia de las personas mayores.

La soledad y el aislamiento social ha sido objeto de diversos estudios mayoritariamente enfocados a explicar su relación con la edad. Aunque suelen abordarse de forma conjunta, es importante destacar que son diferentes y no necesariamente deben ir de la mano. Por un lado, el Observatorio Estatal de la Soledad no Deseada la define como “la experiencia personal negativa en la que un individuo tiene la necesidad de comunicarse con otros y percibe carencias en sus relaciones sociales, bien sea porque tiene menos relación de la que le gustaría o porque las relaciones que tiene no le ofrecen el apoyo emocional que desea”. Otra de las definiciones más establecidas, utilizada co-

² Conclusiones no publicadas del taller “Reforzar los sistemas de información, los datos científicos, la innovación y la investigación sobre la salud mental” en el marco de la Jornada de Priorización de las Estrategias del Pacto Nacional de Salud Mental de Cataluña celebrada en Barcelona el 9 de junio de 2023.

múnmente por la OMS y otros organismos, define la soledad como un desajuste entre la cantidad y la calidad de las relaciones sociales que tenemos y las que deseáramos tener. Por otro lado, el aislamiento social consiste en tener pocas relaciones interpersonales o redes sociales débiles.

Observamos que la soledad es una categoría subjetiva, influenciada por la calidad de las relaciones que entablamos. Es un sentimiento individual, por lo que cada persona lo transita de forma diferente, pero en general se asocia con otros sentimientos negativos como el vacío, la tristeza, y la pérdida, aunque no implica necesariamente una falta de contacto social. El aislamiento social es, por el contrario, objetivo, asociado principalmente con la cantidad de personas del entorno, y por ende puede ser detectado con mayor facilidad.

Si bien la soledad presenta ciertas dificultades para su valoración derivadas de su componente subjetivo, existen herramientas para aproximarse a su medición. Entre las más utilizadas encontramos la *University of California–Los Angeles Loneliness Scale (UCLA)* o la *De Jong Gierveld Loneliness Scale (DJGLS)*. El aislamiento social, por el contrario, puede ser medido de forma relativamente sencilla, valorando por ejemplo la cantidad de personas que componen una red social o la intensidad con la que se relacionan.

Las personas mayores tienen más posibilidades de haber sufrido eventos vitales que condicionan su sensación de soledad, como por ejemplo enviudar, perder personas de su círculo cercano (ya sea por fallecimiento o por pérdida de contacto debido a enfermedad), cambios en su entorno, como por ejemplo cambios en el barrio o un cambio de residencia, o situaciones de dependencia que les impidan realizar actividades sociales con la misma intensidad que solían hacerlo. Sin embargo, existen estudios que destacan una prevalencia de la soledad más alta entre las personas jóvenes y mayores, siendo más acentuada entre el primer grupo.

Una encuesta realizada en toda la Unión Europea (EU Loneliness Survey, 2022) a más de 20.000 personas para obtener información sobre la soledad y las relaciones sociales señalan que la prevalencia de la soledad (objetiva) disminuye con la edad, con los niveles más bajos entre los encuestados de más edad. En la misma línea, un estudio sobre la percepción de la sociedad sobre la soledad no deseada (Observatorio Estatal de la Soledad no Deseada, 2021) destaca que las personas entre 55 y 74 años son las que menos soledad refieren respecto al resto de grupos etarios analizados.

Con esta información, la pregunta podría ser por qué existe tal interés en abordar la soledad no deseada entre las personas mayores. Esto es así principalmente porque dentro de la capacidad funcional se incluye también la capacidad de entablar y mantener relaciones dentro y fuera de la familia. Según la Organización Panamericana de la Salud (2022), las personas mayores valoran la importancia de mantener relaciones sociales para preservar su bienestar. La falta de capacidad funcional para relacionarse con otros tiene serias repercusiones en diferentes aspectos de su vida, provocando un deterioro generalizado en su calidad de vida. Es precisamente por estas razones por las que la OMS ha clasificado la soledad no deseada como un problema de salud pública, debido a los riesgos que plantea para la salud en general, especialmente en el caso de las personas mayores.

La sensación de soledad no necesariamente tiene que ir ligada con el hecho objetivo de estar solo y viceversa, ya que una persona puede sentirse sola incluso contando con una red de personas a su alrededor. De hecho, un informe de la Fundación La Caixa (2018) señaló que en los centros de mayores se observa una prevalencia de la soledad no deseada (subjetiva) total del 68,4%, siendo consecuencia bien de que las relaciones que las personas pueden establecer en estos sitios no satisfacen sus necesidades, bien por no tener intereses comunes, o bien por no sentirse a gusto en el entorno que habitan. Del mismo modo, una persona con una red social muy reducida puede no tener este sentimiento de soledad y sentirse integrada dentro de su círculo, por reducido que este sea, a la vez que disfruta del hecho de estar sola.

Así y todo, no podemos separar la soledad no deseada del aislamiento social, visto que existen evidencias de que las personas que viven solas refieren mayores niveles de soledad, siendo la pérdida de la pareja el factor que más influye en este sentimiento entre las personas mayores. Por el contrario, las personas que pueden realizar actividades en familia y mantienen una buena red de relaciones manifiestan mayor satisfacción y menor sentimiento de soledad.

La cultura de una sociedad influye en las expectativas que las personas pueden tener sobre sus relaciones sociales y como consecuencia en su sentimiento de soledad. Como ejemplo, las sociedades más individualistas del norte de Europa siempre han referido niveles más bajos de soledad en comparación con sus homólogas del sur de Europa, sociedades más orientadas a la familia (Beridze, et al., 2020). Esto queda claramente ilustrado en el indicador 4.5 de este estudio, donde observamos que, en España, un 65,9% de las personas se encuentran con amigos, familiares o colegas al menos una vez por semana, por encima de la media europea que se sitúa en un 57,8% y considerablemente superior a países como Suecia o Finlandia que no alcanzan el 40%. Pero en el contexto actual, con una tendencia a familias más pequeñas y descenso de la natalidad, es probable que estas expectativas en cuanto a las relaciones familiares no se vean cumplidas y asistamos a un aumento de los niveles de soledad no deseada entre las personas mayores.

Un estudio sobre la calidad de vida de los adultos mayores en España y Europa (Ayuso, Céspedes y Alemany, 2023) señaló que son poco más del 70% las personas mayores de 65 años las que se reúnen más de una vez al mes con sus amigos. Este porcentaje aumenta diez puntos porcentuales cuando nos referimos a las reuniones con familiares. En cuanto a la satisfacción media con sus relaciones sociales, esta es de 82 puntos, algo más de un punto por encima de la media europea.

Respecto a la percepción de la sociedad sobre la soledad no deseada, el hecho de no tener redes familiares y el ser mayor son los dos factores que las personas asocian como las principales razones por las que hay quienes se sienten solos, según un estudio realizado por el Observatorio Estatal de la Soledad no Deseada en 2021. Este mismo estudio destaca que un 92,9% de las personas encuestadas cree que la soledad es un problema social bastante o muy importante y un 85,1% piensa que la política debería dedicarle mayor atención.

El informe de la Fundación La Caixa (2018) distingue entre soledad social, que se produce fundamentalmente por el deseo de contar con alguien en el caso de necesidad, y la soledad emocional, derivada del

abandono o ausencia de personas queridas. Este informe identifica que, si bien la prevalencia de la soledad social y emocional es similar entre los hombres, en el caso de las mujeres la soledad emocional es considerablemente mayor. Entre las personas viudas se detecta mayor nivel de soledad que entre quienes viven en pareja, pero esta diferencia se observa principalmente en la soledad emocional. Entre las mujeres, las sensaciones que más destacan son el sentimiento de vacío y de abandono, la ausencia de compañía, y el echar de menos a personas, mientras que entre los hombres se acentúa la percepción de falta de apoyo y la carencia de amistades. En consecuencia, la soledad de los hombres depende en gran medida de la percepción de sus relaciones de amistad, mientras que la de las mujeres se asocia fundamentalmente con la falta de relaciones cercanas (Buz y Prieto, 2013).

El rol de cuidadoras que asumen mayoritariamente las mujeres también tiene un impacto negativo en sus relaciones sociales. Entre mujeres cuidadoras de maridos con enfermedad o dependencia, es común que la esposa, de forma natural, se aleje de su red social para cuidarlo. Este aislamiento contribuye a incrementar su sentimiento de soledad cuando fallece el marido (Fundación Pílares, 2018), sumado al hecho de que es poco frecuente que las mujeres vuelvan a formar pareja después de enviudar.

Si bien las mujeres están más implicadas en actividades sociales, tienen mayor sensación de soledad. Una posible respuesta a ello se debe a que la participación en asociaciones, actividades de voluntariado, etc. es un dato objetivo que cuantifica la cantidad de contactos o grupos que frecuentan, pero que no refleja los niveles de satisfacción con estas relaciones ni la realización personal (IMSERSO, 2011). El aislamiento social, por el contrario, se asocia principalmente con ser varón, menor riqueza, peor salud mental, problemas de audición y peor calidad de vida (Beridze et al, 2020).

Por último, cabe destacar la importancia de la jubilación en el sentimiento de soledad de las personas. Es un momento de pérdida de un rol que se ha tenido durante la mayor parte de la vida, el de persona trabajadora, sumado a una pérdida de un círculo social habitual. Por ello es importante que la transición a esta nueva etapa llena de oportunidades, pero a la vez desconcertante para algunas personas, se pueda realizar de forma gradual, adaptándose también a las necesidades individuales.

Relaciones intergeneracionales

Cuando hablamos de relaciones intergeneracionales nos referimos a cómo las diferentes generaciones interactúan entre ellas, ya sea dentro de una misma familia o en otro contexto social. Este tipo interacciones son beneficiosas tanto para las personas mayores como para el conjunto de la sociedad; de hecho la OMS (2022) ha definido la interdependencia y la solidaridad intergeneracional (dar y recibir de manera recíproca entre individuos de diferentes generaciones) como principios importantes del envejecimiento activo (OMS, 2002), además de destacar que comporta una mejora de la salud y el bienestar psicosocial, un aumento de la autoestima, y puede reducir la angustia y la soledad, así como llevar a una mayor percepción de conexión social (OMS, 2021).

La promoción de las relaciones intergeneracionales es uno de los mecanismos más recomendados para hacer frente a problemas de soledad no deseada y de aislamiento social, a la vez que se fortalecen los vínculos

comunitarios. El apoyo social que se ofrece de una generación a otra puede ser tangible, tal y como es el apoyo instrumental y el apoyo económico, o intangible, como es el apoyo emocional (Comunidad de Madrid, 2021).

En este tipo de apoyos se incluye la ayuda de los abuelos y abuelas para cuidar de sus nietos u otras personas dependientes de su entorno, actividades de voluntariado donde se interactúa con personas de diferentes generaciones (por ejemplo, aquellas en las que personas mayores asisten a colegios a leer cuentos), programas de mentoría en empresas, o ayuda económica proporcionada normalmente a sus hijos e hijas.

Si bien está demostrado que el cuidado que muchos abuelos y abuelas realizan de sus nietos es beneficioso para su bienestar emocional y les mantiene activos (Hilbranda, et al., 2017), hay que procurar que esta actividad no suponga una carga para las personas mayores que acabe por limitar sus posibilidades para mantener otro tipo de relaciones sociales satisfactorias (Ortega y Huertas, 2018).

Una experiencia en auge en los últimos años, que será explorada con más detalle en la sección de este estudio correspondiente a la vivienda, son las opciones de convivencia entre diferentes generaciones, bien en forma de cooperativa, o bien en forma de programas específicos como el programa *Viure i Convivre*³ (Vivir y Convivir) que pone en contacto personas que estudian en la universidad y necesitan vivienda durante el curso académico, con personas mayores dispuestas a ofrecerles una habitación a cambio de un compromiso mínimo de compañía semanal. Estas fórmulas de convivencia ofrecen un beneficio mutuo, tanto a las personas mayores que pueden disfrutar de compañía, como para quienes residen con ellas que pueden aprender de las experiencias compartidas y los saberes acumulados a lo largo de los años.

Otro de los beneficios que ofrecen las relaciones intergeneracionales es la posibilidad de reducir las conductas edadistas de la población, conductas que influyen de forma negativa en las relaciones que entablan las personas mayores con su entorno. Estas relaciones mejoran las actitudes que las generaciones más jóvenes tienen hacia los mayores, disminuyen los estereotipos negativos asociados con la edad y también el sentimiento de cierta ansiedad que a algunas personas les produce su propio envejecer (Rey Actis, 2022).

A diferencia de otras relaciones, las intergeneracionales nos ofrecen algo específico: la posibilidad de conectarnos, de diferentes modos, con personas y comunidades que viven su envejecimiento desde otro momento de su curso vital. Es una manera de ampliar nuestro horizonte temporal, conectando nuestro presente con nuestro pasado y con nuestro posible futuro. Las relaciones intergeneracionales no constituyen una elección, son consustanciales a lo humano (IMSERSO, 2011).

Factores de riesgo de la soledad no deseada

Entre los diferentes estudios que han abordado la cuestión de la soledad no deseada entre las personas mayores, hay un consenso en que los principales factores de riesgo de padecer este sentimiento son

³ Este programa se lleva a cabo en la ciudad de Barcelona y es gestionado por la Fundación Roure, una fundación privada sin ánimo de lucro, con el apoyo económico del Ayuntamiento de Barcelona y de la Generalitat de Catalunya.

sociales y estructurales, si bien como veremos a continuación, también hay características intrínsecas que pueden aumentar la posibilidad de sentirse solo o sola.

A nivel general, un informe de la Fundación Pílares para la autonomía personal (2018) identificó los perfiles con mayor riesgo de sentirse solos. Estos son principalmente las mujeres, las personas mayores, las personas no casadas o sin pareja, quienes viven solos o solas, las personas con niveles de estudios más bajos, quienes tienen menos ingresos económicos y aquellas personas pertenecientes a minorías étnicas. En la misma línea, un estudio realizado por la Comisión Europea sobre soledad entre personas mayores procedente de datos de la encuesta SHARE destaca, además de vivir solo, el hecho de padecer discapacidad como los dos factores que correlacionan positivamente con más fuerza con la probabilidad de sentir soledad (Casabianca y Kovacic, 2022).

Una reciente publicación de la Comunidad de Madrid (2021) identificó como causas principales que influyen en la sensación de soledad de las personas los cambios en las estructuras y modelos familiares, las nuevas formas de trabajo y producción que implican mayor movilidad, los nuevos modelos de comunicación y relaciones vecinales y sociales, el urbanismo no pensado para la convivencia vecinal o la despoblación en las zonas rurales, así como el derecho a la intimidad que, en cierto punto puede reforzar el individualismo.

Ya se ha destacado que existe también cierta correlación entre el nivel educativo y de ingresos de las personas y su sensación de soledad. Múltiples estudios apuntan que las personas con menores ingresos y niveles educativos más bajos suelen tener mayor sensación de soledad. Una de las causas identificadas como posible respuesta es el hecho de que las personas de niveles socioeconómicos y educativos más altos suelen tener redes sociales más amplias, lo cual aumenta sus posibilidades de interacción social (Hansen y Slagsvold, 2015).

A nivel contextual, también destaca el rol del entorno físico en la posibilidad de establecer relaciones, debido a que una mala conexión con los espacios de socialización, como centros de día o centros e instituciones culturales, o una sensación de inseguridad o mala accesibilidad en el barrio de residencia pueden incidir negativamente en la frecuencia con la que las personas tienen contacto con sus amistades o familias. Está demostrado que las personas que se reúnen con familiares y amigos al menos una vez a la semana tienen entre 2 y 4 puntos porcentuales menos de probabilidades de sentirse solas (Berlingieri, Colagrossi y Mauri, 2022).

Por último, entre los factores personales que contribuyen a generar sentimientos de soledad destacan la forma como la persona entiende sus relaciones y las expectativas sobre ellas, la forma de ser de cada uno, de comportarse y comunicarse, ligado a la dificultad para pedir y aceptar ayuda de otras personas y, por último, la pérdida de ilusión y de sentido de la vida y la creencia de que la soledad es un hecho normativo e inevitable (Castro, 2010).

Situación convivencial

Los tipos de hogares han cambiado de forma notoria en los últimos años. El tamaño medio de los hogares en Europa ha ido en descenso: en 2021 el hogar europeo medio estaba formado por 2,2 personas, fren-

te a 2,4 en 2009 (Comisión Europea, 2023). El aumento de los hogares unipersonales es la principal característica de los cambios en la organización familiar. Este incremento se encuentra representado principalmente en dos grupos de población: los jóvenes y las personas mayores (IMSERSO, 2011).

No entraremos en profundidad aquí en cuestiones de vivienda, ya que incorporamos un apartado específico para ello, pero es interesante destacar que en España el 43,6% de las personas que viven solas son mayores de 65 años y de ellas, un 70,9% son mujeres (INE, 2020). Esto no es necesariamente un dato negativo, ya que en general las personas mayores prefieren vivir en sus casas siempre que su situación lo permita, antes que irse a vivir con sus hijos o hijas y mucho menos ser institucionalizados. El hecho de vivir solas, además, les da sensación de independencia y les ayuda a mantener su intimidad, lo cual no está reñido con que puedan sentirse integradas en su círculo social y que no manifiesten sentimientos de soledad.

Aun así, existen evidencias de que vivir o no en pareja es un factor muy relevante en la sensación de soledad. Aquellas personas que viven con su cónyuge presentan niveles más bajos de soledad no deseada, siendo este efecto más pronunciado en el caso de los hombres que de las mujeres. Además, la reducción de la convivencia intergeneracional, típica de otras épocas en las que en un mismo hogar convivían normalmente tres generaciones, ha sido identificada por algunos expertos como una de las causas de deterioro en la cantidad y la calidad de las relaciones sociales.

Consecuencias de la soledad no deseada

La soledad no deseada y el aislamiento social tienen graves repercusiones en la salud de las personas mayores, comenzando por una peor percepción de su estado y con efectos comparables a los de la obesidad, la inactividad física o el consumo de tabaco, tres de los problemas de salud que más gasto sanitario conlleva para los sistemas nacionales de salud (Araújo et al., 2021).

Ya nos hemos referido previamente a la salud mental y el bienestar emocional, por lo tanto, no abordaremos aquí esta cuestión en profundidad, pero sí vale la pena volver a incidir sobre la relación existente entre los sentimientos de soledad y problemas como la depresión, la ansiedad o alteraciones en el sueño.

Las personas que sufren soledad no deseada tienen por término medio un 28% más de probabilidad de sufrir problemas relacionados con la salud mental. Además, tienen hasta un 10% menos de probabilidades de ser físicamente activos y hasta un 14% más de probabilidades de experimentar limitaciones en las actividades cotidianas (Casabianca y Kovacic, 2022).

En cuanto a la salud física propiamente, diversas investigaciones han señalado que la soledad no deseada se relaciona con una peor nutrición, y por ende sobrepeso, así como un aumento del riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares. La soledad no deseada y el aislamiento pueden provocar también otras carencias, especialmente, para quienes necesitan cuidados o apoyo para realizar actividades básicas (Fundación HelpAge, 2021).

En un estudio que cuantifica los costes de la soledad no deseada en España (Casal, Rivera y Rodríguez-Míguez, 2023), se pone de manifiesto que los costes tangibles de este tipo de soledad son de unos 14.142 millones de euros, representando el 1,17% del PIB del país⁴. Un 43% de estos costes se corresponden con costes directos relacionados con una mayor frecuentación de servicios sanitarios y un mayor consumo de medicamentos para tratar enfermedades asociadas a la soledad como la ansiedad o la depresión.

Estrategias para hacer frente a la soledad no deseada

Para poder dar respuesta a este problema es fundamental detectar a las personas que están atravesando por una situación de soledad no deseada. Para ello es necesario capacitar a quienes trabajan día a día con las personas mayores, como los profesionales de la salud y otros perfiles de cuidado y acompañamiento con capacidad para identificar situaciones de aislamiento o soledad y así poder intervenir. Una vez identificadas las personas, existen diferentes estrategias que pueden realizarse para evitar el sentimiento de soledad. Estas pueden surgir de la propia persona que la padece, o bien pueden ser intervenciones externas dirigidas a ella, ya sea facilitando la relación con el entorno o bien trabajando en las limitaciones conductuales que pueda presentar la persona a la hora de relacionarse.

En cuanto a la iniciativa individual, el informe de la Fundación La Caixa (2018) identifica tres tipos de estrategias utilizadas para hacer frente a la soledad: un tipo pasivo donde la persona se resigna ante su situación y que se observa principalmente entre quienes refieren soledad grave o muy grave; un tipo proactivo donde la persona toma la iniciativa para hacer frente a la soledad, el cual predomina entre quienes refieren soledad moderada y por último una visión optimista entre aquellas personas que ven la soledad como algo positivo, puesto que están cómodas realizando actividades en solitario, enfoque más presente entre las personas que no sienten soledad. Es decir, a mayor sensación de soledad mayor es la posición pasiva ante esta y más difícil es adoptar posturas optimistas o resilientes.

Las actividades sociales realizadas en grupo como los paseos, el ejercicio físico o actividades de voluntariado son las fórmulas más utilizadas y que han demostrado mayor eficacia para combatir la soledad no deseada (Pinazo y Bellegarde, 2018). De todos modos, las acciones individuales como el acompañamiento psicológico también son útiles para trabajar sobre las características intrínsecas de las personas y mejorar su bienestar emocional ante las situaciones de soledad. Rey Actis (2022), en su estudio sobre la maduración de la personalidad, destaca que las personas de edades más avanzadas se vuelven más agradables, se adaptan mejor socialmente y se vuelven más altruistas y confiadas, lo cual supone una oportunidad para trazar estrategias que puedan ayudarlas a socializar.

Algunas recomendaciones para hacer frente a la soledad no deseada recogidas en el Libro Blanco del Envejecimiento Activo (IMSERSO, 2011) que coinciden con las aportaciones de otros autores (Pinazo y Bellegarde, 2018; Araújo et al., 2021; Nagusi Intelligence Center, 2023, entre otros), se basan en la promoción y el desarrollo de programas de

⁴ Estos datos se presentan para el conjunto de la población, no solo para las personas mayores.

apoyo mutuo, convivencia y ocio entre familias, así como programas y actividades que destaquen el valor de la autonomía y la participación que motiven a las personas que viven solas.

Es fundamental no perder de vista la necesidad de realizar intervenciones que contemplen la particularidad y los intereses de cada persona. A modo de ejemplo, se ha demostrado que los hombres tienden a actividades más relacionales fuera del ámbito doméstico, mientras las mujeres se refugian más en la búsqueda de la familia y del interior del hogar (IMSERSO, 2011). Existen personas más introvertidas o que disfrutan más de las actividades en pequeños grupos, otras que prefieren actividades culturales respecto a otras que priorizan las actividades físicas, por lo que definir una tipología de acciones estandarizada puede no generar el efecto deseado y reproducir el aislamiento social.

En cuanto a las posibilidades para la economía plateada, los programas de teleasistencia y otras herramientas que utilicen tecnologías de la comunicación para acercar a las personas como dispositivos móviles de fácil uso serán bien recibidos por el mercado. Entre las estrategias de detección de la soledad no deseada se encuentran aquellas que buscan detectar a las personas mayores en situación de soledad y mantenerlas acompañadas a través de diversos programas y sistemas de alerta (Nagusi Intelligence Center, 2023).

Los centros de día donde las personas mayores pueden relacionarse con sus pares, a la vez que reciben la atención y cuidado de profesionales, pero sin tener que renunciar a la independencia e intimidad que les proporciona su hogar, también son un buen espacio para desarrollar acciones enfocadas a la promoción de relaciones sociales de calidad. Por último, se ha demostrado que el cuidado de animales de compañía es una buena estrategia para combatir la soledad ya que las mascotas, además de proporcionar compañía, ofrecen un propósito de vida a las personas que cuidan de ellas.

Como señala el Nagusi Intelligence Center (2023), aún existen nichos no explorados por parte de la iniciativa privada y que han quedado relegados a las administraciones públicas y las universidades. Entre estos destacan las iniciativas enfocadas a la evaluación de los recursos y productos para las personas en soledad, y a la investigación en nuevos modelos de negocio para la soledad no deseada y las personas mayores. El estudio de Fundación Pilares (2018) destaca que en contextos institucionales, como las residencias geriátricas, se han realizado pocas intervenciones para paliar la soledad, lo que es un error, ya que las personas pueden sentirse solas incluso estando rodeadas de gente. En resumen, el mercado aún no ha presentado grandes soluciones ante la gravedad del problema de la soledad no deseada, como sí que lo ha hecho ante otros retos, principalmente en el ámbito de la salud.

2.3. Vivienda

El lugar de residencia de las personas mayores tiene un impacto fundamental en su bienestar y en su capacidad para envejecer de forma activa. En este sentido, la pandemia generó una reflexión sobre el modelo habitacional para las personas mayores, reflexión en la que se abordan desde las situaciones de soledad no deseada sufrida por quienes que-

daron aislados en sus hogares hasta el modelo de residencia geriátrica, ampliamente debatido por su exposición mediática. La vivienda y el entorno son particularmente importantes debido a factores como la accesibilidad y la seguridad, la carga financiera que implica mantener un hogar y la seguridad emocional y psicológica que proporciona (ONU, 2002). A su vez, el gasto en energía, agua, gas y otros suministros del hogar representan el mayor riesgo para el estilo de vida de tres de cada cuatro personas mayores y, combinado con la vivienda en sí, es el ámbito en el que las personas mayores perciben que realizan mayor gasto (Ageingnomics, 2022).

Las personas mayores manifiestan una clara preferencia por envejecer en su hogar. Esta idea va más allá del hecho de envejecer en la vivienda como espacio físico, también incluye el componente emocional ligado al hogar y su entorno circundante como el barrio o el pueblo. Gracias a la independencia económica que ofrece el sistema de pensiones, junto con un envejecimiento más saludable y a los servicios de atención a domicilio, las personas pueden hacer realidad este deseo, rompiendo con la tradición de acabar viviendo con alguno de sus hijos o en instituciones geriátricas. Sin embargo, este logro que es la independencia de las personas mayores también conlleva riesgos que es importante tener en cuenta. Vivir solo aumenta el riesgo de pobreza, así como la posibilidad de experimentar sentimientos de soledad y de aislamiento.

Las dificultades más comunes que encuentran las personas para continuar viviendo de manera independiente en su hogar conforme envejecen son el deterioro de su capacidad funcional y la falta de accesibilidad en el hogar. En este punto es interesante plantear dos conceptos: por un lado, el concepto de “entornos discapacitantes” que en el caso de las personas mayores serían aquellos que no les permiten desarrollar su capacidad de envejecer de forma activa y ser independientes. Por otro lado, el concepto de “diseño universal” como un proceso que aumenta la usabilidad, la seguridad, la salud y la participación social mediante el diseño y la implementación de entornos, productos y sistemas que pueden utilizar todas las personas, en la mayor medida posible, sin necesidad de adaptación ni de un diseño especial (OMS, 2015). Construir viviendas con un enfoque de diseño universal desde el principio puede ahorrar mucho dinero y esfuerzo en reformas posteriores para hacerlas accesibles. Sin embargo, cabe destacar que la accesibilidad no se refiere solo a barreras arquitectónicas, sino también a la capacidad de afrontar los gastos de hipoteca o alquiler, así como los costes propios del mantenimiento del hogar.

El Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales de las Naciones Unidas considera a las personas mayores un grupo en especial situación de vulnerabilidad con respecto al disfrute del derecho a la vivienda por la dificultad de acceso a bienes y servicios relacionados con las necesidades de apoyo y cuidado (HelpAge, 2021). En el caso de las mujeres, las desigualdades acumuladas a lo largo de la vida y su impacto negativo a nivel económico suponen una dificultad añadida para satisfacer sus necesidades de cuidado y adaptaciones del hogar a su situación particular. Esta realidad se agrava al considerar que las mujeres mayores son las protagonistas de los hogares unipersonales, lo que supone una carga adicional para una sola persona en cuanto a los gastos asociados a la vivienda.

Es importante también asegurarse de que las personas mayores no sean víctimas de exclusión residencial. Esto es habitual en los barrios donde aún se encuentran personas viviendo con contratos de alquiler de

renta antigua cuyos propietarios esperan que se libere la vivienda para poder alquilarla a precio de mercado, o en zonas con alto atractivo turístico, donde los residentes mayores optan por mudarse por la dificultad que supone vivir tranquilamente en dichos entornos.

Centrándonos estrictamente en la accesibilidad física, la solución más utilizada para dar respuesta a esta necesidad son las reformas en el hogar con el objetivo de eliminar barreras arquitectónicas y convertir las viviendas en entornos seguros y accesibles. Según la definición del IMSERSO (2011), una vivienda accesible es aquella en la que los entornos, objetos o servicios presentes en ella son comprensibles, utilizables y practicables por todas las personas, en condiciones de seguridad y comodidad y de la forma más autónoma y natural posible.

Las adaptaciones en el hogar deben considerar que el entorno se adapte a las necesidades de la persona, no solo desde el punto de vista de la construcción, sino también con equipamientos y propuestas que puedan satisfacer las necesidades individuales de quienes residen en la vivienda. Los entornos domésticos adaptados y seguros reducen el riesgo de caídas y accidentes domésticos, evitando hospitalizaciones y el consiguiente deterioro en la salud que conllevan.

Las limitaciones más comunes identificadas entre las personas mayores en el hogar se refieren a sentarse y levantarse de la silla o el váter, entrar y salir de la cama y la ducha o bañera, mantener el cuerpo en una misma posición, cortarse las uñas de los pies o ducharse solos (Alemany y Ayuso, 2020). Como resultado, las adaptaciones en los baños son de las más frecuentes, siendo habitual la instalación de duchas en lugar de bañeras, preferiblemente al nivel del suelo, así como pasamanos en la ducha y cerca del váter. Otro espacio crítico donde se realizan una parte importante de las actividades de la vida diaria es la cocina. Las reformas en esta estancia deben contemplar suelos antideslizantes y accesibilidad a los armarios más altos para evitar que las personas tengan que subirse a sillas o pequeñas escaleras para alcanzar objetos. En general, las viviendas deben contar con una buena iluminación, tener un correcto aislamiento tanto de temperaturas extremas como de los ruidos del exterior, así como disponer de puertas y pasillos lo suficientemente amplios para sillas de ruedas y andadores, evitando objetos que puedan causar tropezos, como por ejemplo las alfombras.

Muchas personas residen en edificios antiguos que presentan problemas como moho, humedad o grietas que pueden empeorar la salud de las personas mayores, especialmente aquellas con problemas respiratorios como el asma. Así mismo, un mal aislamiento en la vivienda expone a las personas a temperaturas extremas, lo que aumenta los costes de climatización del hogar y puede afectar la salud.

Un análisis coste-beneficio de las adaptaciones funcionales en el hogar de personas mayores y dependientes en el período entre 2012 y 2017 (Alemany y Ayuso, 2020) destacó que las acciones que incluyeron la compra de productos de apoyo y proyectos que incluían obra tuvieron tasas de rendimiento superiores al uno en ambos casos además de una clara reducción del indicador de autopercepción de la dependencia.

Las nuevas construcciones y modificaciones en los hogares deben considerar las posibilidades que ofrecen las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC). Estas pueden consistir, por ejemplo, en proveer

de mayor seguridad y atención a las necesidades de salud de las personas, ofrecer diferentes opciones de entretenimiento, facilitar la comunicación para combatir la soledad no deseada conectando a las personas con el exterior cuando su movilidad sea tan limitada que esto no les permita frecuentar su barrio o pueblo tanto como les gustaría, mejorar la comodidad y confort gracias a sistemas de control de la temperatura y la luz a la vez que se consigue una mejor eficiencia en términos económicos.

La seguridad en el entorno doméstico se puede abordar desde diferentes perspectivas según la necesidad a la que se quiera dar respuesta, y en función de ello, se pueden implementar diferentes mecanismos de alarma. Puede ser seguridad respecto al exterior para prevenir robos, o seguridad en el interior para controlar posibles despistes en la ejecución de las actividades de la vida diaria como cocinar o planchar, así como asistencia en situaciones como caídas o malestar físico a través de sistemas de alerta y teleasistencia.

El Plan Estatal de Vivienda para el período 2022-2025 en España recoge entre sus objetivos incrementar la oferta de vivienda en alquiler asequible para las personas mayores o con discapacidad, mediante ayudas a la promoción de viviendas con diseño, instalaciones y servicios que respondan a sus circunstancias especiales. En este sentido, desarrolla un programa de fomento de viviendas para personas mayores o con discapacidad, que busca impulsar la promoción de viviendas o de su rehabilitación para destinarlas durante un plazo mínimo de 40 años al alquiler o la cesión de uso para personas mayores o con discapacidad, disponiendo de instalaciones y servicios comunes adaptados. Además, este Plan contempla otro programa específico de fomento de alojamientos temporales, de modelos *cohousing*, de viviendas intergeneracionales y modalidades similares para promover el envejecimiento activo. En este caso, los beneficiarios no son directamente las personas mayores, sino principalmente las administraciones, empresas y organizaciones no gubernamentales y de la sociedad civil.

El derecho a una vida independiente está vinculado a la posibilidad de decidir dónde, cómo y con quién vivir, pero en ocasiones las personas mayores son tratadas de manera paternalista y se las infantiliza, justificando estas actitudes en la pérdida de capacidad funcional. Además, si las opciones de vivienda disponibles no son accesibles para ellas o no existe una variedad de ofertas que se adapten a sus necesidades y preferencias, este derecho se verá comprometido. Independientemente de la opción preferida, el lugar de residencia debe satisfacer sus necesidades y respetar sus deseos en cuanto a su forma de vida, así como su privacidad, rutinas, valores, creencias e ideologías, y su decisión libre de con quién compartir su tiempo.

2.4. Diferentes modelos de vivir y convivir

Residencias para personas mayores

Conforme avanza la edad es mayor la proporción de personas que viven en residencias para personas mayores, donde la presencia de mujeres predomina sobre los hombres. La cantidad de plazas en estos centros ha aumentado considerablemente en los últimos años y el tipo de residencia tradicional sigue siendo el más fomentado entre las personas

con altos niveles de dependencia. Sin embargo, esta opción de vivienda debe entenderse como un último recurso, cuando el nivel de dependencia es tan alto que no es posible atender a la persona de forma adecuada en su propio entorno.

En este sentido, la desinstitucionalización es un concepto en auge que cobra cada vez más importancia en el diseño de nuevos modelos residenciales. Sin ir más lejos, existe en España una Estrategia Estatal de Desinstitucionalización⁵ diseñada con el objetivo de proponer medidas para mejorar los sistemas de apoyo y cuidado de las personas mayores en situación de vulnerabilidad y exclusión, cuya implementación está prevista para 2024. Esta estrategia implica un cambio del modelo de cuidados basado en la atención asistencial de personas en instituciones, hacia un modelo de atención comunitaria y personalizada, donde las personas pueden elegir dónde vivir, y hacerlo integradas en su comunidad.

Las residencias deben ser espacios donde prevalezca la voluntad de las personas mayores que allí viven, permitiendo una mayor apertura a las actividades sociales fuera del entorno residencial, así como la posibilidad de recibir a familiares y amigos con horarios más flexibles y espacios amigables para la socialización, además de procurar que estas instituciones estén integradas como parte del equipamiento del pueblo o ciudad. Existe también un consenso generalizado en que las residencias deben estar integradas en el sistema nacional de salud y apoyadas por sus hospitales de referencia (Instituto Santalucía, 2022).

Cohousing

El *cohousing* surge de la conveniencia de envejecer en compañía, conviviendo y compartiendo con otras personas, pero manteniendo la intimidad e independencia para tomar decisiones propias. En este modelo, primero se crea la comunidad que gestionará las viviendas y luego se construye o se adquiere el espacio, compuesto por viviendas privadas y áreas comunes, siendo la autogestión una de las características fundamentales de estos proyectos.

Las áreas comunes permiten no solo el contacto social, sino también el apoyo logístico entre las personas residentes con diferentes capacidades funcionales para llevar a cabo las actividades de la vida diaria convirtiendo al *cohousing* en una fórmula interesante para combatir la soledad no deseada y mantener un envejecimiento activo, ya que la necesidad de coordinación y colaboración con el resto de vecinos y vecinas es clave para que el modelo funcione.

Este modelo de convivencia tiene sus raíces en Dinamarca en la década de 1960, y se extendió rápidamente en los países nórdicos. En España, el primer *cohousing* se formó en Málaga y tiene más de 30 años. La “Cooperativa los Milagros” estaba formada originalmente por un grupo de 16 personas que comenzaron a aportar pequeñas cantidades de dinero durante nueve años para comprar una finca en su barrio y construir el que sería su

⁵ Esta estrategia es una iniciativa liderada por el Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030. Entre los colectivos beneficiarios de la Estrategia se incluyen no solo las personas mayores, sino también las personas con discapacidad, niños, niñas y adolescentes en situación de riesgo o de desamparo y personas jóvenes extuteladas, personas en situación de sinhogarismo y otros colectivos institucionalizados. Más información disponible en su página web: <https://estrategiadesinstitucionalizacion.gob.es>

hogar cuando fueran mayores. Actualmente, existen 80 proyectos con estas características en nuestro país, mayoritariamente promovidos por cooperativas de viviendas en cesión de uso. Alrededor del 66% de ellos son los denominados *cohousing sénior* (realizados por y para personas mayores) y solo el 34% son de carácter multigeneracional (Tortosa y Sundström, 2022).

En la sección de este estudio correspondiente a las relaciones interpersonales ya se destaca la importancia de las relaciones intergeneracionales para fomentar el envejecimiento activo. En este sentido destacamos la experiencia de Suecia, donde existe un modelo de *cohousing* intergeneracional y multicultural donde conviven jóvenes, personas mayores y personas refugiadas, con el requisito de pasar un tiempo mínimo en comunidad. Al utilizar viviendas sociales, los alquileres son asequibles para todos los participantes. La impulsora de este proyecto destaca no solo los beneficios para el bienestar físico y emocional de las personas mayores, sino también las oportunidades para los jóvenes y los recién llegados, que logran una mejor adaptación a la sociedad.

El perfil de los usuarios de los *cohousing* en España es el de personas con edades promedio entre 70 y 80 años, de clase media y con altos niveles educativos. Entre las cohortes más mayores, la principal motivación para trasladarse a este tipo de viviendas es combatir la sensación de soledad a través de la posibilidad de vivir en comunidad, evitar ser una carga para sus hijos y las dificultades para encontrar una plaza en una residencia, mientras que entre las personas más jóvenes, se busca principalmente la interacción social (Tortosa y Sundström, 2022).

Si bien los beneficios de este modelo son múltiples, su implementación en España afronta dificultades relacionadas con barreras institucionales y legales, además del diseño y la ubicación del complejo de viviendas (Tortosa y Sundström, 2022), sin olvidar la cuestión económica, ya que la edad avanzada de las personas interesadas en estos proyectos suele ser un obstáculo para acceder a hipotecas. Sin embargo, esta dificultad puede superarse a través de la cooperación económica entre los participantes, así como mediante el compromiso de los gobiernos a nivel local y nacional en cuanto a financiación y disposición de terrenos adecuados para la construcción.

En este sentido, la ubicación del proyecto puede suponer un problema, ya que se requiere de espacios suficientemente amplios para que cada una de las personas pueda mantener su intimidad y, también, disponer de zonas de encuentro para poder llevar a cabo la vida en comunidad que buscan sus participantes, idealmente con espacios verdes que benefician la salud de las personas mayores.

Es importante destacar que el *cohousing* implica no solo recursos financieros, sino también compromiso personal y recursos organizativos inherentes a este modelo de vivienda. En España, por el momento su implantación es reducida entre las personas mayores, entre las que poco más del 40% considera esta opción, condicionándola usualmente, además, a que la vivienda esté ubicada en su localidad (UDP, 2015).

Senior Resort

El *Senior Resort* es una variante de modalidad residencial para las personas mayores que puede tomar forma de apartamento, casas o *bungalows* y su enfoque está intrínsecamente vinculado a lo que se cono-

ce como “turismo de bienestar” o “turismo sanitario”. Este tipo de complejos tienen su origen en la costa estadounidense de Florida, donde son altamente populares, y en nuestro país suelen emplazarse principalmente en zonas costeras de atractivo turístico, y se asimilan a un hotel del tipo “todo incluido”, pero orientados específicamente a personas mayores.

Algunos de estos complejos están pensados en su totalidad con un fin turístico, mientras que otros se conciben con el objetivo de ser residencias permanentes. Las comodidades y servicios que ofrecen varían según el tipo de establecimiento y pueden ir desde las habitaciones, el régimen de comidas y el acceso a áreas comunes, hasta peluquerías, servicios sociosanitarios, asistencia en las actividades de la vida diaria, incluso servicios médicos de diferentes especialidades, así como tratamientos de bienestar.

2.5. Movilidad y espacio público

El entorno físico de las comunidades influye en la forma en que las personas se relacionan, se desplazan, trabajan y disfrutan de su tiempo libre, en resumen, en cómo las personas viven y envejecen. Los entornos moldean lo que las personas mayores con un nivel de capacidad intrínseca determinado pueden ser y hacer. Cuando los entornos urbanos y rurales están adaptados a las personas mayores pueden permitir que individuos con un amplio rango de capacidades envejecan de manera segura en el lugar que desean, disfruten de protección, sigan desarrollándose a nivel personal y profesional, optimicen su capacidad funcional, estén integrados y participen y contribuyan a sus comunidades, manteniendo su autonomía, dignidad, salud y bienestar al mismo tiempo (OMS, 2020; Organización Panamericana de la Salud, 2022).

Las personas mayores son especialmente susceptibles al entorno y al diseño del espacio público, ya que esto influye en gran medida en su estilo de vida y rutinas. Si está adecuadamente adaptado, puede compensar el deterioro funcional que pueden experimentar y ayudar a desarrollar sus capacidades físicas y cognitivas para mejorar su movilidad. No obstante, en España, un millón y medio de personas con discapacidad (un 36,2% del total) manifiestan tener dificultades para desenvolverse en edificios públicos o en el entorno urbano cercano, y el 42,2% de ellas tienen 80 años o más (INE, Encuesta de Discapacidad 2020, datos actualizados al 2022). En este sentido, la Declaración Ministerial de Roma (2022) insta a reconocer la interseccionalidad entre discapacidad y envejecimiento, y a abordar los obstáculos que enfrentan las personas mayores con discapacidad, incluyendo la promoción del diseño universal y las adaptaciones como prerrequisito para entornos amigables con las personas mayores.

El espacio público concebido desde una perspectiva de diseño universal y accesible conlleva beneficios no solo para las personas mayores, sino también para toda la sociedad. Los entornos construidos adaptados facilitan la permanencia de las personas en sus entornos residenciales y laborales, promoviendo la vida independiente y manteniendo sus capacidades funcionales para un envejecimiento activo. Por lo tanto, la accesibilidad se convierte en un elemento fundamental para la inclusión social, ya que una urbanización mal planificada puede representar riesgos tanto para el medio ambiente como para la convivencia y la cohesión social. La falta de diseño urbano adaptado a las necesidades de todas las personas puede generar un sentimiento de exclusión de las áreas comunes.

Algunos de los aspectos más valorados por los peatones mayores al moverse por la ciudad son un buen mantenimiento de las aceras, que elimine desniveles y roturas que puedan ocasionar caídas, la pacificación de cruces y la reducción de la velocidad de los automóviles en áreas urbanas, así como una buena iluminación y señalización clara que incluya señales acústicas.

En lo que respecta al mobiliario urbano, es esencial contar con suficientes zonas de descanso equipadas con bancos cómodos para que las personas puedan hacer pausas en su trayecto si es necesario. Estas zonas deben estar ubicadas a una distancia adecuada para fomentar espacios de encuentro intergeneracionales, donde los vecinos y vecinas puedan interactuar. Las máquinas para hacer ejercicio instaladas en numerosas plazas y parques en todo el país son una propuesta interesante, ya que permiten que las personas mayores no solo realicen actividad física, sino que también compartan espacio y actividades con otros.

Los carriles para bicicletas y patinetes deben estar correctamente señalizados y con una clara división respecto a las zonas peatonales. El uso de diferentes texturas o colores en el pavimento puede ayudar a distinguir estas áreas de los pasos de peatones o zonas de cruce de vehículos. Las aceras deben tener un ancho suficiente para que las personas en sillas de ruedas puedan moverse cómodamente. Deben contar con superficies uniformes y bordillos bajos y nivelados con la calle para garantizar la seguridad al transitar.

Es esencial disponer de espacios verdes suficientes y entornos naturales siempre que sea posible. En este sentido, los parques y zonas verdes también deben tener áreas delimitadas para que todas las personas que hacen uso de ellos puedan sentirse cómodas. Si las bicicletas o los patinetes pasan muy cerca de las personas que están paseando, o si las zonas para hacer ciertos deportes como fútbol o baloncesto no están separadas correctamente de otras áreas de descanso, se puede generar conflicto y malestar entre las personas usuarias y desalentar a los mayores a hacer uso de estos espacios.

Los edificios públicos, como hospitales, bibliotecas, ayuntamientos o centros cívicos, también deben estar adaptados y contar con lavabos accesibles, suficientes áreas de descanso, escaleras mecánicas o ascensores y rampas. Además, las puertas y las zonas de paso deben ser lo suficientemente amplias para el paso de sillas de ruedas y andadores. Así mismo, el personal que trabaje en estos edificios debe ser sensible a las necesidades de las personas mayores y estar dispuesto a adaptar la atención según sus requerimientos particulares.

A pesar de los obstáculos identificados por las personas mayores en las ciudades, existe un reconocimiento en la normativa, tanto autonómica como estatal, para asegurar la accesibilidad universal en el espacio público urbanizado y en la edificación (Pozo Menendez, 2020). Una posible estrategia para conseguir de hecho esta accesibilidad universal se encuentra en el movimiento *Smart Cities*, que busca favorecer el desarrollo económico sostenible, la gobernanza participativa y la alta calidad de vida de sus habitantes mediante el uso intensivo de la tecnología en campos como la comunicación, la movilidad, el medio ambiente y la eficiencia energética. Esto permite tener en cuenta las necesidades específicas de las personas mayores y aquellas con diversidad funcional (Consejo Estatal de las Personas Mayores, 2018).

Ciudades Amigables con las Personas Mayores

El programa *Age-Friendly World* promovido por la OMS se centra en abordar la problemática existente respecto a las ciudades y el envejecimiento. Su proyecto más conocido es la Red Mundial de Ciudades Adaptadas a las Personas Mayores, que en España se ha adaptado y se conoce como el programa Ciudades Amigables Con las Personas Mayores. Este proyecto busca incorporar la perspectiva del envejecimiento en la planificación de todas las áreas de actuación municipal contando con la participación de las personas mayores y atendiendo a sus propuestas para conseguir que el entorno que les rodea les facilite envejecer activamente (HelpAge, 2021). En este contexto, el IMSERSO en colaboración con la OMS crearon en 2013 el Grupo de Trabajo Español de Ciudades Amigables con las Personas Mayores, con el objetivo de apoyar la estrategia de ampliación de la red de ciudades, que actualmente abarca más de 210 municipios.

Los requisitos para que un municipio forme parte de esta red son principalmente tres: un compromiso de liderazgo político a largo plazo expresado por la alcaldía, fomentar la participación de las personas mayores en todas las etapas del proceso y un compromiso de cumplimiento del Plan de Acción y Mejora Continua a través de indicadores de seguimiento. Durante los cinco años que dura el compromiso del ayuntamiento, los municipios han de ser capaces de desarrollar infraestructuras y servicios que fomenten la inclusión y accesibilidad de las personas en su entorno.

En una ciudad amigable con las personas mayores, las políticas, los servicios, los entornos y las estructuras proveen sostén y facilitan un envejecimiento activo al reconocer sus diversas capacidades y recursos, prever y responder de manera flexible a sus necesidades y preferencias relacionadas con el envejecimiento, respetar sus decisiones y elecciones de estilo de vida, proteger a los más vulnerables y promover su inclusión en todas las áreas de la vida comunitaria y su contribución a las mismas (OMS, 2007).

Transporte y movilidad

La posibilidad de tener acceso a un transporte público de calidad o moverse libremente con el vehículo propio influirá en las decisiones de movilidad de las personas mayores. En España, un 34,1% de los hombres de entre 64 y 79 años y un 45% de las mujeres manifestaron tener dificultades de acceso y desplazamiento en el transporte. Estas cifras aumentan al 53,1% de los hombres y al 64,5% de las mujeres mayores de 80 años (INE, Encuesta de Discapacidad 2020).

El transporte debe ajustarse a las necesidades de las personas mayores, no sólo en términos físicos considerando posibles dificultades de movilidad, sino también en términos de accesibilidad económica y atención humana, con personal capacitado para proporcionar información de manera clara. El papel del transporte público en la promoción del envejecimiento activo es crucial, ya que fomenta la participación de las personas mayores en las actividades de su entorno. Una red de transporte deficiente puede desincentivar a las personas a salir de sus hogares, lo que contribuye al aislamiento social y al sedentarismo. Por lo tanto, es importante que el transporte público sea puntual, tenga una frecuencia adecuada y que ésta sea conocida por los usuarios.

Además, las paradas de autobús deben estar equipadas con refugios y bancos en la medida de lo posible, así como una señalización clara y precisa de horarios y rutas para ofrecer comodidad y seguridad a los pasajeros. Es probable que las personas mayores opten por evitar el transporte público en horas punta debido a la aglomeración, lo que limita su decisión en lo que a movilidad se refiere y hace fundamental para ellas y el conjunto de la sociedad una mayor disponibilidad de transporte público en los momentos del día de mayor afluencia. Por último, para las personas que requieren de transporte adaptado debido a su alto nivel de deterioro físico, este debe ser accesible en términos económicos.

En relación al vehículo privado, el mal estado de las calles, la falta de iluminación y señalización, la cantidad de vehículos y la dificultad para estacionar cerca del destino (ya sea por la disponibilidad de espacio o el costo de los estacionamientos) pueden desincentivar el uso del vehículo particular, incluso cuando la capacidad funcional para la conducción se mantiene en condiciones óptimas. Las personas mayores que aún conducen son conscientes, usualmente, de sus limitaciones a la hora de hacerlo y procuran diseñar estrategias para sentirse más seguras, como evitar rutas desconocidas o conducir de noche, además de priorizar los descansos y planificar sus trayectos.

Las personas que siempre han conducido sienten una pérdida de autonomía cuando dejan de hacerlo, lo que puede tener un impacto negativo en su salud, principalmente a nivel psicológico. En este sentido, la industria automovilística puede ofrecer soluciones para retrasar el momento en que las personas mayores abandonan la conducción, gracias a los Sistemas Avanzados de Asistencia al Conductor (ADAS por sus siglas en inglés), que incorporan avances tecnológicos en sensores y sistemas de alerta que contribuyen a una conducción más segura.

2.6. Aprendizaje a lo largo de la vida y competencias digitales

La Organización Mundial de la Salud (OMS) en 2015 incluyó el aprendizaje permanente como uno de los pilares básicos del envejecimiento activo. En la actualidad, la población mayor de 65 años tiene un mejor nivel educativo que las generaciones anteriores, además de un mayor acceso y uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación. Esto supone oportunidades interesantes para fomentar el aprendizaje a lo largo de la vida como herramienta clave para ayudarles a tomar decisiones informadas y potenciar su independencia.

Se ha destacado la importancia de abordar el envejecimiento desde el enfoque del ciclo vital, rompiendo con los bloques estancos de etapas vitales tradicionalmente utilizados. En este sentido, al hablar del aprendizaje a lo largo de la vida, resulta fundamental dejar atrás la idea de que en una primera etapa de la vida las personas se forman hasta poco más de sus veinte años para luego incorporarse al mercado laboral. El aprendizaje pues, se da en todas las etapas y en los diferentes contextos y entornos en los que la persona desarrolla sus actividades habituales.

El acceso a la educación en la juventud de hombres y mujeres de la generación mayor actual fue desigual, y aún podemos encontrar segmentos de la población sin estudios. En España, la proporción de perso-

nas mayores de 65 años que han conseguido al menos una titulación de educación secundaria postobligatoria se ubica en un 48,4% (véase indicador 4.7 sobre logros educativos en este estudio). Este dato es preocupante, ya que nos encontramos a la cola de Europa, solo por delante de Portugal y muy por detrás de la media de la Unión Europea. Los hombres presentan mayores porcentajes de estudios superiores que las mujeres. Lo mismo sucede con las cohortes entre 65 y 75 años en comparación con quienes superan los 75 años.

También se observan diferencias en función del lugar de residencia. Las personas que viven en entornos urbanos presentan niveles educativos más altos que aquellos que lo hacen en las zonas rurales. Sin embargo, las diferencias más destacadas se observan en función de la renta. Entre aquellas personas con una renta disponible superior a la media, la proporción de personas con titulación de educación secundaria postobligatoria es el doble de quienes tienen una renta disponible inferior.

En la década de 1980, en España comenzaron a adquirir un rol importante los Centros de Educación de Personas Adultas, en consonancia con el reconocimiento en la I Asamblea Mundial del Envejecimiento en Viena (1982) de la dimensión educativa en la vejez y la importancia de la educación en diversos aspectos que afectan directamente a la calidad de vida de las personas (IMSERSO, 2011). De hecho, la educación es un determinante de la salud y de la esperanza de vida. En los países de la Organización de Cooperación y Desarrollo Económicos (OCDE), por ejemplo, un hombre de 25 años con educación universitaria puede esperar vivir 7,5 años más que otro con menor nivel educativo (OMS, 2020).

Abordamos de manera específica en otros apartados de este estudio el mercado laboral y la importancia de la formación continua para las personas mayores desde esta perspectiva. Por lo tanto, nos centraremos en este apartado en el componente de formarse por el hecho de aprender y adquirir capacidades para la vida diaria, así como por la realización y la satisfacción personal que ha ido cobrando protagonismo entre las personas mayores.

El aprendizaje a lo largo de la vida puede tener lugar en entornos formales si existe una planificación de la actividad formativa que culmina con una titulación oficial. También puede ser no formal, cuando existe dicha planificación, pero el objetivo no es obtener algún tipo de certificación, o informal, que son todos aquellos aprendizajes que el individuo obtiene en su vida a través de actividades cotidianas o de las interacciones con las personas a su alrededor, sin estar estructurados como un programa formativo. Los entornos formativos, por lo tanto, pueden ser diversos. Desde hace años, siguiendo el modelo que tuvo sus orígenes en Francia, en España existen las Aulas de la Tercera Edad o Aulas de Formación Permanente, como espacios con una oferta formativa específica para las personas mayores. Además, las universidades españolas suelen ofrecer programas dirigidos a personas mayores sin ningún tipo de requisito de acceso. Las administraciones públicas, en su mayoría los ayuntamientos, también disponen de programación formativa concreta para adultos mayores.

Un asunto relevante radica en la valoración de la alfabetización en cuestiones de salud, tanto en la persona mayor protagonista como en su círculo cercano y en la sociedad en su conjunto, como mecanismo para promover estrategias de intervención efectivas en cuanto a la prevención

de enfermedades y del deterioro físico y cognitivo asociados a la edad. En este sentido, el Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales establece como uno de los factores determinantes de la salud la educación e información sobre cuestiones sanitarias (HelpAge, 2021). La formación en salud está intrínsecamente relacionada con la capacidad para acceder e interpretar información básica y utilizar dicha información para que cada individuo pueda tomar las decisiones más acertadas. Hay mayores posibilidades de que las personas con niveles más bajos de alfabetización en salud declaren no recibir vacunas ni acudir a revisiones médicas de forma periódica (IMSERSO, 2011; OMS, 2015).

Participación en actividades de formación permanente

El porcentaje de personas que manifiestan haber asistido durante las últimas semanas a alguna actividad formativa en España es casi cuatro puntos porcentuales inferior a la media europea y muy lejos aún de los países punteros como Suiza, Suecia o Finlandia (véase el indicador 3.9. aprendizaje a lo largo de la vida, de este estudio). En nuestro país, solo un 9,6% de las personas entre 55 y 74 años ha asistido durante las últimas cuatro semanas a algún curso, seminario, conferencia o clase privada fuera o dentro del sistema educativo formal. Este porcentaje es mayor en el caso de las mujeres que en el de los hombres, así como también para las personas residentes en entornos urbanos en comparación con quienes lo hacen en entornos rurales. La diferencia más abrupta se observa entre quienes tienen niveles educativos más bajos en comparación con aquellos que tienen estudios secundarios postobligatorios o niveles más altos, que cuadruplican la participación en actividades formativas. Otra diferencia relevante es la participación de las personas que presentan algún tipo de discapacidad, que lo hacen la mitad que quienes no tienen ninguna discapacidad.

Fomentar el aprendizaje a lo largo de la vida conlleva una amplia gama de beneficios que abarcan desde lo físico y lo cognitivo hasta lo emocional y social. Una cuestión fundamental es la capacidad de mantener la independencia durante la vejez, no sólo en términos de vivienda, sino también desde una perspectiva económica, aspectos estrechamente relacionados con la educación, la alfabetización digital y la salud (UNECE, 2018). El aprendizaje continuo puede contribuir a retrasar la aparición de demencia y prevenir el deterioro cognitivo asociado con el envejecimiento (Comisión Europea, 2021), a la vez que reduce la dependencia de los servicios sociales y de sus familiares, mejora la salud y el bienestar (OMS, 2015) y amplía las redes de apoyo social.

La participación en actividades formativas ofrece a las personas mayores un valioso sentimiento de confianza en sí mismas y de realización personal. Quienes se involucran en estos programas mejoran su calidad de vida y satisfacción, ya que pueden profundizar en ciertos temas de su interés, al mismo tiempo que se sienten realizadas por tener un mayor conocimiento y haber adquirido competencias útiles para enfrentar los retos de la vida diaria. Sin embargo, el aprendizaje no solo enriquece mediante la adquisición de conocimientos teóricos o prácticos, sino que quienes participan en programas de formación continua destacan el aporte socializador que tienen estas actividades. Como muestra de ello, un estudio sobre los programas para personas mayores de la Universidad de Extremadura (Cabrero y Díaz, 2019) muestra que las personas participantes destacaron como principales motivos de asistencia el aprendizaje para mantener la mente activa, el aprovechamiento del

tiempo libre tras la jubilación y las relaciones interpersonales y vínculos de amistad. Por lo tanto, vemos que el componente social es un factor clave en el interés por asistir a este tipo de actividades.

El aprendizaje a lo largo de la vida es una gran estrategia para combatir el edadismo, tanto el que ejerce la sociedad hacia las personas mayores, como el que las propias personas se autoinfligen por su edad. Permite ofrecer una visión de las personas de edad avanzada como agentes activos de la sociedad, a la vez que las personas se sienten realizadas por afrontar el reto de continuar adquiriendo nuevos conocimientos y se fomenta su participación en otros entornos, no solo en aquellos donde específicamente tiene lugar la acción formativa.

En cuanto a los obstáculos para la participación de las personas mayores en actividades formativas, la OMS (2015) destaca sus propias actitudes negativas ante la posibilidad de retomar los estudios, los obstáculos físicos y materiales como el coste, la falta de tiempo o la falta de información sobre las opciones disponibles, y los obstáculos estructurales ligados a la accesibilidad. La rigidez mencionada al inicio de este capítulo en la forma en que se establecen las etapas de la vida supone también un desafío a la hora de definir políticas que fomenten la participación de las personas mayores en estos programas.

Las opciones formativas para las personas mayores deben ser diversas y acordes con sus intereses, así como flexibles para que puedan adaptarse a las diferentes formas de vivir la vejez. Ya se ha señalado que cuanto mayor es el nivel educativo previo de las personas, más posibilidades hay de que participen en actividades formativas. Esto se relaciona intrínsecamente con el hecho de que la experiencia previa tiene un componente muy importante en la posibilidad de que sientan interés o se animen a participar en estas actividades. Estar exentos de exámenes o pruebas de conocimiento puede tranquilizar al alumnado tal y como apuntan algunos autores (Cabrero y Díaz, 2019), facilitando un mayor disfrute de las clases sin sentir la presión de la evaluación de los contenidos aprendidos.

Habilidades digitales y uso de las tecnologías de la Información y la Comunicación

La pandemia puso de manifiesto la importancia de contar con las competencias necesarias y el acceso para poder relacionarnos con el exterior a través de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC). A su vez, las personas que ya formaban parte de programas de formación permanente se vieron obligadas a adaptarse a la virtualidad. Esta situación dejó en evidencia las dificultades que aún enfrentan muchas personas mayores para utilizar Internet y otras herramientas informáticas.

Esta brecha puede manifestarse en la falta de acceso cuando no se dispone de la infraestructura o las herramientas necesarias, o en la falta de habilidades si la persona no está suficientemente preparada para desenvolverse en entornos digitales. En este sentido, el concepto de inclusión digital implica ampliar el acceso a Internet y a dispositivos como smartphones, de manera que las personas mayores puedan utilizarlos sin dificultad, además de fomentar su capacidad para emplear estas tecnologías como parte del aprendizaje a lo largo de la vida (Organización Panamericana de la Salud, 2022).

En España, el 72,6% de las personas entre 55 y 74 años utiliza Internet al menos una vez por semana, ligeramente por encima de la media europea pero lejos del 96,4% de Dinamarca (véase el indicador 4.5. Uso de tecnologías de la información y la comunicación, de este estudio). La brecha digital tiene un componente generacional, económico y geográfico relevante, tal como lo evidencian los datos, donde la diferencia más marcada se observa entre las personas de 55 a 64 años en comparación con las de 65 a 74 años. Esta información indica una tendencia en la que las cohortes que envejecen lo hacen con mayores habilidades digitales. También se destaca un mayor uso entre quienes residen en zonas urbanas en comparación con los que viven en áreas rurales, así como entre las personas con rentas disponibles por encima de la media y con estudios secundarios postobligatorios o superiores.

Aunque el porcentaje de usuarios de Internet entre las personas mayores de 65 años ha ido en aumento, todavía hay un 40,5% en este grupo de edad que afirma no haber accedido nunca a la red, cifra que ha disminuido aproximadamente un 27% en comparación con las estadísticas de 2017 (UDP, 2022). La generación del *Baby Boom* presenta un nivel educativo superior al de generaciones anteriores y ya ha tenido experiencia en el uso de herramientas informáticas en su ámbito laboral, lo que sugiere que las cifras mencionadas seguirán disminuyendo en los próximos años.

El principal uso de Internet entre las personas mayores es la comunicación con familiares y amigos a través de canales de mensajería instantánea, así como la búsqueda de información para mantenerse informados. Entre quienes no utilizan Internet, los principales motivos son la falta de conocimiento sobre cómo hacerlo y la falta de disponibilidad de un ordenador o tablet (Nagusi Intelligence Center, 2022). La falta de conexión a Internet es el motivo que más ha disminuido en comparación con años anteriores (UDP, 2022), lo que representa una oportunidad de mejora, especialmente para las áreas rurales y las personas de ingresos más bajos.

Las personas mayores pueden tener prejuicios en relación con el uso de Internet y de ciertos dispositivos como los asistentes de voz o las tablets, ya que no crecieron con estas herramientas. Esto se refleja en las estadísticas, donde el 28,4% del total de personas usuarias de Internet manifiestan confiar poco o nada en la red, porcentaje que aumenta con la edad hasta alcanzar el 38,5% en personas entre 65 y 74 años que expresan desconfianza (INE, 2022). Si no se abordan estos temores y conceptos preconcebidos, podría generarse una sensación de exclusión entre las cohortes de edades avanzadas.

Cuanto más avanzada es su edad, las personas afrontan mayores dificultades para realizar trámites de la vida diaria, como gestiones bancarias, trámites administrativos o gestiones de salud, lo que podría ponerlas en una situación de vulnerabilidad. Además de las limitaciones propias relacionadas con la brecha digital, es necesario considerar si existen obstáculos burocráticos que puedan contribuir a este problema, como la complejidad de los trámites, que las administraciones puedan abordar. Un ejemplo de respuesta gubernamental a esta dificultad es el modelo de "Islas Digitales" implementado en las Sedes Comunes de la Ciudad de Buenos Aires, donde se proporciona el equipo necesario y acceso a Internet en áreas delimitadas dentro de las oficinas de atención ciudadana para que las personas puedan realizar trámites mientras reci-

ben orientación del personal de atención. Este modelo mantiene la cercanía y el contacto directo, solicitado frecuentemente por las personas mayores, al mismo tiempo que las empodera para utilizar Internet en la resolución de tareas cotidianas.

La alfabetización digital tiene un efecto multiplicador, ya que el aprendizaje de las habilidades en el uso de las TIC puede fomentar la inclusión de las personas mayores en otros ámbitos de aprendizaje, además de permitirles integrarse mejor en entornos intergeneracionales. Los propios factores limitantes de las personas son un desafío en sí mismos, ya que pueden generar aislamiento debido a la percepción de no ser lo suficientemente competentes o aptos para participar en actividades formativas, particularmente en aquellas personas con niveles educativos más bajos. Las acciones destinadas a cerrar la brecha digital deben considerar la diversidad de las personas mayores y su postura hacia las TIC para abordar adecuadamente sus inquietudes y diseñar programas educativos apropiados.

2.7. Mercado laboral

El envejecimiento de la población en las últimas décadas ha planteado un desafío considerable para la dinámica del mercado laboral, particularmente en países como España, donde la población muestra un marcado envejecimiento y una baja participación laboral entre las personas mayores de 55 años, especialmente si lo comparamos con nuestros países vecinos. En este contexto, surge una imperativa necesidad de redefinir políticas laborales que no solo fomenten la utilización de la experiencia de una mano de obra altamente experimentada, como es el caso de los adultos mayores, sino que también estimulen un envejecimiento activo dentro de este grupo. Esta es una prioridad que concierne tanto a las autoridades gubernamentales como a las empresas.

Consciente de este reto, la Declaración Ministerial de Roma (2022) hace hincapié en la mejora de políticas activas para el mercado laboral, que respondan al envejecimiento de la fuerza de trabajo. Esto incluye respaldar a quienes están en búsqueda de empleo y alentar a los empleadores a adoptar prácticas de gestión de la edad, fomentar el diálogo intergeneracional, desarrollar competencias y esquemas laborales que permitan la conciliación, así como garantizar entornos de trabajo saludables. En línea con esta perspectiva, la Estrategia Nacional de Personas Mayores para un Envejecimiento Activo y para su Buen Trato 2018-2021 (Consejo Estatal de las Personas Mayores, 2018) también establece como prioritario el mejoramiento de las condiciones laborales de las personas mayores y la extensión de sus carreras. Este enfoque refleja el problema de la temprana salida del mercado laboral por parte de una parte significativa de la población, a pesar de que todavía pueden contribuir de manera valiosa a la sociedad a través del trabajo remunerado.

La intersección entre el mercado laboral y el envejecimiento activo ha sido un tema recurrente en los últimos años, especialmente en discursos gubernamentales y en documentos oficiales. Sin embargo, está conectado con el concepto en desuso de “envejecimiento productivo”, que surgió en la década de 1980 y se centró en los efectos psicológicos de la pérdida de roles en los adultos mayores, y como respuesta a preocupaciones sobre los costos económicos de mantener a las personas después de que abandonen la vida laboral (Zaidi y Howse, 2017).

En España, según los datos de la Encuesta de Población Activa del segundo trimestre de 2023 (INE, 2023), el 48,7% de la población activa tiene más de 45 años. Para 2050, se proyecta que aproximadamente el 30% de la población europea superará los 65 años, y se espera que haya menos de dos personas en edad de trabajar por cada persona mayor, generando un índice de dependencia del 56,7%. Esta reducción de la población en edad de trabajar subraya la importancia de que las empresas diseñen estrategias para aprovechar el talento disponible (Comisión Europea, 2023).

El perfil ocupacional de la población mayor ha experimentado cambios significativos en años recientes. A partir de la década de 2010 se observa un mayor porcentaje de personas universitarias y profesionales entre las personas mayores de 50 años, principalmente entre las mujeres (INE, 2022). Este grupo tiende a ocupar puestos que requieren altas cualificaciones profesionales, como supervisores, y profesionales técnicos y de nivel medio (Oxford Economics, 2021).

Las personas trabajadoras mayores de 55 años se concentran mayormente en el sector de servicios, particularmente las mujeres. Además, tienen una mayor representación en la Administración Pública, la educación y las actividades sanitarias (HelpAge, 2022; Puyol, et al., 2018). En el sector agrícola y ganadero, la prolongación de la vida laboral es más común debido a la alta proporción de trabajadores autónomos y a las dinámicas específicas de las zonas rurales. Aunque las personas mayores trabajan en menor medida a tiempo parcial, aproximadamente la mitad de los que lo hacen alegan estar en dicha situación por no encontrar empleos a tiempo completo (HelpAge, 2022).

De acuerdo con la Encuesta Nacional de Condiciones de Trabajo (INSHT, 2015), conforme avanza la edad, los trabajadores y trabajadoras tienden a sentirse más capacitados para continuar desempeñando su trabajo actual o uno similar hasta los 60 años. Sin embargo, un 15% de los hombres y un 19% de las mujeres mayores de 60 años no se sienten capaces de hacerlo. Entre los trabajadores mayores, también se observa un mayor deseo de prolongar su vida laboral. No obstante, la realidad laboral es diversa, y, mientras algunas personas realizan sus tareas con entusiasmo y motivación, muchas otras se ven forzadas a realizar labores que implican un desgaste físico considerable, condiciones insalubres o flexibilidad limitada. Esto significa que la perspectiva de la jubilación tendrá connotaciones totalmente diferentes para ambos grupos.

Las personas desempleadas de larga duración reportan el nivel más bajo de satisfacción con la vida, según datos de la Encuesta Europea sobre Calidad de Vida de 2016. A este grupo le siguen quienes no pueden trabajar debido a enfermedades o discapacidades de larga duración. La satisfacción con la vida y el sentido de propósito disminuyen después de los 50 años, pero mejoran para quienes continúan trabajando después de jubilarse (Eurofound, 2016). En la misma línea, la falta de empleo se asocia con sentimientos de vacío, falta de propósito en la vida, vergüenza y una sensación de inutilidad (HelpAge, 2022).

En este contexto, los avances tecnológicos representan una oportunidad para el mercado laboral al impulsar la productividad. Esto es especialmente relevante en un contexto de decreciente población en edad de trabajar debido al envejecimiento demográfico. Para asegurar que estos avances no afecten negativamente a la población mayor con

menos habilidades tecnológicas, es crucial que la formación que se les proporcione se enfoque en el reciclaje y la adopción o mejora de competencias digitales.

En la actualidad, según los datos de jubilación de junio de 2023 del Instituto Nacional de la Seguridad Social, la edad real de jubilación ha alcanzado los 65 años por primera vez desde que se disponen de datos oficiales, siendo la edad media más alta en las mujeres autónomas (66,7 años). Esto indica una extensión real de la vida laboral cada vez más cercana a la edad legal de jubilación, en mayor concordancia con la voluntad gubernamental. Puyol (2018) señala como razones para este incremento de la edad real de jubilación una evolución hacia empleos físicamente menos exigentes, un envejecimiento más saludable en comparación con generaciones previas y unas normativas de prejubilación más restrictivas.

Cabe destacar que para permitir que las personas mayores mantengan su participación en el mercado laboral a medida que envejecen es necesario que hayan ocupado puestos a lo largo de su vida que aseguren su bienestar físico y mental, así como salarios adecuados. Esto implica no solo reducir los riesgos profesionales, sino también promover y apoyar hábitos saludables entre los trabajadores (Parlamento Europeo, 2021).

La prolongación de la vida laboral de los trabajadores y las trabajadoras en edades avanzadas es un desafío de considerable magnitud. Esta extensión debe ir de la mano de una garantía del bienestar, la salud y la voluntad de los trabajadores, ajustándose a las necesidades individuales de cada persona. Desde un inicio este estudio ha destacado la heterogeneidad dentro del grupo de personas mayores, un punto especialmente válido en el contexto de la permanencia laboral de esta población. Dado que cada persona y cada lugar de trabajo es único, es fundamental que cada trabajador y cada trabajadora tenga la oportunidad de continuar activo siempre que su capacidad física e intelectual le permita hacerlo de manera saludable (IMSERSO, 2014).

Las conductas edadistas en el mercado laboral

Probablemente, los entornos laborales son los ámbitos donde se manifiestan con mayor frecuencia las conductas edadistas, tanto hacia las personas jóvenes como, especialmente, hacia las mayores. Algunas formas de discriminación hacia los adultos mayores incluyen su exclusión de ciertas tareas o su descarte para posibles mejoras de categoría debido a su relativa cercanía al retiro del mercado laboral (IMSERSO, 2014; HelpAge, 2022).

Las conductas edadistas que pueden presentarse en los entornos laborales tienen su origen en prejuicios profundamente arraigados en la sociedad, en particular en relación con la productividad de las personas mayores. A pesar de estas percepciones, la realidad es que hasta la fecha no se puede aportar evidencia clara que demuestre que las personas mayores sean más o menos productivas que sus colegas más jóvenes. Existen, sin embargo, ciertas características identificadas en los trabajadores de mayor edad que pueden enriquecer los equipos de trabajo y agregar un valor significativo.

Erradicar estos estereotipos requiere un cambio cultural profundo en todos los niveles organizativos. Esto abarca desde la definición inicial

de roles y tareas, pasando por el proceso de entrevistas y contratación, hasta la reestructuración organizativa y la adaptación de los puestos si fuese necesario.

Gestión de la edad en las empresas: creación de entornos laborales amigables para las personas mayores

El Parlamento Europeo (2021) destaca entre los factores que pueden fomentar una mayor permanencia en el mercado laboral para las personas mayores la mejora de la salud y la seguridad en el trabajo, un mejor equilibrio entre la vida personal y profesional, entornos laborales adecuados para su edad, menos requisitos cuantitativos (podemos interpretarlo como una mayor evaluación de desempeño por resultados) y autonomía en cuanto al tiempo de trabajo.

La idea de entornos laborales amigables con las personas mayores tiene sus raíces en la propuesta de la OMS (2007) de crear entornos inclusivos y accesibles, donde se fomente una actitud de respeto y reconocimiento hacia las contribuciones de las personas mayores, garantizando su participación activa. Además, estos entornos amigables deben abarcar los espacios donde se desarrolla la actividad laboral y formativa de las personas mayores.

En términos generales, son escasas las empresas en España que cuentan con planes específicos o estrategias para gestionar equipos de trabajo de edades cada vez más avanzadas (HelpAge, 2022; Puyo, et al., 2018). Esta falta de enfoque resulta contraproducente en un contexto en el cual la población activa tiende a envejecer progresivamente. Por ejemplo, la conciliación entre la vida personal y familiar está muy presente en la gestión de plantillas cuyo personal tiene menores a cargo, pero no así en el caso de las personas de edades avanzadas, que normalmente comienzan a compaginar su vida laboral con tareas de cuidado de personas mayores dependientes de su entorno familiar o de nietos y nietas.

Si bien el envejecimiento puede conllevar cambios en la salud, ello no implica que las personas no puedan continuar desempeñando sus actividades laborales. Esto es factible siempre y cuando se lleve a cabo una planificación adecuada y una evaluación exhaustiva de los riesgos laborales, con el fin de considerar cualquier ajuste necesario en relación al puesto de trabajo. Las organizaciones son responsables de llevar a cabo estas evaluaciones y de implementar las medidas más adecuadas para prevenir riesgos específicos para quienes tienen edades más avanzadas. Sin embargo, se ha identificado una dificultad en este sentido (HelpAge, 2022), puesto que la normativa en materia de prevención de riesgos laborales no considera la edad como un factor de especial sensibilidad.

Las adaptaciones en el lugar de trabajo abarcan aspectos tanto físicos como la organización de tareas, la flexibilidad horaria y los modelos de prestación de servicios. Estas adaptaciones cumplen un papel fundamental al permitir que el trabajo se adapte a las necesidades individuales, evitando así el retiro prematuro de personas que aún tienen la capacidad de seguir contribuyendo. Además, es relevante destacar que la adopción de entornos laborales flexibles (que no desregulados) puede ofrecer la oportunidad a quienes se acercan a la edad de jubilación de planificar su transición de manera gradual y beneficiosa tanto para ellos mismos como para la organización.

A pesar del reconocimiento de los beneficios de los modelos laborales flexibles y la adaptación de roles o tareas como impulsores del envejecimiento activo, tanto trabajadores como empleadores pueden mostrar cierta resistencia hacia estas propuestas. Algunos empleadores argumentan dificultades para encontrar personal capacitado que pueda cubrir las partes de la jornada que los empleados mayores no pueden o no desean llevar a cabo, o la dificultad para ajustar los horarios de trabajo, principalmente en empleos que requieren cubrir turnos de forma estricta. Por su parte, algunos trabajadores y trabajadoras sienten que las adaptaciones podrían estigmatizarlos ante sus colegas o ser percibidas como manifestaciones de limitaciones funcionales que podrían llevar al despido (Sánchez y Díaz, 2022).

Beneficios de la promoción de espacios intergeneracionales y formación continua

Los beneficios de promover espacios intergeneracionales en todos los ámbitos de la vida son múltiples y así queda recogido a lo largo de este estudio. En el contexto laboral, la experiencia acumulada de los trabajadores y trabajadoras de mayor edad puede ser valiosa para las empresas, y posibilita una transferencia de conocimiento y experiencia que es difícil de lograr a través de las formas de capacitación tradicionales dirigidas al segmento más joven de la fuerza laboral. A pesar de esto, solo una tercera parte de las empresas afirma tener establecidos grupos intergeneracionales, si bien allí donde los tienen destacan su aspecto positivo en casi un 90% (Puyol, et al., 2018).

Los modelos de mentoría se presentan como una estrategia valiosa para capitalizar la experiencia de las cohortes de mayor edad, como sugieren diferentes estudios (Parlamento Europeo, 2008; Góngora, et al., 2018). Además, la combinación de estos modelos con equipos intergeneracionales surge como una herramienta altamente efectiva para la transferencia de conocimiento. Esto garantiza que, a medida que la fuerza laboral envejece y las personas se retiran, la experiencia acumulada por los empleados mayores se mantenga, preservando así un importante patrimonio de conocimiento organizativo.

La formación profesional continua emerge como un recurso fundamental para promover la permanencia de los segmentos de mayor edad en el mercado laboral. A pesar de su importancia, diferentes estudios han identificado una tendencia de las empresas a dirigir la formación principalmente hacia los empleados más jóvenes de la plantilla (IMSERSO, 2014; Rouzet, et al., 2019). Las organizaciones deben promover la formación especialmente enfocada en las personas mayores, sobre todo en el campo de las tecnologías de la información y la comunicación, áreas en las que se observan mayores dificultades de adaptación en este grupo.

Algunas propuestas en cuanto a la formación en las empresas dirigida específicamente hacia las personas mayores (Alcaide, 2019; HelpAge, 2022), están enfocadas desde una perspectiva de gestión de la nueva etapa vital conforme se acerca a la edad de jubilación, y en cómo afrontar el cambio con estrategias relativas a la planificación financiera, la gestión del tiempo libre y las relaciones interpersonales. Como ejemplo, tres de cada diez personas jubiladas manifiestan que no estaban preparadas para afrontar esta nueva etapa cuando llegó el momento de jubilarse y dos de cada tres consideran que es útil y necesario preparar a las personas para la jubilación o el envejecimiento (UDP, 2019).

Desempleo en las cohortes sénior

La situación de las personas de edades avanzadas se vuelve especialmente compleja si pierden su empleo. Cuando personas de este grupo se encuentran desempleadas, las posibilidades de reincorporarse al mercado laboral son escasas en comparación con otros grupos etarios, especialmente para aquellas personas con niveles educativos bajos. Además, en los casos en que logran conseguir un nuevo empleo, hay mayores probabilidades de que éste sea más precario que el anterior, especialmente para los grupos más vulnerables. Esto se puede ver reflejado en la cualificación requerida, las condiciones laborales o el salario. En estos escenarios, Taylor (2019) utiliza el concepto de “empleo puente”, refiriéndose a los puestos que algunas personas mayores aceptan para continuar contribuyendo a la Seguridad Social mientras esperan acceder a la pensión de jubilación. Estos empleos suelen tener menor calidad, y quienes los ocupan a menudo carecen de suficiente formación, lo que aumenta el riesgo de lesiones o problemas de salud relacionados.

En 2023, más de un tercio de los desempleados entre 50 y 59 años lleva más de dos años buscando trabajo, cifra que aumenta a más de la mitad entre las personas de 60 años o más (INE, 2023). Los trabajadores mayores de 45 años suelen ser blanco de la expulsión del mercado laboral durante crisis o reestructuraciones empresariales (HelpAge, 2022). Una razón puede ser que las personas de edades más avanzadas son quienes tienden a cobrar salarios más altos (Oxford Economics, 2022; INE, 2021), si bien influyen también los prejuicios sobre la productividad de estos trabajadores y trabajadoras.

En este contexto, la formación, orientación y, cuando fuera necesario, la recualificación, son fundamentales para evitar la expulsión permanente de estos individuos del mercado laboral. En este sentido, la Ley 3/2023, de 28 de febrero, de Empleo, considera a las personas mayores de 45 años dentro de los grupos vulnerables de atención prioritaria. Esta ley contempla la creación de itinerarios individuales y personalizados que se ajusten a su perfil profesional y necesidades, prestando mayor atención cuando tengan a cargo menores de 16 años o dependientes mayores.

Los incentivos fiscales para la contratación de personas mayores son una herramienta respaldada por organismos internacionales (Comisión Europea, 2021) y aplicada en España. Más allá del ahorro que esto puede representar para las empresas, los beneficios de contratar a profesionales sénior incluyen la lealtad y estabilidad, habilidades de toma de decisiones, liderazgo, capacidad para formar equipos, posibilidad de mentoría, experiencia, resiliencia e inteligencia emocional (HelpAge, 2022).

Situación de las mujeres mayores en el mercado laboral

Cuando la discriminación por edad se combina con la discriminación de género en el mercado laboral, las consecuencias son especialmente perjudiciales para las mujeres trabajadoras de edades avanzadas. Los empleos que involucran tareas de cuidado suelen ser realizados predominantemente por mujeres, a menudo de manera informal y sin prestaciones sociales. Esto tiene un impacto negativo tanto en su situación laboral actual como en sus perspectivas de jubilación futura. Además, estas tareas son especialmente agotadoras tanto física como psicológicamente.

En el caso de trabajos formales, las mujeres también tienden a percibir salarios más bajos, con mayores interrupciones temporales a lo largo de su vida laboral, derivadas principalmente de la dedicación a otras tareas de cuidados. Esto a menudo resulta en la falta de cotizaciones mínimas necesarias para acceder a la jubilación. Las estadísticas indican que las mujeres se jubilan más tarde que los hombres, principalmente debido a esta incapacidad de alcanzar las cotizaciones mínimas (Spijker, et al., 2020). Esto, sumado a peores condiciones laborales y mayor temporalidad, agrava su vulnerabilidad en la jubilación.

Un ejemplo claro de esto es el grupo de personas mayores de 65 años que siguen trabajando. En el caso de las mujeres, se trata principalmente de trabajadoras en servicios de restauración, servicios personales y ocupaciones elementales. Por otro lado, entre los hombres, son más comunes los directivos, técnicos y profesionales científicos e intelectuales (HelpAge, 2022).

Estrategias laborales para vidas más largas

La posibilidad de que las personas mayores puedan permanecer el máximo tiempo posible activas en el mercado laboral requiere, necesariamente, un buen estado de salud físico y emocional, así como posibilidades reales de participar en el mercado de trabajo. En este sentido, el Libro Blanco de la UE sobre las pensiones de 2012 enfatiza que el éxito de las reformas orientadas al aumento de la edad de jubilación dependerá de que hombres y mujeres tengan mejores oportunidades para prolongar su permanencia en el mercado de trabajo, mediante las disposiciones necesarias en materia de salud, lugar de trabajo y empleo (Consejo Estatal de las Personas Mayores, 2018).

A pesar de que los gobiernos han avanzado en el diseño de medidas para desincentivar la jubilación anticipada, no se han implementado medidas de acción positiva para fomentar el mantenimiento del empleo de las personas mayores en los años previos a alcanzar la edad ordinaria (HelpAge, 2022; Fernández Orrico, 2017). Adicionalmente, las empresas han utilizado diferentes mecanismos para propiciar la jubilación anticipada.

Según los resultados de una serie de encuestas realizadas en Estados Unidos (Jetsupphasuk y Maestas, 2019), entre las personas trabajadoras de mayor edad, el tiempo libre remunerado, la flexibilidad horaria y un mayor control sobre la gestión de sus actividades laborales destacan como los factores más valorados dentro del trabajo. Entre las personas mayores no activas (la mayoría jubilados), el 38% afirmó que volvería a trabajar si se les diera la oportunidad adecuada. Un dato interesante de este estudio es que únicamente para poco más de la mitad de las personas encuestadas la cuestión económica es importante o esencial, priorizándose por el contrario cuestiones relacionadas con la flexibilidad y la libertad de elección acerca de cómo gestionar el tiempo y las tareas.

La mayoría de los trabajadores y trabajadoras mayores con alto nivel educativo se mantienen ocupados hasta el momento de la jubilación e incluso extienden su vida laboral más allá de la edad prevista, utilizando mecanismos de jubilación parcial, mientras que aquellos con niveles educativos más bajos presentan mayores probabilidades de jubilarse una vez alcanzados los requisitos mínimos, o incluso antes si han tenido largos periodos de inactividad (Rouzet, et al., 2019; Puyol, et al., 2018). Aunque el nivel educativo de las personas mayores de 65 años

es bajo en España en comparación con el resto de países de la Unión Europea (véase indicador 4.7 de logros educativos, en este estudio), esta tendencia se revierte en la generación inmediatamente posterior. Por lo tanto, quienes hoy están más cerca de la jubilación son personas mejor formadas y con competencias digitales más altas. Así, podríamos pensar que, si la tendencia previamente descrita se mantiene, la edad real de jubilación debería tender a aumentar.

Por el contrario, un trabajo de baja calidad realizado a cualquier edad puede tener consecuencias adversas para el bienestar de una persona (Taylor, 2019). En el caso de los trabajos que involucran actividad física directa, existe un mayor riesgo de abandono prematuro del mercado de trabajo asociado al esfuerzo constante y al desgaste resultante, lo que propicia la aparición de problemas músculo-esqueléticos (HelpAge, 2022).

La jubilación anticipada es una cuestión claramente identificada como controvertida en la literatura. Aunque se defiende que debería contemplarse para aquellos trabajadores que realizan actividades con especial penosidad, peligrosidad o insalubridad, así como para personas con grados importantes de discapacidad (IMSERSO, 2014), en general se pide su desincentivación, relegándola estrictamente a situaciones como las expuestas previamente (Comisión Europea, 2021; Parlamento Europeo, 2008; UNECE, 2017). Por otro lado, se defienden fórmulas de jubilación flexibles y la posibilidad de combinar la participación en el mercado de trabajo con el cobro de una parte de la jubilación, mecanismos apoyados por diferentes organismos (Consejo Estatal de las Personas Mayores, 2018; Comisión Europea, 2021; UNECE, 2017; Naciones Unidas, 2002; OMS, 2015). En este sentido, la jubilación parcial se presenta como una opción interesante para quienes desean dar continuidad a su vida laboral una vez cumplida la edad de jubilación, en línea con la lógica de fomentar la jubilación activa combinando la pensión y el trabajo con una mayor cotización (HelpAge, 2022).

A pesar de las recomendaciones de organismos oficiales, el escaso conocimiento sobre la jubilación en la sociedad (Barómetro VidaCaixa, 2018) dificulta que los trabajadores y trabajadoras valoren la fórmula más adecuada para su situación particular y puedan planificar su salida del mercado de trabajo a través de fórmulas de jubilación flexible. De hecho, España es uno de los países de la OCDE con menor porcentaje de población entre los 60 y 69 años que combina el cobro de su pensión con el trabajo (Instituto Santalucía, 2022).

Street y Ní Léime (2020) enfatizan la distinción entre retrasar la jubilación y prolongar la vida laboral debido a sus objetivos diferentes. Los retrasos en la jubilación, sostienen los autores, responden a intereses y necesidades fiscales del Estado, mientras que la prolongación de la vida laboral requiere políticas que realmente puedan ayudar a las personas a trabajar hasta edades más avanzadas. A nivel general en los Estados miembros de la UE, las reformas en los sistemas de pensiones han apuntado al primer objetivo (Eurofound, 2016).

Si las medidas se enfocan en la supresión de las posibilidades de jubilación anticipada, sumado a un aumento de la edad de jubilación, es probable que también aumente el grupo de personas que no pueden trabajar hasta edades más avanzadas y tampoco tienen derecho a ningún tipo de jubilación o pensión de invalidez (Eurofound, 2016), lo que incrementaría el número de personas en riesgo de vulnerabilidad. Por lo

tanto, es posible que la prolongación de la vida laboral, sin las medidas adecuadas de protección para las personas más vulnerables que han tenido vidas laborales que comenzaron a edades tempranas y con mayor desgaste, acabe repercutiendo de forma negativa en las personas que no pueden extender su vida laboral (incluso si así lo desearan) y generando un grupo considerable de la población desprotegido, en una especie de limbo hasta que puedan cobrar una pensión de jubilación. Consciente de esto, la Comisión Europea (2021) hace referencia a la importancia del trato justo hacia los trabajadores y trabajadoras que acceden al mercado laboral de forma precoz.

Las personas trabajadoras que han tenido trayectorias laborales más desgastantes, ya sea por el tipo de trabajo o por la necesidad de compaginarlo con otras actividades como tareas de cuidado, así como las personas con estudios más bajos que enfrentan más dificultades para reinsertarse en el mercado laboral o acceder a empleos de mejor calidad, son las que tienen menos posibilidades de extender su vida laboral. En estos casos, un aumento de la edad de jubilación que no considere la diversidad de situaciones de las personas en la última etapa de su carrera profesional y que tampoco pueda garantizar empleo de calidad para toda la población activa, supone una dificultad añadida para las personas mayores en situación de vulnerabilidad.

2.8. Participación cívica de las personas mayores

El envejecimiento de la población plantea desafíos, pero también abre oportunidades en virtud de la experiencia acumulada por las personas mayores, quienes pueden aportar significativamente al desarrollo de comunidades cohesionadas. La participación social y política emerge como un reflejo del nivel de igualdad e inclusión en una sociedad (HelpAge, 2018) y, específicamente en el caso de las personas mayores, es un factor determinante del envejecimiento activo y, por ende, se encuentra intrínsecamente vinculado con un envejecimiento saludable.

En esta línea, uno de los aspectos centrales del Plan de Acción Internacional sobre el Envejecimiento (ONU, 2002) radica en capacitar a las personas mayores para que participen de manera plena y eficaz en la vida económica, política y social. Además, busca proporcionar oportunidades de desarrollo personal y garantizar los derechos económicos, sociales, culturales, civiles y políticos. Más recientemente, se definió la promoción de la participación en la sociedad y en sus órganos decisorios de las personas mayores como una de las cinco líneas de la Estrategia Nacional de Personas Mayores para un Envejecimiento Activo y para su Buen Trato 2018–2021.

Autores como Villar y Serrat (2014) destacan investigaciones que indican cómo las personas mayores que participan activamente en cuestiones cívicas tienden a establecer vínculos más sólidos con sus comunidades en comparación con aquellos que se abstienen.

La contribución de las personas mayores hacia la sociedad adopta diversas formas y se manifiesta en distintos ámbitos. Esta capacidad de contribuir se halla íntimamente vinculada con su participación en actividades sociales y culturales (Organización Panamericana de la Salud, 2022), pero a su vez abarca las actividades de cuidado de nietos o fa-

miliares dependientes, así como proporcionar apoyo económico a sus descendientes. Bloom (2020) denomina este tipo de actividades como actividades productivas no de mercado, que engloban las tareas de cuidado mencionadas y el voluntariado. En esta sección nuestra atención se centrará en esta categoría, sin desatender otro tipo de participación que radica en la oportunidad de formar parte de los entornos donde se toman decisiones con impacto en la vida de las personas mayores.

Las actitudes paternalistas que en ocasiones imperan entre quienes diseñan políticas públicas relacionadas con el envejecimiento constituyen un obstáculo para la participación de personas de edades avanzadas. Por ello, es crucial destacar que garantizar la participación cívica de las personas mayores demanda la previa garantía de otros aspectos de sus vidas, los cuales ya han sido referenciados en este estudio, como la accesibilidad, la movilidad y un estado de salud óptimo. Los gobiernos, por su parte, deben ser conscientes de su responsabilidad de proveer las condiciones materiales que posibiliten una vida activa en lo que concierne a la participación cívica.

Las personas mayores que se involucran activamente en la vida social evitan la soledad y el aislamiento, gracias a los beneficios individuales que conlleva la convivencia intergeneracional (Cambero y Baigorri, 2019). En una línea similar, la capacidad funcional de las personas mayores incluye la habilidad para contribuir a la sociedad mediante la asistencia a otros, el asesoramiento a las generaciones más jóvenes, el cuidado, el voluntariado o la participación laboral (Organización Panamericana de la Salud, 2022).

Resulta interesante la definición que ofrece HelpAge (2021) de una sociedad inclusiva, entendida como un entorno donde las personas mayores son valoradas y participan activamente en la vida social y política, defendiendo sus opciones y preferencias. Este papel de las personas mayores como agentes de cambio lo presenciamos en 2022 con la reivindicación de un médico jubilado de 78 años en Valencia contra la falta de atención personal en las sucursales bancarias. En este caso, Carlos San Juan, haciendo uso de nuevas tecnologías, inició la campaña de recogida de firmas “Soy mayor, no idiota” a través de la plataforma digital Change.org para que las sucursales bancarias garantizaran una atención presencial para la realización de las gestiones.

La participación de las personas mayores en la formulación e implementación de políticas y programas específicos para su bienestar representa un desafío. Esto probablemente se asocie con el hecho de que estas personas no han sido socializadas en un contexto democrático que promueva dicha participación (Canal Oliveras, 2019). Aún más complejo resulta incentivar la participación de personas mayores con dependencia o que viven en entornos residenciales. Otro reto radica en promover una participación que trascienda los temas tradicionalmente asignados a las personas mayores, permitiendo una integración auténtica en los espacios de toma de decisiones.

Los beneficios de la participación cívica de las personas mayores son dobles y pueden ser clasificados como internos o externos. Esta participación conlleva un beneficio personal para quienes la llevan a cabo, en términos de realización individual y un sentido de pertenencia a la comunidad. Al mismo tiempo, la comunidad se beneficia de las contribuciones que las personas mayores pueden ofrecer gracias a su experiencia y

trayectoria, ya sea profesional o de vida. Villar y Serrat (2014) observan que, aunque la mayoría de los estudios se han centrado en el ámbito del voluntariado, la relación entre niveles de participación y bienestar podría extenderse al ámbito de la participación política. Como bien apunta Roig (2021), el fomento de la participación política de las personas mayores refuerza el sentimiento de pertenencia a la comunidad política. Los ciudadanos perciben que son parte del proyecto político que representa la comunidad, y su identidad política se articula en torno a ella. Los instrumentos de participación política impulsan el apego y aumentan la satisfacción de aquellos que los emplean, ya que sienten que son útiles y necesarios en su comunidad.

Como veremos a continuación, la participación de las personas mayores en actividades de voluntariado, organizaciones sociales o en la política es limitada, y normalmente se realiza dentro de marcos organizativos o institucionales. La Encuesta de Condiciones de Vida (INE, 2015) señala la falta de interés como la razón principal de las personas para no participar en política, mientras que en lo que refiere a actividades sociales se presentan otros motivos que no se relacionan ni con el interés ni con la disponibilidad de tiempo pero que tampoco se detallan en los resultados de la encuesta. Investigaciones futuras podrían profundizar en estos aspectos no descritos y que merecen atención detallada.

Actividades de voluntariado

La Organización Mundial de la Salud (2015) define el voluntariado en el contexto de las personas mayores como una labor no remunerada elegida por estas personas para beneficiar a individuos ajenos a su hogar y a la comunidad en general. Las esferas administrativas y los expertos en gerontología han dirigido su atención hacia este tipo de actividades debido a la bidireccionalidad inherente de sus beneficios. En este contexto, el voluntariado ha sido reconocido como un medio para proporcionar nuevas oportunidades de aprendizaje a los ciudadanos mayores, al mismo tiempo que puede mejorar la comprensión intergeneracional (Comisión Europea, 2011).

En España, la proporción de personas de 55 años o más que participan al menos una vez por semana en actividades de voluntariado o movimientos sociales asciende al 3,7%, una cifra notablemente inferior al promedio europeo y considerablemente distante del 25,2% registrado en Holanda, país puntero en cuanto a la participación de personas mayores en tales actividades (véase el indicador 2.1. Actividades de voluntariado en la sección de indicadores de este estudio). La participación disminuye conforme avanza la edad, una tendencia que puede vincularse con la pérdida gradual de capacidades funcionales, así como con una participación más activa que coincide con el momento de jubilación, cuando los individuos experimentan un aumento repentino de su tiempo libre. En este contexto, las mujeres muestran una participación considerablemente más alta que los hombres, al igual que aquellos con rentas por encima de la media y quienes han completado estudios secundarios postobligatorios o superiores. No obstante, en zonas rurales, la participación desciende a menos del 1%. Cabe destacar que en las áreas menos pobladas, es posible que las personas participen en actividades con un impacto significativo en sus comunidades, pero que no sean registradas formalmente como actividades de voluntariado o no estén necesariamente organizadas mediante estructuras formales.

La participación de personas mayores en actividades de voluntariado reviste relevancia y contribuye de manera determinante al envejecimiento activo. Esta participación permite a las personas mayores seguir vinculadas a las actividades que caracterizaron su vida anterior, integrándose así en su entorno social y contribuyendo a fomentar su autoestima (Consejo Estatal de las Personas Mayores, 2018). En efecto, una relación recíproca entre la salud y el voluntariado es discernible (OMS, 2015), con una mayor probabilidad de que los adultos mayores en mejor estado de salud se involucren como voluntarios; al mismo tiempo, las personas son más saludables y felices porque trabajan como voluntarias.

Las investigaciones realizadas en países de ingresos altos indican que el trabajo y el voluntariado en las últimas etapas de la vida pueden ejercer efectos positivos en la salud. En efecto, existen evidencias sobre cómo el voluntariado impacta positivamente en la autoevaluación de la salud física, reduciendo la hipertensión, incrementando la fuerza física y la velocidad de la marcha, y atenuando los síntomas de la depresión (OMS, 2015).

El voluntariado, por su parte, tiene también un valioso componente intergeneracional. Esta práctica puede promover la solidaridad y la cooperación, beneficiando tanto a jóvenes como a personas mayores en términos de conocimiento y experiencias compartidas (Comisión Europea, 2021). En este sentido, los contextos que propician la transferencia de conocimiento entre generaciones distintas representan entornos propicios para fomentar la participación cívica de las personas mayores.

Las actividades de voluntariado en las que las personas mayores participen deben ser capaces de encauzar propuestas que les permitan poner en práctica sus experiencias a lo largo de la vida y sus conocimientos acumulados, asegurando así un beneficio real y satisfactorio. La OMS (2015) subraya, entre las medidas necesarias para fomentar el voluntariado, la creación de oportunidades para que las organizaciones y los voluntarios establezcan contacto, los aliente a participar y garantice que la actividad sea coherente con las aportaciones que cada individuo pueda realizar y sus motivaciones e intereses personales.

Participación política

La participación política, en su sentido más amplio, abarca tanto el ejercicio del voto como la participación en partidos políticos, sindicatos, protestas y otras organizaciones y actividades de índole política. Algunos autores destacan la falta de una referencia explícita a la participación política en las fórmulas de participación social detalladas en la mayoría de los documentos emitidos por organismos oficiales (Zubero Beaskoetxea, 2018; González Quinzán, et al., 2022). Sin embargo, es importante destacar que el Índice de Envejecimiento Activo incluye, en su sección sobre Participación en la Sociedad, una mención específica a la participación política. Asimismo, la Declaración Ministerial de Roma (2022) hace hincapié en la necesidad de aumentar la participación de las personas mayores y sus representantes en la formulación de leyes y políticas en todos los niveles, a fin de reflejar adecuadamente sus derechos y diversas necesidades e intereses. En este contexto, se insta a involucrar a las personas mayores y a sus organizaciones en los procesos de elaboración de leyes y políticas a todos los niveles.

Los datos para el caso español muestran que la proporción de personas de 55 años o más que han formado parte durante el último año de actividades de participación política es muy baja, situándose en un 3,9%, por debajo del promedio europeo, si bien ninguno de los países destacados logra alcanzar el 15% de participación (véase el indicador 2.4. Participación política en el apartado de indicadores de este estudio). Del mismo modo que sucede con las actividades de voluntariado, conforme avanza la edad disminuye la participación. También se observa mayor implicación entre las personas con estudios secundarios postobligatorios o superiores, aunque en este caso, las personas con rentas disponibles por debajo de la media participan más que aquellas con rentas superiores, así como también lo hacen más los hombres en comparación con las mujeres. Un estudio sobre la dimensión política del envejecimiento activo (González Quinzán et al., 2022) subrayan que la edad en sí misma no tiene un impacto directo en la participación electoral, a diferencia de otras variables relacionadas directamente con la edad, especialmente el hecho de estar o no jubilado.

Se observa que las personas mayores de 65 años presentan una mayor participación electoral, pero, por el contrario, son el grupo con menor participación en manifestaciones o huelgas entre todos los grupos etarios. Esto se debe a que las personas mayores tienden a distanciarse de formas menos institucionalizadas de participación, prefiriendo en cambio las formas institucionalizadas como la afiliación a partidos políticos, organizaciones, sindicatos o asociaciones (González Quinzán et al., 2022). Esta inclinación por formas institucionalizadas de participación también se observa en el contexto del voluntariado.

Tomando como ejemplo el análisis de Zubero Beaskoetxea (2018), en este caso se ha consultado el Barómetro postelectoral de junio de 2023 del Centro de Investigaciones Sociológicas, realizado tras las elecciones municipales y autonómicas. Los datos del barómetro revelan que las personas mayores de 65 años son las que más acuden a las urnas y tienden a votar por partidos tradicionales, siendo las que menos modificaron su decisión de voto a lo largo de la campaña. Aunque a menudo se cree que sus posiciones ideológicas son más conservadoras (Instituto Santalucía, 2023), cuando se les pregunta sobre el espectro izquierda-derecha, las personas mayores de 65 años tienden a ubicarse más hacia el centro-izquierda que hacia el centro-derecha.

Un ejemplo valioso de cómo se puede integrar a las personas mayores en la toma de decisiones que afectan su vida cotidiana es el programa “Ciudades Amigables Con las Personas Mayores”, explicado en mayor detalle en el apartado correspondiente a movilidad y espacio público de este estudio, que planifica las áreas de actuación a través de la articulación de las propuestas de las personas mayores que habitarán esos espacios.

El IMSERSO (2014) hizo una interesante reflexión sobre el reconocimiento de la participación social de las personas mayores, señalando que sus opiniones a menudo quedan relegadas cuando se pierde su estatus activo en el mercado laboral tras la jubilación. Para contrarrestar este tipo de actitudes edadistas, los gobiernos deben proporcionar espacios para la incidencia política de las personas mayores y sus representantes, ya que las organizaciones que representan sus intereses son escasas y tienen poco peso en la toma de decisiones públicas (HelpAge, 2021).

2.9. Turismo, ocio y cultura

Las actividades de ocio y culturales, así como el turismo, permiten a las personas mayores estar en contacto con otros con intereses similares. Esto es una herramienta efectiva para ampliar los círculos de apoyo social, combatir la soledad no deseada y promover tanto la actividad física como la cognitiva en las personas mayores. De manera general, se observa una marcada correspondencia entre las actividades relacionadas con la cultura, la educación y el aprendizaje a lo largo de la vida. Aunque estas actividades abarcan una variedad de formas, se entrelazan y comparten una dimensión social significativa. Esto se debe a que las personas mayores tienden a beneficiarse del componente social de participar en estas actividades (Rodríguez et al., 2018).

Aunque casi la mitad de las personas mayores de 65 años declara que su actividad principal diaria está relacionada con el ocio (Alcaide, 2020), existen muy pocos estudios en España que analicen las conductas y preferencias de este grupo etario con respecto a cómo ocupan su tiempo libre y sus preferencias con relación al ocio y los viajes. Esta falta de documentación se observa también a nivel internacional, como lo manifiestan algunos autores (Yee Kan et al., 2021). Esto dificulta un mejor entendimiento de sus intereses y aficiones, y por consiguiente, un diseño adecuado de las estrategias para el disfrute de las personas mayores.

El perfil de las personas mayores en la actualidad es diferente al de hace unos años. Quienes se acercan a la edad legal de jubilación y, por ende, tienen mayor disponibilidad de tiempo libre, presentan un perfil aún más diferenciado en comparación con las generaciones previas. Pueden disfrutar de tiempo para viajar o realizar actividades de su interés, así como de recursos económicos para dedicar a estas actividades. Además, su salud es cada vez mejor en comparación con otras generaciones. En este sentido, entre los principales factores determinantes para viajar se encuentran la percepción del estado de salud, el poder adquisitivo y el tiempo disponible (Rodríguez Santos et al., 2021).

El ocio y la recreación son motores de bienestar, ya que alivian el estrés al movilizar la dimensión socio-emocional. Además, permiten tomar el control del propio tiempo y ofrecen defensas contra el aburrimiento, que en sí mismo es estresante y genera malestar (IMSERSO, 2011). Otros autores también han manifestado que la ansiedad o la depresión son significativamente más frecuentes en el grupo de personas que abandonaron el desempeño de alguna ocupación de ocio (González Cereales y De Rosende Celeiro, 2017).

Las actividades recreativas y el disfrute a través del ocio pueden (y deben) estar presentes en diferentes ámbitos de la vida de la persona a medida que envejece. Esto debe considerar su disponibilidad de tiempo y su voluntad de participar en actividades que le generen satisfacción, además de perseguir tanto objetivos de disfrute como de fomento de las capacidades intrínsecas a través del juego, de actividades que impliquen un cierto nivel de creatividad o de ejercicio físico al aire libre. Esto es especialmente relevante entre las personas con mayores niveles de dependencia o de pérdida de capacidad funcional.

Alcaide (2020) identifica diferentes tipos de ocio relacionados con el grupo de personas mayores. Por un lado, está el ocio sedentario, relacionado con actividades pasivas como leer, ver la televisión o escuchar

la radio. En segundo lugar, está el ocio doméstico, más frecuente entre las mujeres, que implica actividades como coser, hacer manualidades o cuidar de las plantas o los animales. En tercer lugar, el ocio social, que implica la relación con otras personas, ya sean amigos o familiares, y refuerza la esfera emocional y la socialización de las personas. El ocio saludable y activo, por otro lado, incluye actividades como pasear, bailar o hacer excursiones. Finalmente, el ocio de aprendizaje abarca lo que entendemos como aprendizaje a lo largo de la vida e incluye cualquier tipo de formación que genere satisfacción personal, desde clases de informática hasta de música.

En países del sur de Europa como España o Italia, un mayor nivel educativo se asocia con más trabajo remunerado, menos trabajo doméstico (como consecuencia de la capacidad para externalizar estas tareas) y menos horas de sueño. Sin embargo, a pesar del mayor tiempo dedicado a responsabilidades laborales, las horas disponibles para el ocio son mayores que en el caso de las personas de su edad con menor nivel educativo (Yee Kan, et al., 2021). Para este último grupo, cuando el nivel de renta es menor, cobran mayor relevancia el hogar y los espacios abiertos como lugares de referencia para la práctica de ocio (Instituto de Estudios de Ocio, 2007).

En la vejez, las mujeres asumen una proporción menor de trabajo remunerado y, en contraposición, una carga mayor de tareas domésticas, lo que inevitablemente limita su tiempo libre en comparación con los hombres. Esta disparidad es evidente en la asignación del tiempo en diversos países, donde las mujeres dedican aproximadamente 110 minutos menos al día a actividades de ocio en relación con los hombres. En contextos caracterizados por arraigadas normas familiares de género respecto a las responsabilidades de cuidado, es más probable que las desigualdades en la distribución del tiempo persistan durante la vejez, perpetuando así disparidades sociales en el uso del tiempo libre en etapas avanzadas de la vida (Yee Kan et al., 2021).

En cuanto al turismo, un estudio del Centro de Investigación Ageingnomics (2022), destaca que siete de cada diez personas mayores de 55 años han viajado al menos una vez al año y un 35% lo hace más de dos veces al año. Más de un 70% planea realizar viajes por ocio o turismo, y conforme más alto es el nivel educativo más viajan (o planean hacerlo), con una clara preferencia por destinos nacionales y por alojarse en hoteles en comparación con otras opciones, como apartamentos o viviendas de familiares y amigos. Los destinos preferidos de este grupo de población son aquellos con entornos naturales y destinos culturales. Este estudio también señala que la principal barrera para hacer turismo para las personas de edades avanzadas es el gasto que implica el viaje.

En la misma línea, un estudio que analiza los motivos para no viajar de ciudadanos mayores en la Unión Europea (Álvarez-Sousa, 2018) señala las razones económicas como el principal motivo. Esto destaca especialmente entre las personas que residen en zonas rurales, mujeres y personas con niveles educativos bajos. Este hecho se refleja también en el caso español, donde menos del 70% de la población mayor de 65 años puede permitirse una semana al año de vacaciones fuera de casa (véase el indicador 3.8. de este estudio, sobre posibilidad de pagarse una semana de vacaciones fuera de casa). Esta dificultad afecta principalmente a las personas con rentas disponibles por debajo de la media, con menor nivel educativo y con discapacidad. También afecta a quienes

residen en entornos rurales en comparación con aquellos que viven en áreas urbanas. En este sentido, se ha demostrado que a medida que aumenta o disminuye la renta, siempre que los demás factores como la salud permanezcan constantes, también aumenta o disminuye la probabilidad de realizar viajes (Losada Sánchez et al., 2015).

Rodríguez Santos et al. (2021) distinguen tres perfiles de turistas. Por un lado, está el turista aventurero, que busca nuevas experiencias y está interesado en socializar, buscar enriquecimiento espiritual, compartir sus experiencias con otros, practicar actividad física y relajarse. Este perfil se identifica con personas con suficiente poder adquisitivo para satisfacer todas sus expectativas respecto al viaje. Por otro lado, está el turista científico-cultural, que busca enriquecimiento intelectual a través de visitas a museos y sitios históricos, siendo su principal motivación para viajar la cultura en general, ya sea a través del arte, la música o la historia. Por último, encontramos un tipo de turista denominado “de la familiaridad” que busca experiencias para compartir en familia, ya sea visitando a otras personas de su entorno afectivo, para conocer nuevos lugares o bien para descansar. Este último grupo es el que suele tener menor poder adquisitivo.

La mayoría de las iniciativas dirigidas al colectivo sénior en materia de turismo forman parte de políticas de envejecimiento activo promovidas por el sector público. Tienen como objetivo facilitar el acceso de las personas mayores a viajes mediante programas subvencionados (Losada Sánchez et al., 2015). El denominado turismo social en España es bien conocido, principalmente por los programas de viajes del IMSERSO. Estos programas se presentan como un servicio complementario de las prestaciones del Sistema de la Seguridad Social. Son subvencionados por el Estado y promueven el envejecimiento activo y la mejora de la calidad de vida de las personas mayores. Además, fomentan viajes fuera de temporada alta, dinamizando así la economía de las zonas turísticas. En 2022, un total de 3.835.945 personas se acreditaron para participar en el programa de turismo social del IMSERSO, siendo la mayoría de edades entre 65 y 79 años. Las mujeres son quienes más solicitan este tipo de viajes, casi 20 puntos porcentuales por encima de los hombres. Esta opción turística es especialmente relevante para personas con rentas más bajas (IMSERSO, 2023).

Más allá de cuál sea el tipo de actividad preferida, o la modalidad turística que despierte mayor interés, lo importante cuando se realiza una actividad de ocio no es en sí la actividad que las personas hacen, sino lo que piensan y sienten mientras la realizan (IMSERSO, 2011). La actividad se convierte, por lo tanto, en un medio a través del cual la persona puede desarrollarse y satisfacer sus necesidades para ocupar su tiempo libre.

2.10. Cultura financiera y autonomía económica

La vejez es una etapa de la vida fuertemente marcada por la jubilación y, por ende, por una nueva situación de la economía familiar que conlleva la transición de ingresos provenientes del mercado laboral a unos ingresos procedentes de pensiones y, en algunos casos, ahorros personales. Este ahorro puede estar relacionado con múltiples variables, entre las que destacan la renta que han obtenido y obtienen, la situación personal, su actitud frente al gasto y al ahorro, o los conocimientos financieros

que poseen (Ispuerto Maté et al., 2021). Si bien en general, las personas mayores llegan al momento de la jubilación con cierta estabilidad económica, libres de deudas y con su vivienda en propiedad, más de la mitad manifiestan intranquilidad respecto de su situación económica actual y alrededor de un 40% creen que en el futuro esta situación empeorará (Ageingnomics, 2022).

El factor determinante de la seguridad económica de la población mayor en España es el sistema de pensiones, siendo a la vez una de las principales preocupaciones de los gobiernos respecto al desafío de la longevidad. Sin embargo, ocho de cada diez personas desconocen cómo se calcula la pensión pública y cuánto cobrarán al jubilarse, y un 66% cree que esta pensión será insuficiente para mantener su poder adquisitivo (Barómetro VidaCaixa, 2018).

Además de su situación económica, las personas mayores, como consecuencia de ciertos factores de vulnerabilidad, como un menor dominio de las herramientas digitales o conocimientos deficientes en ciertos conceptos financieros, pueden encontrar dificultades para ejecutar operaciones bancarias o comprender información importante relativa a los productos financieros (Andújar Nagore, 2022). En este sentido, aunque existe una preferencia general en la sociedad por la inmediatez que ofrece el acceso a las gestiones bancarias a través de una aplicación o de internet, las personas mayores aún prefieren la presencialidad y el trato humano en la atención directa. El cierre de un gran número de sucursales bancarias en los últimos años en toda España ha perjudicado a las personas mayores, principalmente a aquellas con movilidad reducida o residentes en zonas rurales, que deben trasladarse a otros municipios para poder realizar las gestiones pertinentes con asistencia física. Si a este hecho le añadimos un menor nivel de competencias digitales en los segmentos de mayor edad, se corre el riesgo de que muchas personas queden en situación de exclusión financiera.

Andújar Nagore (2022) resume las actuaciones para garantizar la inclusión financiera y la protección de la clientela bancaria en tres pilares: la regulación, la supervisión y la educación financiera. Un nivel adecuado de cultura financiera implica la comprensión de ciertos conceptos básicos que puedan dotar a las personas de autonomía para administrar sus recursos, minimizando riesgos de estafas o de gastos inadecuados y posibilitando un crecimiento de sus activos. La educación financiera promueve la toma de decisiones informadas, la generación de buenos hábitos de ahorro y gasto, el consumo responsable y el interés por la inversión sostenible (Plan de Educación Financiera 2022-2025).

En España, el grupo de personas de entre 65 y 80 años son los que poseen conocimientos financieros más bajos en comparación con el resto de grupos etarios, dato directamente relacionado con el nivel educativo de las personas. Su comprensión respecto a cuestiones como el tipo de interés compuesto o la diversificación del riesgo también es menor (Encuesta de Competencias Financieras, 2016). Además de estos datos preocupantes, las personas mayores de 56 años son el grupo que declara dedicarse en menor medida a buscar información para mejorar sus conocimientos sobre economía y finanzas (Barómetro VidaCaixa, 2018).

Como medida para hacer frente a este bajo nivel de cultura financiera, en 2008, el Gobierno Español impulsó una estrategia nacional de Educación Financiera de la mano del Banco de España y de la Comisión

Nacional del Mercado de Valores, lo que llevó a la redacción por primera vez de un Plan de Educación Financiera (PEF) con carácter cuatrienal. El actual PEF para el período 2022-2025 contempla como destinatarios a las personas mayores. Además, el Banco de España dispone de una herramienta llamada “Portal Cliente Bancario” en el cual hay una serie de publicaciones relacionadas con las finanzas y las personas mayores, en las que se ofrecen consejos para realizar algunas de las gestiones más habituales, como transferencias, consultas de movimientos bancarios o domiciliación de recibos.

El porcentaje de personas mayores en riesgo de pobreza supone un problema añadido para su autonomía financiera. Las personas que presentan un mayor riesgo de pobreza entre los mayores son las mujeres, las personas que viven solas y las que presentan altos niveles de dependencia (EUROSTAT, 2021). Esto nos lleva a pensar en un grupo de personas mayores de 80 años, que principalmente son mujeres y que además coincide con el segmento de población que manifiesta una cultura financiera más deficiente.

Una insuficiente educación financiera puede poner a las personas mayores en riesgo de sufrir estafas o abusos, así como en riesgo de exclusión cuando se trata de realizar trámites. Por el contrario, una mayor alfabetización financiera se asocia con una mejor planificación de la vejez (Mancebón, 2022). En el análisis de los diferentes datos respecto a la cultura financiera de las personas (ECF, 2016; Barómetro VidaCaixa, 2018), también se observa una considerable brecha de género. Este menor conocimiento sobre cuestiones financieras, sumado a una situación económica peor en el caso de las mujeres mayores, incrementa su situación de vulnerabilidad. Por lo tanto, es prioritario proporcionar formación a este grupo para avanzar hacia una sociedad equitativa.

2.11. La situación de las personas mayores en las áreas menos pobladas

En España, en la actualidad, existen 6.827 municipios que no superan los 5.000 habitantes, donde se concentra el 12% de la población total del país. Estos entornos rurales presentan características diferenciales en comparación con las áreas urbanas y los municipios de mayor tamaño, destacando particularmente por dos aspectos principales: el envejecimiento poblacional y la masculinización. Si bien la mayoría de las personas de edades avanzadas residen en núcleos urbanos, en los municipios rurales se registra una proporción significativamente mayor de población de más de 65 años y, especialmente, de personas mayores de 80 años.

Conforme disminuye la población, en estos municipios se observa una mayor presencia de personas mayores de 65 años, llegando casi al 40% en los municipios de menos de 100 habitantes, así como una mayor proporción de personas en edades más avanzadas en comparación con las zonas urbanas. Además, la presencia de los hombres también se hace más fuerte en estos municipios, en contraste con la tendencia general de género en la población en general.

La masculinización de las zonas rurales se debe principalmente a que dos de cada tres personas que emigran del campo a la ciudad son mujeres (Mora Sánchez, 2021). Son las personas jóvenes y las mujeres

quienes optan por desplazarse de las zonas rurales hacia las urbes, lo cual resulta en un aumento de la proporción de personas mayores, principalmente hombres, que viven en las áreas menos pobladas, así como un aumento del riesgo de despoblación en estas zonas.

La estructura familiar en los entornos rurales es diferente a la de las ciudades, siendo habitual que los hijos e hijas de las personas mayores se hayan trasladado del pueblo a las ciudades, lo que resulta en la falta de apoyo cotidiano de estos a sus progenitores. Por el contrario, las relaciones y los cuidados entre hermanos son más frecuentes en estas zonas, y cuando las personas por un motivo u otro carecen de esta red de apoyo familiar, quedan más dependientes del papel de la comunidad, en comparación con los entornos urbanos donde la presencia de los servicios sociales u organizaciones no gubernamentales que apoyan a las personas mayores es más fuerte.

Las propias dimensiones del entorno rural favorecen dinámicas comunitarias sólidas. La cercanía que implica el “aquí nos conocemos todos” influye en la robustez de las relaciones de amistad, evidenciada por el hecho de que después de la jubilación, el mismo círculo de amigos y conocidos permanece intacto para dos tercios de la población rural, en comparación con el 55% en el medio urbano (IMSERSO, 2011). La existencia de esta red de amistades, su fortaleza y su continuidad podría estar en el origen de que se consideren innecesarias o accesorias otro tipo de redes más formales, como las asociaciones de mayores (UDP, 2021).

La dimensión cultural y religiosa ejerce una influencia significativa en las áreas rurales y constituye un medio de socialización arraigado en este entorno, involucrando tanto a hombres como a mujeres, si bien se manifiestan otros aspectos diferenciadores en la socialización según el género. Mientras que las mujeres participan más en las actividades promovidas por asociaciones o ayuntamientos, o bien organizadas por ellas mismas, como clases de manualidades y actividad física, los hombres optan por actividades menos estructuradas y más informales, como partidas de cartas, tertulias en bares y actividades agrícolas o ganaderas (UDP, 2021). En cuanto a la actividad física, es más común que las personas realicen ejercicio físico en los entornos urbanos que en los rurales, sin contar la actividad regular necesaria para las tareas agrícolas.

El rol de los abuelos y abuelas como cuidadores en las áreas menos pobladas adquiere un protagonismo especial. Esto se debe principalmente a la menor oferta existente en cuanto a servicios de cuidado para la infancia, sumado a la mayor tendencia de la población urbana a desplazarse para trabajar a municipios diferentes a los de residencia. Estos factores resultan en una mayor dificultad para organizar la logística cotidiana de las familias con hijos/as.

En cuanto a la situación de las mujeres mayores en las zonas rurales, estas se encuentran en especial situación de vulnerabilidad. Tienden a hacerse cargo de las tareas de cuidado como es habitual, además de realizar trabajos informales fuera del hogar como ciertas tareas relacionadas con el cuidado de los animales y del campo. A su vez, a menudo asumen la responsabilidad de pequeños negocios familiares, lo que conlleva que su situación económica llegadas a edades avanzadas sea especialmente negativa.

El momento de la jubilación no se vive de una forma tan rupturista en los entornos rurales como sí sucede en las zonas urbanas, siendo habitual que quienes se jubilan formalmente en los pueblos continúen realizando tareas mayoritariamente relacionadas con el campo o con el cuidado de familiares y nietos. A pesar de que aparentemente el tiempo de las personas jubiladas está ocupado en diferentes actividades, es más difícil en el medio rural encontrar una oferta diversa de ocio como sí existe en el entorno urbano. Esto supone una dificultad para encontrar opciones en las que ocupar el tiempo libre disponible tras la jubilación más allá de aquellas ligadas con responsabilidades laborales o de cuidado.

Cabe destacar que la calidad de vida en el entorno rural es muy buena, considerando que el costo de vida es más bajo, la tranquilidad es mayor y los niveles de contaminación lumínica, acústica y atmosférica son menores que en las ciudades. En este sentido, la Comisión de Agricultura y Desarrollo Rural para la Comisión de Empleo y Asuntos Sociales (2021) reconoce el potencial de los agricultores mayores para convertirse en la fuerza motriz de una economía plateada dinámica en las zonas rurales, basada en la innovación social, las comunidades rurales inclusivas y un entorno de vida más saludable. Además, la generalización del sistema de pensiones ha homogeneizado considerablemente las condiciones de vida de las personas mayores, reduciendo las diferencias características de la etapa laboral. Adicionalmente, tanto aquellos que envejecen en entornos rurales como urbanos disfrutan de una cobertura similar en el sistema de salud pública (Durán, 2011).

Aun así, las zonas menos pobladas presentan una serie de retos específicos, principalmente en lo que respecta al envejecimiento y la despoblación. La proximidad del municipio a otros de mayor tamaño con una buena disponibilidad de servicios marca una diferencia en cuanto al acceso a los servicios básicos, sobre todo si consideramos que en el entorno rural hay menos frecuencia de transporte público, lo que puede dificultar la independencia de las personas mayores. Si el transporte público es tan deficiente que las personas necesitan un taxi para salir del pueblo cuando lo deseen, es probable que se sientan desincentivadas para hacerlo, ya sea por su alto coste o por la sensación de inseguridad al viajar solas y con desconocidos.

Otro desafío es la vivienda en los casos en que las personas requieren de mayor asistencia para realizar las actividades de la vida diaria o su capacidad funcional se ha deteriorado al punto de no ser posible la vida independiente por completo. Como es lógico, no es sencillo encontrar residencias para personas mayores en todos los municipios, por lo que las personas que viven en zonas rurales deben abandonar sus hogares y pueblos cuando son ingresadas en una residencia, lo que agrava la sensación de desarraigo. Por ello, en el medio rural se hace especialmente importante considerar nuevas formas de convivencia para las personas mayores.

Un ejemplo de cómo la administración puede fomentar formas de vivir que promuevan el envejecimiento activo, incluso en situaciones de dependencia, es el caso del municipio de Pescueza, en Cáceres, donde se implementó en 2011 un programa llamado “Quédate con nosotros”, que promueve el envejecimiento activo en un municipio de menos de 200 habitantes con una población especialmente envejecida. El objetivo es permitir que las personas continúen viviendo en sus hogares con los recursos adecuados para satisfacer sus necesidades, mientras se combate la despoblación. El municipio dispone de un vehículo eléctrico para realizar los traslados necesarios, así como pasamanos en la vía pública

para facilitar los paseos y un sistema de televigilancia instalado en algunos hogares y conectado con el centro de día. El caso de la localidad de Pescueza se basa en un proceso de participación y dinamización social, mediante el que toda la población forma parte del proyecto y son ellos mismos los gestores de todo el sistema, a través de la creación de una asociación de la que forman parte todos los vecinos del pueblo, contribuyendo con sus cuotas a cofinanciar los gastos junto con la administración pública (Vázquez, Cambero y González, 2022).

3. Economía plateada

La economía plateada no es un sector económico independiente del resto, ni tampoco es únicamente el gasto que realizan las personas mayores de cierta edad, sino que se refiere tanto a la comercialización de productos y servicios destinados a las personas mayores, como a su entorno más próximo, como familiares y cuidadores, así como a la participación en la economía de estas personas a través de la actividad laboral o las actividades no productivas. En este sentido, es posible considerar la economía plateada como un sistema productivo coherente y no como un sector separado (Oget, 2021), basado no solo en las oportunidades de crecimiento económico, sino también, y más importante aún, en satisfacer las necesidades de las personas que envejecen, así como de quienes las rodean.

3.1. Evolución y tendencias internacionales

En 2005 la Declaración de Bonn de la Silver Economy Network of European Regions (SEN@ER) señalaba las oportunidades del cambio demográfico y la importancia del impulso innovador adecuado para generar crecimiento y nuevos puestos de trabajo en la economía de la longevidad. Se identificaron entonces ocho áreas de desarrollo para la economía plateada que contemplaban la vida independiente, el turismo, el deporte, los servicios a domicilio y las compras, la salud y el bienestar, los servicios financieros y el fomento de redes regionales y locales para el desarrollo de la economía plateada y de una cultura de cooperación en este sentido.

El Consejo Europeo adoptó en 2007 la resolución “Oportunidades y retos del cambio demográfico en Europa: contribución de las personas de mayor edad al desarrollo económico y social”, en la que instaba a la Comisión a aprovechar las nuevas oportunidades económicas de la economía plateada asociadas a la demanda de bienes y servicios por parte de las personas mayores.

En 2014, la Organización de Cooperación y Desarrollo Económicos (OCDE) y la Coalición Mundial sobre el Envejecimiento (GCOA) reunieron a un grupo de expertos internacionales para debatir las oportunidades de la economía plateada como respuesta al envejecimiento de la población. En su informe, estos expertos destacaron que las reformas políticas son necesarias para abordar el cambio demográfico del siglo XXI, pero su éxito depende en gran medida de que se corrijan los prejuicios arraigados sobre el envejecimiento y se aborden las desigualdades en la esperanza de vida con buena salud.

Un informe de la Comisión Europea (2015) incluyó como parte de la economía plateada no sólo los bienes y servicios relacionados con el envejecimiento de la población, sino también las oportunidades económicas existentes y emergentes asociadas al gasto público y de consumo relacionado con el envejecimiento de la población y las necesidades específicas de la población mayor de 50 años.

Uno de los documentos de referencia a nivel internacional en cuanto a economía plateada es el informe del Foro Económico Mundial de 2016, que describe nuevas áreas de desarrollo para la economía plateada que incluyen bienes y servicios médicos y de cuidados de larga duración, incluidos los productos farmacéuticos, ocio, estilo de vida y apoyo a los consumidores mayores, industria alimentaria, industria de servicios financieros y construcción y transporte. Este informe enumera además una serie de principios rectores para que las empresas se adapten a una población envejecida.

Algunos años más tarde la Comisión Europea en un informe elaborado por Oxford Economics y Technopolis Group (2018) redefinió la economía plateada como “la suma de toda la actividad económica al servicio de las necesidades de los mayores de 50 años, incluyendo tanto los productos y servicios que se adquieren directamente como la actividad económica adicional que este gasto genera”. Se identificaron también nuevos nichos de mercado, principalmente relacionados con la tecnología y soluciones inteligentes para el envejecimiento activo. Esta definición es a día de hoy de las más utilizadas a la hora de describir el segmento del mercado relacionado con el envejecimiento de la población.

Algunos autores también han hecho otras definiciones interesantes del concepto de economía plateada basadas en las aportaciones de los organismos internacionales. Destacamos a Klimczuk (2016), quien la definió como un sistema económico que se centra en equilibrar las áreas de producción, distribución, consumo y comercio de bienes y servicios necesarios para los adultos mayores, así como para las generaciones más jóvenes que ya están envejeciendo. Esta conceptualización es interesante porque amplía el espectro poblacional sobre el que se centra comúnmente la economía plateada para incluir aquellas personas en proceso de envejecimiento. Así pues, la potencialidad de la economía plateada no tan solo está en el segmento de personas mayores. Como bien afirma el informe del Centro Internacional de Longevidad de Brasil (2015), una persona que prevé vivir 90 años o más planificará, trabajará, aprenderá, jugará y vivirá de forma diferente a otra con una esperanza de vida más corta.

Entre los últimos pronunciamientos oficiales, la Declaración Ministerial de Roma (UNECE, 2022) insta a “animar la innovación para la economía plateada y valorar la capacidad continuada de producción y de compra de las personas mayores y su contribución a las actividades sociales y económicas, alentando a los diseñadores, las empresas públicas y privadas a proporcionar servicios digitales, financieros y de otro tipo más inteligentes; desarrollando productos y servicios más amigables con las personas mayores e implicando a las personas mayores en su diseño y desarrollo”.

La Comisión Europea (2018) estima un crecimiento del 5% anual de la economía plateada desde 2015, situándose en los 5,7 trillones de euros en 2025 (en su mayoría hablamos de gasto privado de las personas mayores), lo que representa un 32% del PIB de la Unión Europea y un 38%

de los puestos de trabajo de la región. A nivel mundial, la contribución económica de las personas de 50 años equivale al 40% de todo el PIB de la economía estadounidense (AARP, 2019). Vemos por lo tanto que, independientemente de la evolución demográfica de los países alrededor del mundo, la economía plateada es un sector en auge.

3.2. Características principales y tendencias en España

A nivel internacional, son múltiples los organismos que desde hace un tiempo destacan el potencial del envejecimiento en términos económicos y de la economía plateada como oportunidad. Aun así, en España ha aparecido tímidamente en los últimos años este concepto de la mano de algunos autores (Huertas y Ortega, 2018; Alcaide, 2020) y organizaciones (Fundación Mapfre, Instituto Santalucía) que reflexionan al respecto.

Un estudio realizado por Oxford Economics (2021) para el CENIE destaca que las personas de más de 50 años en España representan el grupo con la mayor parte del poder adquisitivo, y su gasto representa aproximadamente un 60% del gasto en consumo nacional, lo que significa un 25% del PIB. Mientras que los residentes españoles mayores de 50 años en 2019 gastaron aproximadamente 334.942 millones de euros, lo que equivale a unos 17.960 euros por persona, las personas entre 25 y 49 años gastaron un promedio de 13.970 euros por persona. Se estima que el gasto del grupo de mayores aportó al PIB un valor añadido de 325.303 millones de euros y que creó más de 4,4 millones de puestos de trabajo.

En el caso de España, es destacable que la población mayor concentra elevados porcentajes de riqueza, principalmente debido a la cultura extendida de poseer vivienda en propiedad (Alemany y Ayuso, 2021). A esto se añade que las pensiones tienden a ser cada vez más altas. Son personas con rentas más elevadas que el resto de grupos, mayormente liberadas de deudas y con una buena capacidad de gasto. La necesidad de hacer frente a vidas más largas genera un mayor ahorro de las personas en edad laboral, conscientes de que después de la jubilación aún tendrán muchos años de vida.

El envejecimiento de la población española es acentuado, y abre paso a un mercado de nuevas necesidades o, aunque no tan nuevas, necesidades que afectan a un mayor número de personas. Conscientes de ello, la Confederación Española de Organizaciones Empresariales (CEOE) creó una Comisión de Economía Sénior⁶ con el objetivo de disponer de un órgano que haga análisis, seguimiento, concienciación e impulso de las oportunidades que genera esta economía.

El Monitor de Empresas de la Economía Sénior (Ageingnomics, 2023) señala que en España, más del 40% de la facturación para un 56% de las empresas proviene del grupo sénior. Siete de cada diez empresas cuentan con bienes y servicios destinados a este colectivo, y el 35% de las empresas tiene algún tipo de estrategia, ya sea productiva o comercial, orientada exclusivamente a la población mayor.

⁶ Más información disponible en: <https://www.ceoe.es/es/ceoe-news/ceoe-constituye-la-comision-de-economia-senior-para-impulsar-el-analisis-y-las>

Diferentes estudios han puesto de manifiesto que una disminución de la población activa requerirá necesariamente que se lleven a cabo los avances tecnológicos adecuados para mantener la productividad (Comisión Europea, 2023; 2021). En este sentido, según estimaciones de la Comisión Europea (2021), se prevé que la población en edad laboral solo aumente en una de cada cinco regiones de la Unión Europea entre 2020 y 2040. Para el caso español concretamente, tan solo se espera dicho aumento en las provincias de Navarra, Girona, Barcelona, Madrid, Almería y Málaga.

El grupo de edad cuya contribución a la economía crecerá significativamente más rápido que otros es el grupo de personas mayores (Cizelj, 2023), por lo que el desarrollo de la economía plateada en España favorecerá la creación de nuevos puestos de trabajo en diferentes sectores, como los que detallamos más adelante en este mismo apartado.

3.3. Perfil del consumidor mayor

En los apartados previos referentes a políticas de activación de las personas mayores, hemos podido ver que nos referimos a una población heterogénea, con necesidades e intereses que divergen en función del género, la edad o el estado de salud. Es por ello que, para identificar las oportunidades que la economía plateada ofrece, es necesario conocer el estilo de vida y las preferencias de quienes componen este mercado, más allá de su edad biológica (ACCIÓ, 2022).

En rasgos generales, podemos referirnos a la población mayor como un grupo altamente feminizado como consecuencia de una mayor esperanza de vida de las mujeres, con mayor capacidad de gasto y ahorro que otros grupos de la sociedad. Además, son más formadas y tienen un mayor dominio de las herramientas digitales que las generaciones predecesoras, y son conscientes de la importancia de cuidar su salud y mantenerse activas. Concretamente, la generación del *baby boom* es un segmento de consumidores interesante, ya que opta por prolongar su vida laboral y mantiene estilos de vida activos, lo que les permite ganar y gastar más dinero, generando así un mayor valor económico a lo largo del tiempo (Augustine, 2017).

La población mayor en España representa un grupo que tracciona la economía. Gracias a estar en su mayoría libre de deudas hipotecarias, disponen de una proporción mayor de su renta para destinarla a compras. Un 75% de las personas mayores de 55 años manifiesta no pagar ningún tipo de préstamo o hipoteca, un 43% afirma tener cierta capacidad de ahorro y un 63% de las personas de este grupo ayuda a algún miembro de su familia o de su círculo cercano (Ageingnomics, 2022). Las personas de más de 65 años son quienes tienen un mayor gasto medio por persona del conjunto de la sociedad, y quienes se encuentran próximas a la edad de jubilación presentan un mayor gasto medio por hogar (Ageingnomics, 2023).

El grupo de consumidores sénior es, en general, poco impulsivo en sus compras, fiel a las marcas y menos sensible a los precios. Nos referimos a un colectivo menos susceptible al marketing y menos sugestionable que las personas jóvenes (Kubiak, 2016). A su vez, valoran especialmente el servicio al cliente y las marcas que ofrecen una atención personalizada, e invierten su mayor disponibilidad de tiempo en com-

parar catálogos y reflexionar sobre la compra (Alcaide, 2020). Entre los factores que afectan sus decisiones de consumo, podemos destacar la edad de jubilación, el divorcio o fallecimiento del cónyuge y la necesidad de asistencia en las actividades de la vida diaria (Bughin et al., 2016), factores que pueden alterar su disponibilidad económica para el gasto.

A la hora de segmentar el grupo de consumidores mayores, uno de los mecanismos más utilizados es la edad. Tomando esta categorización, el Instituto Santalucía (2023) distingue una primera etapa entre los 55 y los 64 años, en la que encontramos al grupo etario con mayor renta por hogar de toda la población mayor. Si bien aún se encuentran endeudados principalmente con créditos hipotecarios, también son un colectivo activo laboralmente, y por lo tanto perciben mayores ingresos. El uso que hacen de internet es el más elevado de todos los grupos, por lo que también hacen mayor uso de las compras en línea. En el grupo de personas de 65 a 74 años, observamos una renta familiar inferior al primero, si bien su riqueza bruta media es superior debido principalmente a un endeudamiento inferior. A partir de los 65 años, los patrones de consumo cambian, siendo las compras más pequeñas, pero más frecuentes y priorizando un comercio de proximidad (Alcaide, 2020). Entre los 75 y los 84 años, la renta media de los hogares disminuye respecto al grupo anterior. En esta etapa, es posible que las personas deban afrontar gastos importantes, principalmente en lo que se refiere a la atención a la dependencia. Por último, el grupo de 85 años o más puede tener que afrontar los mismos o incluso más gastos que la generación previa en cuanto a atención a la dependencia, aunque con una renta media y una riqueza bruta considerablemente inferior al resto de grupos.

El Nagusi Intelligence Center (2022) también señala diferentes categorías en las que se puede segmentar el mercado de la economía plateada, como son la edad, la salud, el nivel socioeconómico, la actividad, la autonomía y la integración en la sociedad. Mediante la intersección de estas variables, el estudio propone cuatro grupos en los que considera adecuado segmentar el mercado de la economía plateada.

En primer lugar, encontramos el grupo de las personas mayores laboralmente activas, un perfil en general con buen estado de salud con leves signos de envejecimiento, que realizan actividades culturales, turísticas, de ocio o deportivas. Por lo general, tienen un nivel económico medio-alto. Las oportunidades de negocio para este segmento están relacionadas principalmente con la tecnología y las actividades de ocio y turismo, siendo el grupo que más gasto hace en estas actividades de todo el segmento de personas mayores.

En segundo lugar, encontramos a las personas mayores activas, quienes no ejercen ninguna actividad laboral y, por lo tanto, disponen de mayor tiempo libre para realizar otras actividades. Su estado de salud también es bueno, con algunos signos iniciales de envejecimiento, pero son autónomas y su nivel socioeconómico también podría definirse como medio-alto. Su principal fuente de ingresos son las pensiones públicas, y se considera el grupo con mayor salud económica. Las posibilidades de negocio para este grupo se encuentran principalmente en torno al ocio y los hábitos saludables, como el ejercicio o la formación.

El tercer grupo son personas mayores con enfermedades, normalmente de edad más avanzada que los grupos anteriores y que presentan problemas de salud. Su actividad es muy reducida, y su nivel de auto-

nomía viene condicionado por la gravedad de su enfermedad. Su nivel socioeconómico puede ser inferior al de los grupos anteriores debido principalmente a los gastos extra que pueden derivarse de su enfermedad. El sector de la salud y los cuidados encuentra grandes oportunidades en este grupo, principalmente a través de las soluciones basadas en la tecnología para responder a sus necesidades.

Por último, encontramos el grupo de las personas mayores dependientes, quienes han perdido de forma parcial o total su autonomía. Tienen a ser las personas de mayor edad y requieren de una asistencia prácticamente total para la realización de las actividades de la vida diaria. Su nivel de actividad es prácticamente inexistente, y su situación socioeconómica depende de los gastos que deba realizar en ayudas a la dependencia. Las soluciones basadas en retrasar la pérdida total de autonomía o mejorar la calidad de vida de las personas que son totalmente dependientes serán bien recibidas en este grupo de personas, así como aquellas soluciones que puedan aliviar la carga de cuidados a su entorno más cercano.

3.4. Principales áreas de la economía plateada

3.4.1. Servicios de cuidado y asistencia

Si de economía plateada hablamos, el abordaje del mercado ante el envejecimiento de la población ha ido principalmente dirigido a dar respuesta a la cuestión sanitaria y relacionada con la dependencia de las personas mayores. El sector sanitario en España representa una parte importante de la economía, con nuevas oportunidades en las industrias de la tecnología médica y farmacéutica, además de una fuente de empleo estable para muchas personas (OMS, 2022). Por poner un ejemplo, en el caso de Cataluña un informe de ACCIÓ (2022) reveló que más del 35% de las empresas identificadas en este territorio como parte de la economía plateada pertenecen al sector de la atención médica y servicios relacionados.

De acuerdo con los resultados del II Barómetro del Consumidor Sénior (2022) elaborado por la Fundación Mapfre, se evidencia que el ahorro para hacer frente a situaciones de enfermedad o dependencia constituye una prioridad en primera o segunda opción para el 44% de las personas encuestadas. Además, el 96% de quienes participaron en el estudio afirmó tener contratado algún tipo de seguro, siendo un 23% de estos seguros de salud o enfermedad. En cuanto a la asignación de recursos económicos, la atención sanitaria es considerada la partida de gasto sobre la cual las personas afirman que no podrían gastar menos aunque quisieran (51%) y aunque pudieran gastar menos, disminuiría su calidad de vida (30%)⁷.

Conforme avanza la edad, las preocupaciones en términos de gasto varían. Mientras que entre el segmento de población más joven la prioridad es cuidar su estado físico y su alimentación, con mayor inversión en actividades relacionadas con el mantenimiento de un estilo de vida saludable, entre las personas de edades más avanzadas la preocupa-

⁷ El II Barómetro del Consumidor Sénior de la Fundación Mapfre recoge la opinión de 1125 entrevistas telefónicas y online a personas de 55 años o más residentes en España, por lo que se aborda un grupo etario más grande que al que este estudio se refiere.

ción se centra en el gasto que deban realizar en cuidados asociados al envejecimiento y la dependencia. Estos gastos pueden incluir el acceso a servicios de atención médica, asistencia domiciliaria para la realización de las actividades de la vida diaria o personas cuidadoras.

En Europa las enfermedades crónicas representan entre un 70% y un 80% de los costes sanitarios según datos de la Comisión Europea (2020). En este sentido, uno de los estudios de referencia de este mismo organismo (2018) apuntaba a la expectativa de crecimiento de la inversión en el campo de la salud conectada, entendida como la aplicación de las tecnologías de la información y la comunicación en la atención sanitaria, principalmente impulsado por el sector público en búsqueda de ahorro en términos de eficiencia. Para desarrollar la economía plateada en el contexto sanitario, un grupo de expertos señaló, entre otros, la importancia de conectar las decisiones empresariales y políticas con las necesidades y deseos de las personas mayores (Global Coalition on Aging, 2019).

Los especialistas prevén también un crecimiento significativo de importantes mercados relacionados con el envejecimiento de la población (Comisión Europea, 2015). Estos son principalmente los segmentos que tienen que ver con la asistencia a domicilio, en línea con el deseo de las personas mayores de envejecer en su hogar, así como las tecnologías de la información que puedan proporcionar datos actualizados al instante del estado de salud de las personas.

3.4.2. Cuidados a largo plazo

El concepto de cuarta edad acuñado por algunas personas expertas en el campo de la gerontología para referirse al periodo que empieza a partir de los 80 años, aproximadamente, nos ayuda a agrupar unas necesidades muy concretas y ciertos productos y servicios especialmente desarrollados para las personas mayores de edades avanzadas centrados en la dependencia.

La voluntad de envejecer en casa ha de redefinir la forma en la que se prestan los servicios sanitarios. Esta voluntad supone una oportunidad para la economía plateada, no sólo porque permite a las personas con cierto grado de dependencia envejecer en su hogar y hacerlo de la forma más independiente posible, sino también para sus potenciales cuidadores y, principalmente, cuidadoras del entorno familiar, que no deberán de interrumpir sus trayectorias laborales para atender a sus familiares dependientes.

Las perspectivas demográficas son reveladoras en cuanto a la necesidad de cuidados a largo plazo que requiere una población longeva. Estas tendencias, junto a los cambios observados en las estructuras familiares, sitúan al mercado de la dependencia y las empresas asistenciales en un lugar destacado dentro de la economía plateada (Ageingnomics, 2023). Según datos de la Comisión Europea (2021), se espera que el número de personas que pueda necesitar cuidados de larga duración en la Unión Europea aumente de los 19,5 millones registrados en 2016 hasta 23,6 millones en 2030 y 30,5 millones en 2050.

Los cuidados a largo plazo se definen como las actividades llevadas a cabo por otros para que las personas que han tenido una pérdida importante y permanente de la capacidad intrínseca o corren riesgo de

tenerla puedan mantener un nivel de capacidad funcional conforme con sus derechos básicos, sus libertades fundamentales y la dignidad humana (OMS, 2015). Partimos de la base pues, de que la atención ha de adaptarse a la necesidad concreta, a las expectativas y a los deseos de la persona, garantizando su independencia y autonomía.

El pilar sobre el que se sostienen los cuidados a largo plazo en nuestro país son los cuidadores y las cuidadoras informales. Es un cuidado prestado mayoritariamente por las mujeres de la familia, quienes normalmente no están formadas para llevar a cabo estas tareas y acaban sufriendo un importante desgaste físico y psicológico. En ocasiones estas mujeres acaban por dejar su trabajo u optar por trabajos a jornada parcial para poder dedicarse a las tareas de cuidado que han asumido, con el consecuente perjuicio que esto supone tanto para sus pensiones una vez jubiladas, como para la economía del país en su conjunto.

Según datos de la Encuesta de Discapacidad, Autonomía personal y Situaciones de Dependencia (EDAD), INE (2020), para el 59,1% de las personas de 80 años y más que presentan algún tipo de discapacidad, el principal cuidador fue uno de los hijos, para ser más concretos, hijas, ya que un 18% corresponde a algún hijo y un 41,1% a una hija. Pero la estructura familiar en nuestro país ha cambiado. Con unas familias que tienden a tener cada vez menos hijos, las mujeres incorporadas de pleno en el mercado laboral, sumado a la tendencia de envejecimiento poblacional, en los próximos años habrá una disminución del número de mujeres dispuestas y disponibles para cuidar de otras personas. Esto nos lleva a comprender que el modelo de atención de larga duración tal y como está configurado en nuestro país dejará de ser sostenible.

Cuando los cuidadores y cuidadoras no son personas de la familia, se suele recurrir a cuidadores no profesionales y normalmente sin contrato formal de trabajo. El Parlamento Europeo (2021) manifestó su preocupación por lo problemático de esta situación, que deja a estas personas fuera del mercado de trabajo con dos consecuencias principales. En primer lugar, suelen recibir una baja remuneración, lo que impacta especialmente en las mujeres que son las principales cuidadoras. En segundo lugar, al carecer de protección social y no realizar cotizaciones a la Seguridad Social, estos cuidadores y cuidadoras se ven perjudicados en su vejez, puesto que sus pensiones suelen ser mínimas. Además, es importante destacar el impacto negativo que este tipo de situaciones tienen sobre el Estado y sus instituciones, que se ven privadas de los ingresos provenientes de cotizaciones a la seguridad social y de los impuestos pagados por los empresarios y los empleados.

Los servicios de cuidados de larga duración jugarán, pues, un rol clave en la economía española, pero la escasez de mano de obra cualificada en el sector sanitario y de cuidados supone un reto para las posibilidades de crecimiento económico en este sector, especialmente en las zonas rurales. En este sentido, la Comisión Europea (2021) destaca el valor de las empresas sociales y las organizaciones sin ánimo de lucro (en particular, las mutuas) para ofrecer servicios de asistencia sanitaria y social, también a las personas mayores, que pueden ser eficaces gracias a sus arraigos y conocimientos locales y a sus objetivos sociales explícitos.

Si bien no son un servicio esencialmente de cuidado, cabe destacar los servicios de apoyo para las tareas del hogar que serán de gran importancia a futuro. Más allá del apoyo a las actividades de la vida diaria

como limpieza, cocina o compra, también serán valorados otro tipo de servicios a domicilio cuando la movilidad de las personas se encuentre limitada, sea temporal o de forma definitiva. Algunos ejemplos pueden ser los servicios de rehabilitación a domicilio, o peluquería y otros servicios estéticos, que ayuden a la persona a envejecer con dignidad.

Por último, los seguros de salud son otro producto con un potencial de crecimiento significativo entre las personas mayores, ya que ofrecen una amplia cartera de profesionales y servicios para satisfacer las necesidades individuales de cada persona. De manera similar encontramos los seguros de dependencia, que, si bien han experimentado una presencia en aumento en los últimos años, su cuota de mercado aún no es considerable debido principalmente a su elevado costo.

3.4.3. Sanidad conectada y tecnología al servicio de la salud y las personas

La eHealth, que traduciremos como sanidad conectada, es un término acuñado para referirse al uso de las tecnologías de la información y la comunicación en sanidad, y hace referencia a un campo interdisciplinar con múltiples usos. Su objetivo es mejorar la calidad de la asistencia sanitaria y aumentar la eficiencia y eficacia de los sistemas, aliviando así la carga de los presupuestos sanitarios. Es uno de los sectores de la asistencia sanitaria que crece con mayor rapidez, y se calcula que su valor potencial es de 60.000 millones de euros en el mundo, de los cuales 20.000 millones corresponden a Europa (EPRS, 2015).

En 2021 un estudio (Kalderon, 2021) reveló que este mercado supera ya los 15.000 millones de euros en Europa, con una previsión de crecimiento exponencial en los próximos 10 años, impulsado principalmente por el sector público en busca de ahorros en eficiencia, pero también de crecimiento económico. En este sentido, es importante destacar el ahorro que puede suponer para los gobiernos propiciar un contexto en el cual las empresas con soluciones innovadoras puedan desarrollar sus productos. De hecho, se calcula que la introducción de las TIC (tecnologías de la información y la comunicación) y la telemedicina por sí solas mejorarán la eficiencia de la asistencia sanitaria en un 20% (Eatock, 2015).

La tecnología pues, es una gran aliada para ofrecer apoyo y soluciones a las actividades de la vida diaria para cualquier segmento poblacional, pero especialmente para las personas mayores y aquellas dependientes, además de ayudar a dar respuesta a los retos sanitarios que presenta la longevidad. Las plataformas de telemedicina y teleasistencia permiten tener a disposición el personal médico necesario en cualquier momento, gracias a la utilización de videollamadas o chats, así como la posibilidad de programar visitas o hacer consultas a especialistas. Un 80% de las personas encuestadas en el II Barómetro del Consumidor sénior (2021) afirman hacer un uso regular de un sistema de teleasistencia en el hogar, a través de una alarma u otro dispositivo.

Un informe reciente (Nagusi Intelligence Center, 2023) identifica el mercado de los exoesqueletos como una de las líneas con mayor potencial dentro del mercado, para la cual se prevé un crecimiento del 55% en cinco años, calculando un valor de casi 27.000 millones de euros en 2027. En general, los productos ortopédicos, las prótesis u órtesis, pro-

ductos de apoyo a la audición y los implantes dentales también tendrán posibilidades considerables de crecimiento.

Este punto se abordará con más detalle cuando hablemos de vivienda adaptada a las necesidades de las personas mayores, pero cabe mencionar el importante rol que juegan tanto la robótica como sistemas de apoyo inteligentes para el hogar, que puedan asistirles en la realización de las actividades de la vida diaria y en la movilidad. Un ejemplo son los asistentes de voz que puedan ayudar a las personas a seguir una rutina, recordar citas médicas o el horario de toma de su medicación y que pueden ayudar a las personas mayores a tener una sensación de mayor control sobre su vida, mantener su independencia y envejecer con dignidad.

La realidad virtual y metaverso se identifican en un informe de ACCIÓ (2022) como un sector con posibilidad de crecimiento las soluciones de realidad inmersiva para activar funciones cognitivas como revivir recuerdos, vivir experiencias y realizar visitas virtuales. El personal cuidador y sanitario también puede utilizar esta tecnología para comprender las necesidades de las personas mayores y sus sensaciones, así como para realizar formaciones con prácticas muy realistas en entornos controlados.

La inteligencia artificial puede tener múltiples utilidades en el sector sanitario específico para las personas mayores. Ya se ha mencionado que puede ser utilizado en el ámbito de la telemedicina con chats o asistentes virtuales, pero también puede ayudar al personal médico a detectar de forma precoz enfermedades, incluso utilizar datos de la salud de una persona junto con factores de riesgo para predecir posibles afecciones.

Las aplicaciones para teléfonos móviles y tablets son un importante mercado con utilidades muy variadas. Algunos ejemplos son:

- Contratación de personas cuidadoras a domicilio en función de la necesidad concreta, ya sean cuidados de larga duración o cuidados de forma esporádica.
- Creación de rutinas de ejercicio físico y mentales adaptadas, que favorezcan el desarrollo y mantenimiento físico y cognitivo de la persona.
- Servicios de geolocalización, principalmente dirigidos en aquellas personas con algún tipo de demencia que puedan desorientarse con facilidad.
- Aplicaciones para ayudar a la persona mayor a tomar decisiones informadas sobre su salud, a través de pruebas interactivas que le permiten conocer su estado cognitivo, así como también gracias al control de determinadas constantes vitales e informes sencillos y accesibles.

Es importante tener en cuenta que el uso de todas estas aplicaciones requiere de cierto dominio de la tecnología, por lo que si no se trabaja sobre el reto de la brecha digital no será posible que las personas se beneficien por completo de todas las ventajas que presentan los avances tecnológicos en lo que al envejecimiento activo se refiere.

3.4.4. Investigación e innovación en salud

La innovación en materia sanitaria y de cuidados es fundamental para dar respuesta a los retos que presenta la longevidad. En ocasiones, los avances científicos no tienen en consideración la particularidad de los grupos etarios más longevos. Un ejemplo es el que presenta la OMS (2022) sobre cómo la falta de ensayos clínicos en personas mayores genera una falta de conocimiento sobre la eficacia y la seguridad de los medicamentos en este grupo.

La creciente proporción de personas mayores requiere de respuestas innovadoras para sus necesidades sanitarias. En consecuencia, la investigación en cuanto a tratamientos y terapias específicas, así como estudios que puedan ampliar el conocimiento sobre las afectaciones más comunes entre las personas mayores serán fundamentales para atender de forma apropiada sus necesidades.

Según datos de la OCDE (2020), en 2019, alrededor del 12% del presupuesto total de Investigación y Desarrollo (I+D) del Gobierno Español se destinó al sector de la salud, por encima del porcentaje que se da en países como Alemania. La industria farmacéutica española también desempeña un papel destacado en la economía de nuestro país. Con un sólido respaldo gubernamental, una mano de obra altamente cualificada y una infraestructura dedicada a la innovación, la investigación y el desarrollo, junto con la creciente demanda de medicamentos innovadores, la industria farmacéutica puede ser un importante motor de crecimiento además de proporcionar estabilidad a la economía (Global Data, 2017).

El campo de la biotecnología, la medicina regenerativa y la terapia genética también está experimentando un crecimiento significativo en su búsqueda de fórmulas que mitiguen los efectos del paso de los años. Las personas mayores tienen cada vez más una autopercepción positiva y no se consideran “viejas”; por lo tanto, tampoco quieren sentirse como tales, e invierten en productos y servicios que acompañen esta visión positiva del envejecimiento.

Es fundamental integrar la innovación científica, tecnológica, social y empresarial con el fin de encontrar ideas que aborden de manera efectiva los desafíos que plantea la longevidad tanto a nivel normativo como práctico. Entre las principales partes interesadas habrá empresas multinacionales, organismos intergubernamentales a nivel regional y mundial, así como instituciones académicas especializadas en investigación, desarrollo e innovación (OMS, 2020).

3.4.5. Servicios de bienestar y actividad física

El momento de la jubilación abre un período en el cual las personas disponen de más tiempo libre que les permite abocarse a actividades previamente relegadas, tales como el cuidado de su salud y la práctica de actividad física. Dada la relación que establecen las personas entre la realización de ejercicio físico y el componente de interacción social inherente a estas actividades, resulta meritorio considerar que, aunque las propuestas tecnológicas revisten interés, las alternativas que ofrezca el mercado deben ponderar el componente social y la posibilidad de interacción con otros además de responder a las necesidades de bien-

estar físico. Por lo tanto, las alternativas que logren conjugar la práctica de ejercicio en contextos grupales se considerarán más idóneas para satisfacer las necesidades del colectivo de personas mayores.

La tecnología, en virtud de sus atributos, puede, una vez más, ser una aliada en la promoción de la actividad física entre las personas mayores y en asegurar que estas actividades transcurran en un marco de seguridad óptimo. Los sistemas denominados “wearables” (dispositivos portables o vestibles) permiten monitorizar la actividad física y proporcionar información pertinente a la persona, capacitándola para tomar decisiones informadas en su práctica deportiva. A su vez, aplicaciones móviles o para tablets, capaces de adaptar las rutinas a las necesidades individuales, constituyen alternativas que resultan atractivas para los adultos mayores con competencia en el ámbito tecnológico.

La población mayor reclama planes de ejercicios focalizados en aspectos como la fuerza y el equilibrio, cuyos beneficios contribuyan a mejorar la composición corporal y prevenir riesgos de caídas. En este sentido, se prevé que la demanda de profesionales especializados en el ámbito del acondicionamiento físico dirigido específicamente al grupo de personas mayores vaya en aumento.

3.4.6. Nutrición

El sector de la alimentación presenta un nicho de mercado con un potencial de crecimiento significativo desde la perspectiva de la economía plateada. En este sentido se destaca la demanda de alimentos diseñados específicamente para personas con contraindicaciones alimentarias, como las personas diabéticas o hipertensas. Asimismo, existe una creciente necesidad de alimentos enriquecidos con nutrientes dirigidos a cubrir los requerimientos nutricionales específicos de las personas mayores, que ayuden a hacer frente a condiciones como las osteopatías o la anemia, muy presentes en este grupo.

Más allá de los requerimientos puramente nutricionales, también se busca innovar en propuestas de alimentación adecuadas para que las personas mayores puedan continuar disfrutando del placer de la gastronomía. Un ejemplo son alimentos con sabores potenciados que se adapten a la pérdida sensorial y de apetito que muchas veces padecen las personas de edades más avanzadas, o alimentos con texturas aptas para personas con problemas bucodentales que presentan dificultades para masticar o con disfagia.

3.4.7. Prevención y educación

La implementación de programas de prevención y educación es fundamental en todas las edades, pero especialmente para la población de personas mayores. Por poner un ejemplo de la importancia de la educación sanitaria, según datos del IMSERSO (2011) se evidencia que una gran proporción de personas mayores recurren a la automedicación de manera frecuente. Además, existen diferencias en la manifestación de enfermedades entre mujeres y hombres, como es el caso de los infartos, que tienden a ser desconocidas.

Muchas de las enfermedades o problemas de salud que sufren las personas mayores pueden ser prevenibles en cierta medida a través de la adopción de hábitos saludables, por lo que invertir en la promoción de la salud y en la educación es una estrategia clave a nivel de país, no solo desde el punto de vista de responsabilidad social sino también por el ahorro a largo plazo que supone para el sistema sanitario.

Las aplicaciones que puedan ser utilizadas para la difusión, educación y promoción de la salud, ayudarán a que las personas mayores dispongan de información adecuada para la toma de decisiones basada en evidencia científica.

3.4.8. Oportunidades en torno a la vivienda, el espacio público y la movilidad

La Declaración Ministerial de Roma (2022) destaca la necesidad de hacer todos los entornos, incluidos los físicos, sociales, tecnológicos y digitales, más amigables con las personas mayores y accesibles para todas las personas, incrementando la disponibilidad de viviendas adaptadas, así como de productos y dispositivos de apoyo. En una sociedad donde las personas mayores aspiran a ser autónomas el mayor tiempo posible, los dispositivos que favorezcan la vida independiente serán bienvenidos. Esto abre un amplio abanico de posibilidades para la economía planteada en términos de accesibilidad y movilidad.

Las personas mayores no suelen estar ligadas a una hipoteca, y cuando lo están, este gasto rara vez supera el 30% de sus ingresos. Además, afirman que, en caso de tener mayores ingresos, se invertirían de forma prioritaria en la vivienda (Ageingnomics, 2022). Si a esto se suma que casi el 28% de las personas mayores espera necesitar asistencia o dispositivos especiales para la movilidad en el hogar, y otros planean realizar cambios prácticos (Vermeulen y Verstraeten, 2018), queda claro que la creación de más viviendas adaptadas y entornos adecuados para satisfacer las necesidades residenciales, así como las reformas en los hogares, representan una oportunidad tanto para el sector de la construcción como para el de los servicios asistenciales y de salud.

Existe, por tanto, una importante oportunidad para las constructoras y la mano de obra de este sector, que deben abordar este desafío con una perspectiva inclusiva para desarrollar entornos adaptados, desde el espacio público hasta el entorno privado y laboral. Como ejemplo, según datos del Ministerio de Fomento, las reformas y restauraciones de viviendas aumentaron un 10,5% en 2018 en comparación con 2017 (Alcaide, 2019).

Las personas mayores, especialmente las mujeres que viven solas, pueden sentir inseguridad al permitir que personas desconocidas entren en sus hogares para realizar reformas o arreglos. En este sentido, podría ser interesante la gestión de bolsas de profesionales a través del ayuntamiento o los servicios sociales, que puedan ser acreditados por estos servicios para llevar a cabo las tareas mencionadas en los hogares de las personas mayores.

3.4.9. Domótica y uso de la tecnología en el hogar

La domótica comprende el conjunto de sistemas que automatizan las instalaciones de una vivienda y estudia las interacciones entre los seres humanos y su entorno (Regatos Soriano, 2023). La automatización de los hogares a través de la domótica es un recurso valioso para facilitar la vida cotidiana de las personas mayores. Estos sistemas pueden ser útiles tanto en términos de seguridad como de comodidad, proporcionando tranquilidad a quienes residen en el hogar y a sus familias.

Poder controlar la temperatura del hogar o la iluminación a través de sencillas órdenes, instalar sistemas de alerta por vibración para personas con problemas auditivos o muebles abatibles que puedan ser ajustados a distancia puede marcar una gran diferencia en la calidad de vida de personas con movilidad reducida o funcionalidad limitada. Otros dispositivos como sistemas de alarma y sensores de movimiento o monitoreo del hogar permiten a las familias de las personas mayores preservar la privacidad de estas mientras se mantienen conectados con lo que sucede en el hogar. Esta conectividad también puede ser un recurso para acercar la asistencia sanitaria a las poblaciones rurales y alejadas de los centros sanitarios, optimizando los recursos humanos, lo cual es especialmente beneficioso en un contexto de envejecimiento de la población y escasez de mano de obra.

Las soluciones inteligentes integradas en el entorno y respaldadas por servicios de atención a las personas mayores son más fácilmente aceptadas por los usuarios cuando se les involucra en el proceso de desarrollo y toma de decisiones (Kavsek et al., 2021). En este sentido, es importante tener presente la dimensión ética al incorporar tecnología en el hogar, siempre priorizando el respeto a la privacidad, la protección de datos y las preferencias de cada persona con respecto a las soluciones que desean utilizar en su hogar.

3.4.10. Oportunidades en el espacio público y el transporte

Algunos autores (Bogataj et al., 2020) mencionan el concepto de “Smart Silver Villages”, que podríamos traducir como “pueblos plateados inteligentes”. Estos espacios se definirían por proveer diferentes tipos de apoyo a residentes con capacidades funcionales reducidas gracias al uso de las TIC, ofreciendo instalaciones y servicios a personas mayores en áreas rurales. La implementación de estos modelos representa una oportunidad para el sector tecnológico y asistencial, al tiempo que promueve el envejecimiento en entornos rurales.

Mediante mapas geocodificados es posible evaluar cómo las ciudades se adaptan a las personas mayores, observando qué espacios son accesibles para ellas. Un ejemplo es la ciudad de Chicago, que emplea datos geoespaciales para abordar problemas de accesibilidad y lograr la creación de entornos urbanos inclusivos y accesibles. Su iniciativa “Healthy Chicago” tiene entre sus objetivos mejorar el entorno construido y el sistema de transporte para permitir que los residentes envejecan de manera saludable (Organización Panamericana de la Salud, 2022).

La inversión en transporte adaptado será esencial para promover el envejecimiento activo. Con una población mayoritariamente femenina entre

las personas mayores, la movilidad debe tener en cuenta las necesidades específicas de las mujeres en términos de tiempo, propósito, ruta, distancia y seguridad en los desplazamientos (Comisión Europea, 2021).

Los vehículos autónomos permitirán la reducción de accidentes, la liberación del tiempo de conducción para otras actividades y una nueva forma de transporte para grupos con capacidades funcionales reducidas. Se prevé que las personas mayores de 65 años representarán aproximadamente un tercio del mercado de movilidad en 2060, y la economía plateada en general ofrecerá un gran potencial para nuevas formas de productos, servicios y modelos de negocio relacionados con este sector (McLoughlin et al., 2018).

En el ámbito de la movilidad y el transporte también es relevante destacar el papel que desempeñarán los drones en el futuro. Los drones podrían supervisar áreas especialmente envejecidas o vecindarios con una alta población de personas mayores para garantizar su seguridad y detectar situaciones peligrosas. También podrían ser utilizados para la entrega de medicamentos o compras, así como en la búsqueda de personas mayores desorientadas.

3.4.11. Oportunidades para el sector inmobiliario

En España, la mayoría de las personas mayores son propietarias de su vivienda sin ningún tipo de hipoteca. Como consecuencia, la riqueza de los hogares de las personas mayores en España está principalmente compuesta por activos inmobiliarios. A esto le sigue el ahorro en forma de depósitos bancarios y, en menor medida, en Fondos de Inversión, acciones de compañías cotizadas, y el ahorro específico para la jubilación en forma de planes de pensiones (Instituto Santalucía, 2022).

Este es un país en el que la tradición de dejar en herencia la vivienda en propiedad a los hijos e hijas está muy arraigada, y no parece haber un fuerte interés en obtener un beneficio económico mayor de estas propiedades (Ageingnomics, 2022). Sin embargo, muchas personas mayores con recursos han comprado segundas viviendas para alquilarlas y obtener ingresos adicionales a sus pensiones, si bien el alquiler para generar un ingreso extra no suele ser el objetivo principal al adquirir una vivienda distinta a la de residencia habitual. Esto se refleja en el hecho de que los negocios inmobiliarios relacionados con el segmento de población mayor crecieron un 34% entre 2017 y 2018, y que 3 de cada 4 compraventas en España durante el mismo periodo las realizaron personas mayores de 60 años (Alcaide, 2019). Las transacciones más comunes incluyen la venta de una casa grande para comprar una más pequeña una vez que los hijos se han independizado, o la compra de una segunda residencia.

Existen diferentes productos financieros relacionados con la vivienda, como la hipoteca inversa, un préstamo hipotecario para personas mayores de 65 años que les permite recibir dinero mensualmente o en un único pago, con la deuda saldándose al fallecer la persona o al venderse la vivienda. Otra opción es la compraventa de nuda propiedad, en la que el comprador adquiere la propiedad pero la persona mayor puede seguir residiendo en ella hasta su fallecimiento mientras obtiene liquidez por la transacción.

El envejecimiento poblacional cuestiona los modelos tradicionales de residencia para personas mayores, quienes cada vez más desean vivir en su hogar, o al menos de la forma más independiente posible. Hoy en día la escasez de camas en las residencias es una realidad, así como la falta de posibilidades suficientes para que las personas mayores puedan elegir dónde residir cuando no quieren o no pueden seguir haciéndolo en su hogar. La falta de plazas en las residencias abre una oportunidad de mercado importante en cuanto a la vivienda de las personas mayores que se prevé que sea el segmento del sector inmobiliario con mayor potencial de crecimiento. Para ser atractivas, las residencias deberán reconsiderar el modelo tradicional predominante hoy en día para acercarse a la idea de “envejecer en el hogar” que prefieren sus usuarios.

En España, hay alrededor de 400.000 plazas en residencias para mayores, distribuidas en unos 5.600 centros. Actualmente, hay listas de espera tanto para las plazas públicas como para las privadas, con un déficit de alrededor de 80.000 plazas para alcanzar el objetivo de 5 plazas por cada 100 personas mayores de 65 años, recomendado por la OMS. Para 2030, será necesario crear otras 150.000 plazas adicionales debido al envejecimiento de la población (Saboya, 2022). Según datos de Nagusi Intelligence Center (2023), ya se está trabajando en la creación de nuevas plazas, siendo el sector privado responsable del 83% de las 25,000 camas nuevas previstas en un proyecto hasta 2025.

Dada la creciente población con dependencia y la escasez de profesionales en los servicios asistenciales, es necesario establecer modelos más sostenibles para la prestación de servicios sanitarios y asistenciales, que aumenten la eficacia y la resiliencia de estos sistemas y ofrezcan nuevos tratamientos y una asistencia eficaz a un coste asequible. En este sentido, el Servicio Nacional de Salud del Reino Unido estima un 50% menos de costes sanitarios para los adultos mayores que residen en viviendas protegidas en comparación con quienes residen en viviendas y barrios convencionales, ya que se evita o al menos se aplaza la institucionalización de la persona mayor (Bogataj et al., 2020).

La creación de nuevas plazas residenciales no es la única oportunidad en el sector inmobiliario en términos de modelos de vivienda. El *cohousing*, presentado en el apartado sobre la vivienda de este estudio, ofrece una respuesta a la creciente demanda de soluciones habitacionales alternativas a las residencias. Además, ofrece oportunidades económicas para el sector de la construcción, así como para posibles asesores en la creación de comunidades y en la oferta de bienes y servicios relacionados con el ocio, el bienestar y la salud para sus residentes.

3.4.12. Oportunidades para la formación continua y la capacitación digital

Dos de los principios del G20 sobre economía plateada y envejecimiento activo se basan en la promoción del aprendizaje permanente y la actuación contra la brecha digital entre las personas mayores (World Economic Forum, 2016). En consecuencia, la inversión por parte del sector público en programas de aprendizaje permanente con un enfoque en el dominio de la digitalización es crucial para fomentar las competencias necesarias para una vida independiente entre las personas mayores. Esto a su vez conlleva un ahorro en servicios sociales y sanitarios al

capacitar a la población a lo largo de su vida en áreas como la salud, el cuidado personal y las cuestiones financieras. Por lo tanto, los responsables de formular políticas deben considerar cómo distribuir los recursos a lo largo de toda la vida y no solo en las primeras etapas, como ocurre en la actualidad (OMS, 2015).

Las personas mayores, que en su mayoría están retiradas del mercado laboral o cerca de hacerlo, no buscan necesariamente formaciones que les otorguen una titulación oficial, sino herramientas que les permitan ejercer una ciudadanía activa y satisfacer su deseo de aprender por el simple hecho de adquirir conocimientos. En consecuencia, los itinerarios flexibles de corta y mediana duración son los más adecuados para su situación. Esto crea una oportunidad para proveedores de educación no formal, así como a otros proveedores tradicionales de educación formal como las universidades, que pueden ofrecer programas de formación de interés para las personas mayores.

Al abordar el potencial de la oferta educativa en la economía plateada, se debe considerar también la formación en gerontología que incluya educación sanitaria para las personas mayores y su entorno cercano. Esto es muy importante, dado que muchas personas que cuidan de adultos mayores con dependencia son trabajadoras informales sin formación específica. En este sentido, los organismos internacionales resaltan la necesidad de que los trabajadores y trabajadoras de la salud, los servicios sociales y aquellos que atienden a personas mayores en contextos no estructurados tengan acceso a la educación y formación que requieren. Además, es importante priorizar e invertir en el desarrollo de habilidades básicas para la atención a personas mayores y en la formación continua de este personal (Naciones Unidas, 2002; Declaración Ministerial de Roma, 2022). Su capacitación no solo beneficia a las personas bajo su cuidado, sino que también mejora su posición laboral.

En un contexto donde la tecnología avanza a pasos acelerados y ofrece grandes posibilidades para envejecer con una mejor calidad de vida, es esencial trabajar en el fortalecimiento de las competencias digitales de las personas mayores a través de programas formativos adaptados a sus necesidades y características. La inversión pública y la colaboración público-privada serán elementos clave para aplicar políticas que reduzcan la brecha digital y avancen hacia una inclusión digital plena.

Al diseñar programas de alfabetización digital para personas mayores es fundamental diagnosticar su nivel actual de competencias digitales, así como su disposición hacia la formación y sus expectativas sobre el uso de las tecnologías (Nagusi Intelligence Center, 2022). El diseño de formaciones adaptadas a este grupo permite abordar no solo las habilidades técnicas, sino también los prejuicios y actitudes negativas hacia la tecnología que puedan existir.

Las empresas de telecomunicaciones tendrán una oportunidad importante para extender la conectividad de red a todas las áreas del país, mejorando la accesibilidad y la conectividad en entornos rurales, lo que será clave para abordar el despoblamiento rural y el envejecimiento de estas zonas, así como para hacer llegar servicios de teleasistencia que mejoren la eficiencia de la asistencia sanitaria de las zonas menos pobladas.

En relación con el diseño de dispositivos, las empresas deben estar dispuestas a llevar a cabo procesos de diseño participativo con las

propias personas mayores usuarias. Esto les permitirá comprender sus motivaciones y necesidades, así como resolver mejor las limitaciones en el uso de la tecnología (Nagusi Intelligence Center, 2022). Independientemente del resultado de estos procesos de co-creación, los productos tecnológicos diseñados para personas mayores deben considerar aspectos como la accesibilidad, teniendo en cuenta posibles disminuciones en las capacidades funcionales de la persona y garantizando la usabilidad, ya que estas herramientas son nuevas para muchos individuos y por tanto deben ser simples e intuitivas.

En términos tecnológicos, algunos productos interesantes para promover entornos amigables con personas mayores y fomentar el aprendizaje a lo largo de la vida incluyen el uso de micrófonos y bucles magnéticos en las aulas, y el diseño de sitios web y materiales accesibles. En este sentido, el diseño universal será fundamental para permitir que no solo las personas mayores, sino toda la sociedad, acceda a entornos educativos de forma equitativa.

Finalmente, considerando que muchas personas mayores pueden sentir inseguridad al utilizar Internet y dispositivos conectados a la red, las empresas de telecomunicaciones deben tener en cuenta el perfil de las personas mayores al trabajar en la seguridad de los entornos digitales. Estas personas podrían ser susceptibles a intentos de fraude, lo que aumenta su sensación de inseguridad al navegar en Internet. Por lo tanto, reforzar la ciberseguridad y proporcionar formación en seguridad en entornos digitales será esencial.

3.4.13. Emprendimiento sénior

Diversos organismos oficiales se han manifestado a favor de promover el emprendimiento entre las personas mayores como fórmula alternativa para hacer frente a las dificultades que afrontan aquellos mayores de 50 años para reinsertarse en el mercado laboral (IMSERSO, 2014; Naciones Unidas, 2002). El emprendimiento en este grupo puede contribuir a extender su vida laboral, reducir el desempleo, mejorar su inclusión social y estimular la innovación a través de empresas emergentes (Comisión Europea, 2021).

En Europa, España es líder en términos de emprendimiento entre personas de más de 45 años (Ageingnomics, 2022). Sin embargo, según el Observatorio del Emprendimiento de España (2023), el emprendimiento en nuestro país se inicia en etapas más tardías que en países vecinos. La mayoría de los emprendedores que lideran iniciativas consolidadas tienen entre 55 y 64 años y, mientras que en el mercado de trabajo por cuenta ajena se observa una clara tendencia a mayor participación por parte de los hombres, en el caso de las personas emprendedoras los porcentajes de emprendimiento no varían considerablemente según el sexo.

Las startups dirigidas por individuos de más de 45 años presentan tasas de éxito superiores a las de las personas más jóvenes (Alcaide, 2019), posiblemente debido a una mayor experiencia acumulada. Un estudio sobre el talento sénior (Fundación Mapfre, 2021) refleja un incremento en el número de trabajadores autónomos en ese grupo de edad, comparando datos entre 2008 y 2020. Además, se observa que conforme avanza la edad son más las personas que emprenden por necesidad, debido a la dificultad de tener un trabajo asalariado.

Como señala Alcaide (2020), la proximidad de los trabajadores de edades más avanzadas tanto a la cuestión del envejecimiento como de los cuidados, le proporciona una empatía y una perspectiva de mercado mayores. En este sentido, Rouzet et al., (2019) identifican elementos distintivos en emprendedores de mayor edad, como la capacidad de capitalizar su experiencia y conocimiento en otras empresas, redes de contactos más sólidas, recursos financieros más amplios, experiencia gerencial y capital social acumulado.

Entre los desafíos identificados los autores mencionan barreras significativas como la falta de habilidades digitales, el acceso a financiación en etapas iniciales, información insuficiente sobre cómo iniciar y administrar un negocio, así como una posible discriminación por edad. Otro obstáculo para el emprendimiento en adultos mayores es no sentirse socialmente apoyados, como consecuencia de una visión general de la sociedad que juzga negativamente involucrarse en proyectos a partir de la jubilación, sumado a los prejuicios asociados a la edad (Góngora et al., 2018).

Una solución propuesta para abordar el obstáculo de la financiación es proporcionar líneas de crédito específicas para personas mayores, como sugiere Naciones Unidas (2002). Como ejemplo, el gobierno japonés ofrece un Subsidio para la Promoción de Negocios para personas mayores y el autoempleo. Este subsidio fomenta el emprendimiento de grupos de al menos tres trabajadores mayores de 45 años con una visión de negocio a largo plazo que aprovechen su experiencia y ofrezcan empleo a otros de mayor edad (Ortega y Huertas, 2018).

Las formaciones dirigidas a emprendedores seniors deben integrarse en la oferta de aprendizaje continuo, enfocándose en el desarrollo de competencias digitales e innovadoras para la creación de nuevos emprendimientos. La mentoría también es una herramienta valiosa, con personas mayores siendo mentorizadas por individuos con experiencia en emprendimiento.

Existen iniciativas destacadas que fomentan el espíritu emprendedor en personas mayores, ayudándoles a desarrollar las estrategias necesarias. Por ejemplo, el Centro de Investigaciones Ageingnomics publica la Guía del Emprendimiento sénior para dar apoyo al proceso emprendedor. Además, el concurso “Premios +50 Emprende”, impulsado por diversas fundaciones, busca transformar culturalmente la percepción hacia las personas mayores al promover la participación en emprendimientos.

3.4.14. Oportunidades para la oferta de ocio y turismo sénior

El sector turístico es uno de los mercados más beneficiados por los cambios en los estilos de vida de la población mayor, como consecuencia de las mejoras en la salud y, por consiguiente, de una mayor orientación hacia el disfrute y el tiempo libre (Losada Sánchez et al., 2015). Diversos estudios señalan que, en vista del envejecimiento de la población y el reconocimiento de la importancia de las actividades turísticas en adultos mayores, este sector debe aprovechar las oportunidades que ofrece el mercado (Rodríguez Santos et al., 2021). Sin embargo, algunos autores han identificado las carencias del mercado en la respuesta a la oportunidad que representa una población mayor con mejor salud y mayor disponibilidad de dinero para el ocio (Huertas y Ortega, 2018). Esto

puede ser consecuencia de otro factor señalado previamente en este estudio dentro del apartado sobre turismo, ocio y cultura en este estudio, al destacar la escasez de literatura que explore las preferencias de las personas mayores en cuanto al disfrute de su tiempo libre.

España es un país con un sector turístico altamente desarrollado, lo que lo convierte en un gran atractivo para personas mayores de otros países debido a su clima, excelente gastronomía y precios asequibles. En 2019, la actividad generada por el turismo extranjero contribuyó directamente al PIB con 40.919 millones de euros, siendo los turistas mayores de 50 años un 36% del total de turistas que visitaron España en ese año y se estima que el gasto realizado por este grupo ascendió a 33.125 millones de euros, siendo los mayores de 65 años los que más gastaron, especialmente los turistas británicos, alemanes y franceses (Oxford Economics, 2021). En línea con este escenario optimista, la Patronal Española de Agencias de Viajes proyecta que para el año 2050, uno de cada dos clientes que busque los servicios de agencias de viajes será una persona mayor (Huertas y Ortega, 2018).

Un factor relevante en diferentes estudios sobre la potencialidad del turismo sénior es la capacidad para gestionar la estacionalidad de la actividad turística (Guadarrama Atrizco et al., 2023; Alcaide, 2020). Las personas jubiladas tienen más tiempo libre y no están atadas a calendarios escolares o laborales como los grupos más jóvenes, lo que les permite viajar en temporada baja. Esto dinamiza las economías de las zonas turísticas que dependen fuertemente de la estacionalidad. En este sentido, el 90% de quienes planean viajar en los próximos 12 meses afirma que no tienen problema para adaptar sus fechas (Pellitero y Turcci, 2023).

A lo largo de este estudio, se ha constatado que la generación del baby boom exhibe un nivel de educación superior en comparación con las generaciones anteriores. En este contexto, los turistas sénior están mostrando un creciente interés en viajes sostenibles, como lo señala Ageingnomics (2022). Este cambio en la preferencia refleja una mayor conciencia sobre la importancia de la responsabilidad ambiental y la búsqueda de experiencias enriquecedoras y respetuosas con el entorno, un hecho que favorece también a las zonas con alta explotación turística al aliviar la presión sobre ellas.

Una elección en aumento en el turismo sénior es poder viajar en solitario pero en grupos organizados con otras personas en su misma situación (ICEMD, 2022). En respuesta a esta creciente demanda, el sector turístico ofrece cada vez más opciones para organizar viajes grupales para personas que desean viajar solas, especialmente mujeres de edades más avanzadas que quieren tener experiencias de forma independiente pero con la garantía y seguridad de viajar en un grupo organizado.

En el contexto de España, el turismo de larga estancia, principalmente practicado por otros sénior europeos en el país, se perfila como una oportunidad interesante para el mercado turístico. Este segmento, en su mayoría con un alto poder adquisitivo, elige pasar periodos prolongados, especialmente en áreas costeras. Para ello, las Islas Canarias lanzó a finales de 2021 una estrategia para atraer al turista de edad avanzada de larga distancia, con el objetivo de duplicar la facturación bajo el eslogan "Date un respiro en el mejor clima del mundo".

Es importante destacar que aquellos con experiencias de viajes anteriores tienen más probabilidad de emprender nuevos viajes en comparación con aquellos que no han tenido la posibilidad de viajar (Losada Sánchez et al., 2015). Por lo tanto, una buena organización de experiencias turísticas con paquetes cerrados y diseñados especialmente para un grupo con poca experiencia en turismo puede tener una buena acogida en un segmento importante de la población.

El mayor dominio de la tecnología por parte de la población de edad avanzada también ofrece oportunidades para aquellos que deciden organizar sus viajes por cuenta propia. De hecho, los mayores de 55 años son el grupo líder en afinidad en sitios web de la categoría “viajes” (Pellitero y Turcci, 2023). En este sentido, si bien la atención presencial sigue siendo especialmente valorada por las personas mayores, cada vez son más quienes planifican sus viajes o actividades de forma telemática y buscan vuelos u hoteles a través de internet (Alcaide, 2020).

El gasto en el tiempo libre de la población mayor se refleja en áreas de interés distintivas, como restaurantes, gastronomía, viajes, turismo y actividades de compras. Estos sectores no solo captan la atención de este grupo demográfico, sino que también presentan oportunidades significativas para el desarrollo y expansión de la industria y el mercado del ocio sénior (Ageingnomics, 2022).

Se observa que más de la mitad de las actividades de ocio que los adultos mayores realizan fueron iniciadas en edades avanzadas, ya sea en la edad adulta o después de jubilarse (Instituto de Estudios de Ocio, 2007). Esto destaca la disposición y el deseo de los seniors de explorar nuevas actividades y experiencias incluso en etapas posteriores de la vida, lo que abre interesantes oportunidades para el mercado del ocio dirigido a las personas mayores, siempre que las empresas y organizaciones sepan identificar los intereses de este grupo.

Un enfoque orientado hacia el ocio y el turismo para personas de edades avanzadas debe considerar una serie de adaptaciones para que la experiencia sea completa. Esto incluye cuestiones como transporte, alimentación y atención personalizada a un segmento poblacional con gustos bien definidos, menos sensible a los precios, con menor probabilidad de optar por servicios de bajo coste y en busca de un producto más completo (Calvo Leyva, 2021).

3.4.15. Servicios financieros

El cambio social en general y el de los hábitos económicos de los individuos en particular hacen reflexionar sobre la necesidad de definir y/o adaptar productos y servicios financieros para que respondan a las necesidades de las personas mayores. En este sentido, las empresas del sector buscan poner en el mercado productos que, principalmente aunque no de forma exclusiva, ayuden a planificar el ahorro de cara a la jubilación, en un contexto en el que el reclamo por parte de diferentes sectores de una reforma en el sistema de pensiones es constante. Se crea, pues, una oportunidad para las instituciones financieras que sean capaces de gestionar los activos durante la fase de acumulación y el riesgo durante la fase de desacumulación posterior a la jubilación (Nahal y Mathe, 2014).

La forma en que el sector financiero diseña sus productos y servicios debe contemplar a una población mayor más sana y activa que la de generaciones pasadas. Por lo tanto, los productos deben ofrecerse como garantía del mantenimiento de esta vitalidad, y no solo como recurso en caso de dependencia. Para asegurar que aquello que se ofrece sea lo que mejor se adapta a la persona, se deberán tener en cuenta cuestiones como la edad, la cuantía de la pensión pública, la capacidad de comprensión de ciertos conceptos económicos y financieros básicos, la edad de jubilación o la edad a la que se desea percibir las rentas (Guillén Estany, et al., 2018).

Ante una sociedad con una baja cultura financiera, además de fomentar la educación, es interesante pensar de qué forma los asesores financieros pueden ayudar a las personas mayores a tomar las decisiones más acertadas en lo que a sus finanzas se refiere. Las entidades financieras, por lo tanto, tienen una interesante oportunidad para ofrecer un servicio más personalizado a la población mayor. A modo ilustrativo, Lorna Sabbia, directora de Soluciones de Jubilación y Patrimonio Personal del Bank of America Merrill Lynch, señaló que esta entidad proporcionó a sus 15.000 asesores financieros un “programa de formación sobre longevidad para que estén mejor preparados para entender [a sus clientes] a medida que envejecen” (Global Coalition on Aging, 2019).

Huertas y Ortega (2018) destacan tres momentos clave en el proceso de envejecimiento en los que los profesionales del sector financiero pueden ayudar a las personas mayores a planificar sus ingresos. El primero es alrededor de los 50 años, cuando las personas aún tienen gastos derivados de la hipoteca o del cuidado de los hijos, pero se acercan al momento de la jubilación y deben prepararse para ella. El segundo momento es lo que llaman la jubilación activa, donde el objetivo está en que los ahorros no se reduzcan de forma significativa, o incluso puedan crecer, una vez que la persona se jubila. El tercer momento es la jubilación pasiva, donde las personas perciben una pensión, pero los gastos pueden dispararse a consecuencia de situaciones de dependencia, y donde las entidades financieras pueden servir como punto de contacto con otros servicios.

Existe una gran variedad de productos que se ofertan desde el sector financiero y asegurador, diseñados bien para las personas mayores o bien para la preparación para la vejez. Algunos ejemplos de estos productos son los planes de pensiones individuales, los planes de provisiones asegurados o los seguros individuales de ahorro a largo Plazo, entre otros, que presentan diferente tipo de rentabilidad y riesgo.

Otro tipo de productos financieros son los productos de seguros y protección, donde encontramos los seguros de vida y dependencia o los seguros de salud entre los más populares. En los últimos tiempos, cada vez son más compañías las que incluyen como parte del servicio del seguro de salud la figura de los “asesores familiares”, profesionales que proporcionan a la familia una serie de servicios, como por ejemplo perfiles de cuidadores adecuados en función de las necesidades de la persona mayor (Instituto Santalucía, 2021). Existe también un producto intermedio, los *Unit Linked*, que combina las características de un seguro de vida con las de un fondo de inversión, proporcionando la posibilidad de ahorrar a la vez que se ofrece protección en caso de fallecimiento, invalidez o jubilación.

Por último, las rentas vitalicias son productos diseñados para quienes desean obtener una renta mensual asegurada para complementar los ingresos durante la jubilación. Pueden ser inmediatas, adquiridas en el momento de la jubilación, o diferidas durante la vida laboral. Aunque a nivel internacional es un mercado en auge, en España es un producto que no ha acabado de encontrar su espacio (Instituto Santalucía, 2022). Esto puede deberse a que todavía son vistas como instrumentos de inversión y no como elementos que mitigan los riesgos, lo que las hace poco atractivas (Guillén, et al., 2018).

En España es muy abundante el ahorro inmobiliario, es decir, el ahorro mediante la compra de propiedades inmobiliarias, que frecuentemente son consideradas como activos más seguros que el resto. El problema de esta fórmula es que no es un ahorro líquido y de hecho es poco flexible. Si bien existen fórmulas para monetizar la vivienda como la hipoteca inversa o la compraventa de nuda propiedad. Estas fórmulas están orientadas principalmente a pensionistas que no disponen de suficientes ahorros para su jubilación a través de productos como los planes de pensiones, pero que sí poseen activos inmobiliarios (Guillén, et al., 2018). Este es un mercado aún por explorar en España, ya que la nuestra es una cultura que sigue valorando especialmente la posibilidad de dejar la vivienda en herencia.

La incertidumbre acerca de la sostenibilidad del sistema de pensiones no parece ser suficiente para motivar a las personas a contratar productos financieros que les ayuden a planificar su ahorro de cara a la jubilación. Aunque sean el producto más común entre las personas de entre 45 y 64 años, solo el 30% de personas de este grupo dispone de planes de pensiones privados (ECF, 2016), un producto muy criticado en España, principalmente por sus elevadas comisiones, su escasa rentabilidad y la ausencia de competencia entre entidades (Alcaide, 2020). De hecho, el único incentivo relevante para la inversión en estos planes ha sido el fiscal, que se ha reducido en los últimos años hasta casi su desaparición.

Según datos de la ECF (2016) en relación con la tenencia de productos financieros, el grupo de personas de entre 65 y 79 años se encuentra considerablemente por debajo del resto de grupos en cuanto a la tenencia de planes de pensiones, así como de seguros de vida y de hipotecas o préstamos personales. Superan al resto de grupos, aunque de forma poco acentuada, en cuanto a la tenencia de acciones y de fondos de inversión. Esta menor tenencia de algún tipo de vehículo de ahorro coincide con un menor conocimiento de ciertos conceptos económicos como la inflación o la diversificación del riesgo y, en general, coincide con menores conocimientos financieros. En cuanto a los seguros, los más populares entre las personas mayores son el de hogar y el de vehículos, con menor presencia de los seguros de salud o enfermedad que en otros grupos etarios.

Se observa una clara distinción entre dos grupos de edad según los datos de la ECF (2016): por un lado, la generación del *baby boom*, es decir, el segmento encuestado entre 55 y 64 años, y por otro lado las personas de entre 64 y 79 años. El primer grupo presenta una tenencia más elevada de planes de pensiones como vehículo de ahorro, mientras que en el segundo grupo el ahorro se canaliza a través de cuentas específicas para ello. El porcentaje de personas que tiene algún producto de ahorro aumenta con la edad hasta los 64 años, pero cae en alrededor de diez puntos porcentuales entre las personas mayores de 65 años. Entre

quienes ahorran en la franja de edad de mayores, más de un 70% lo hace a través de su cuenta corriente (Andújar Nagore, 2022), siendo las cuentas de ahorro y la renta fija los productos más elegidos entre quienes tienen más de 65 años.

Vemos pues, un potencial de negocio en el grupo de los *baby boomers* que también se identificó por parte del World Economic Forum (2016). Este segmento próximo a jubilarse, con mayor conocimiento financiero que el segmento mayor de 65 años, así como mayor nivel de competencias digitales, presenta toda una oportunidad para el sector de las finanzas y los seguros. De forma ilustrativa, el sector que en inglés ha sido denominado como el *fintech*, que engloba las empresas que utilizan la tecnología para prestar servicios financieros, ha visto un nicho de mercado en las generaciones mayores, principalmente en aquellos que forman parte de la generación del *baby boom*. En Estados Unidos hace años que existen empresas de este tipo especialmente enfocadas en el sector sénior, principalmente en el mercado de la comercialización de seguros, así como de planificación para la jubilación (Augustine, 2017).

Por último, en la actualidad, en varios países europeos se está observando un fuerte impulso para que las empresas, especialmente las de mayor tamaño, adopten activamente planes de ahorro destinados a sus empleados. Un ejemplo de esta práctica ya está en funcionamiento en países como el Reino Unido, Alemania y Países Bajos. Esto podría dar lugar a una oportunidad de mercado para las instituciones financieras, ya que podrían ofrecer servicios y productos relacionados con estos planes de ahorro a las empresas y empleados interesados en garantizar unos ingresos extras en su futuro, añadidos a la pensión pública.

3.5. Desafíos y oportunidades para la economía plateada

En un contexto de envejecimiento de la población, la percepción de amenaza ante el cambio demográfico se fundamenta principalmente en la posibilidad de que una población de edad más avanzada suponga un descenso de la productividad económica debido a una disminución de la población activa y un aumento en el gasto público. La economía plateada, por lo tanto, está impulsada no solo por la aparición de nuevos mercados, sino también por la necesidad de mejorar la sostenibilidad del gasto público relacionado con el envejecimiento (Comisión Europea, 2015).

Es cierto que una mayor esperanza de vida conlleva necesariamente mayores niveles de dependencia y, por lo tanto, necesidades más complejas en cuanto al cuidado de las personas. De hecho, el elevado gasto per cápita de las personas mayores en los países desarrollados se debe en gran medida a la asistencia sanitaria (Bughin, et al., 2016). En este sentido, se prevé que el gasto sanitario de la UE-27 aumente del 7,1% del PIB en 2010 al 8,3% en 2060, mientras que el gasto público en cuidados de larga duración se duplicará, pasando del 1,8% del PIB en 2010 al 3,4% del PIB en 2060 en la UE en su conjunto (Comisión Europea, 2015). Por lo tanto, la inversión en innovación, tanto desde el sector público como el privado, es fundamental tanto para desarrollar bienes y servicios que respondan a las necesidades de las personas mayores como para mitigar el gasto que representa para el sector público una mayor proporción de personas de edad avanzada. Más allá de la nece-

sidad de soluciones innovadoras para abordar una mayor dependencia, es importante tener en cuenta que la forma en que se sustituyen algunos trabajos intensivos en capital humano por nuevas tecnologías puede generar ciertos conflictos y cuestionamientos en relación a los límites éticos de reemplazar las relaciones interpersonales por herramientas de inteligencia artificial (Krzyminiewska, 2020).

A medida que la población envejece, es más probable que las empresas adopten diferentes tecnologías para aumentar su productividad (Erceg, 2017). El cambio demográfico obligará a las empresas a invertir en innovación tecnológica que les permita hacer frente a una disminución de la productividad. En este sentido, la OECD (2014) puso énfasis en la necesidad de nuevos modelos innovadores de financiación para impulsar la economía plateada, incentivando la inversión privada y fomentando el emprendimiento social.

La Global Coalition on Aging (2019) identificó cinco ideas para capturar el valor de la economía plateada. En primer lugar, el cambio social necesario para hacer frente a los estereotipos edadistas; en segundo lugar, el papel fundamental de las empresas y los entornos laborales para replantear los lugares de trabajo y aprovechar las contribuciones de todas las generaciones que comparten un mismo espacio. La tercera idea se refiere a la transformación de los sistemas sanitarios para centrarlos en el bienestar y la prevención; la cuarta idea se centra en la importancia del cuidado de las personas mayores como componente esencial del envejecimiento saludable y con potencial para impulsar la economía plateada. Por último, se presta atención a un mercado hospitalario que apoye la innovación.

Ya se ha señalado que la economía plateada no solo incluye bienes y servicios, sino que también se centra en la participación de las personas en la economía a través del mercado de trabajo. En este sentido, uno de los principales desafíos radica en avanzar hacia un mercado de trabajo inclusivo con las personas mayores y flexible para adaptarse a las posibilidades de continuar aportando de la población mayor. Sin embargo, más allá de la participación de las personas de edades avanzadas en el mercado laboral, autores como Bloom (2020) hacen hincapié en la importancia del papel de las personas mayores en las actividades no productivas de mercado (PNMA), valoradas en 9.700 euros por persona según una muestra europea. En 2015 estas contribuciones en Europa se estimaron en 1,1 billones de euros, equivalentes al 8% del PIB.

Las conductas edadistas, un concepto presente a lo largo de todo nuestro estudio, también suponen un problema para el desarrollo de la economía plateada. Es posible que algunas empresas no estén interesadas en la producción o distribución de productos o en la prestación de servicios para el grupo de personas mayores, ya que pueden considerar que este tipo de actividades no son atractivas para su negocio (Krzyminiewska, 2020). La publicidad también suele estar dirigida a un segmento de la población determinado, normalmente joven. Suele suceder también que cuando se dirige a la población mayor, presenta un perfil que no se corresponde con la realidad de este grupo. El envejecimiento no es homogéneo, los perfiles de personas mayores son muy diferentes entre sí, por lo que las estrategias comunicativas deben diseñarse teniendo en cuenta esta heterogeneidad, así como sus preferencias de compra y posibilidad de gasto.

Cizelj (2023) identifica tres motivos principales por los que la economía plateada está experimentando un lento desarrollo a nivel mundial. En primer lugar, una conciencia solo parcial de las implicaciones del cambio demográfico y del envejecimiento de la sociedad; en segundo lugar, un entorno normativo y unas políticas que no han sido capaces de ajustarse plenamente a las necesidades específicas de las personas mayores; por último, una falta de actividad política por parte de las personas mayores para impulsar sus demandas en la agenda pública de los gobiernos.

Alcaide (2020) hace referencia al concepto de *silverización* como el proceso de adaptación del mercado, del producto o servicio, de las estrategias de distribución, del precio, de la experiencia del cliente y la comunicación, a la realidad demográfica de una sociedad envejecida. Las empresas deben encontrar la forma de involucrar a las personas mayores en la definición de los productos y servicios que lanzarán al mercado, para que estos se adapten de la mejor forma posible a sus necesidades. De aquí la importancia también de interiorizar el diseño universal como la manera de pensar servicios y productos orientados a toda la sociedad.

La falta de una base de investigación sólida en torno al concepto de economía plateada también es identificada como uno de los retos a los que hacer frente para el desarrollo de este tipo de economía (Klimczuk, 2021). En este sentido, las universidades, en colaboración con las organizaciones del sector público y el sector privado, están asumiendo el reto de desarrollar soluciones innovadoras que permitan un mayor nivel de independencia de las personas mayores a lo largo del tiempo, con el potencial de reducir los costos sociales del envejecimiento (Knight-Davidson, et al., 2020). Para ello, la economía plateada requiere de la movilización de recursos humanos y tecnológicos, para lo cual es fundamental que el sistema socioeconómico y los gobiernos actúen de manera coherente generando un ecosistema de innovación sostenible (Cizelj, 2023).

4. Sistema de indicadores sobre la población mayor de España

4.1. Presentación del sistema

El sistema de indicadores que presentamos está orientada a replicar los datos recogidos en el *Active Ageing Index*,⁸ con la voluntad de aportar los datos más actualizados y detallarlos, mediante el cruce con diversas variables, para el caso español. La definición de los indicadores no siempre es exactamente la misma que en el *Active Ageing Index*, debido a que pretendemos que los datos estén disponibles en series temporales largas, a partir del momento actual. Asimismo, se han introducido algunos indicadores adicionales, con la intención de proporcionar una información más rica a partir de variables para las que se dispone de datos.

Las dos fuentes de datos principales que se utilizan en el sistema son las bases de microdatos de SHARE (*Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe*) y de EU-SILC (*European Union Survey on Income and Labour Conditions*), de EUROSTAT.

Las cuatro dimensiones en las que se estructura el sistema de indicadores son las siguientes:

- 1. Empleo.
- 2. Participación en la sociedad.
- 3. Vida independiente, sana y segura
- 4. Entorno que permita un envejecimiento activo

Los indicadores con los que vamos a cubrir estas cuatro dimensiones son los que enumeramos a continuación. En la sección siguiente presentaremos, para cada uno de ellos, una ficha con su definición específica y los valores, tanto agregados (para el caso español y el de los países europeos) como, en el caso español, referidos a colectivos específicos en función de unos cruces de variables relevantes.

■ Dimensión 1. Empleo

Indicador 1.1. Tasa de ocupación edades 55 a 59 años

Indicador 1.2. Tasa de ocupación edades 60 a 64 años

Indicador 1.3. Tasa de ocupación edades 65 a 69 años

Indicador 1.4. Tasa de ocupación edades 70 a 74 años

⁸ El *Active Ageing Index* es una iniciativa desarrollada por la Population Unit del UNECE (Comisión Económica de las Naciones Unidas para Europa) y la Comisión Europea.

■ Dimensión 2. Participación en la sociedad

Indicador 2.1. Actividades de voluntariado

Indicador 2.2. Cuidado de hijos y nietos

Indicador 2.3. Cuidado de personas enfermas y con discapacidad

Indicador 2.4. Participación política

■ Dimensión 3. Vida independiente, sana y segura

Indicador 3.1. Ejercicio físico

Indicador 3.2. Acceso a servicios médicos

Indicador 3.3. Vida independiente

Indicador 3.4. Viven solos

Indicador 3.5. Renta mediana equivalente disponible relativa

Indicador 3.6. En situación de riesgo de pobreza

Indicador 3.7. Carencia material severa

Indicador 3.8. Posibilidad de pagarse una semana de vacaciones fuera de casa

Indicador 3.9. Aprendizaje a lo largo de la vida

■ Dimensión 4. Entorno que permita un envejecimiento activo

Indicador 4.1. Proporción de esperanza de vida adicional a la edad de 55 años

Indicador 4.2. Proporción de esperanza de vida sana a la edad de 65 años

Indicador 4.3. Bienestar emocional

Indicador 4.4. Soledad no deseada

Indicador 4.5. Uso de tecnologías de la información y la comunicación

Indicador 4.6. Conexiones sociales

Indicador 4.7. Logro educativo

4.2. Valores de los indicadores

Indicador 1.1. Tasa de ocupación edades 55 a 59 años

Definición: Porcentaje de personas con edades comprendidas entre 55 y 59 años que están ocupadas sobre el total de personas (activas e inactivas) de las mismas edades.

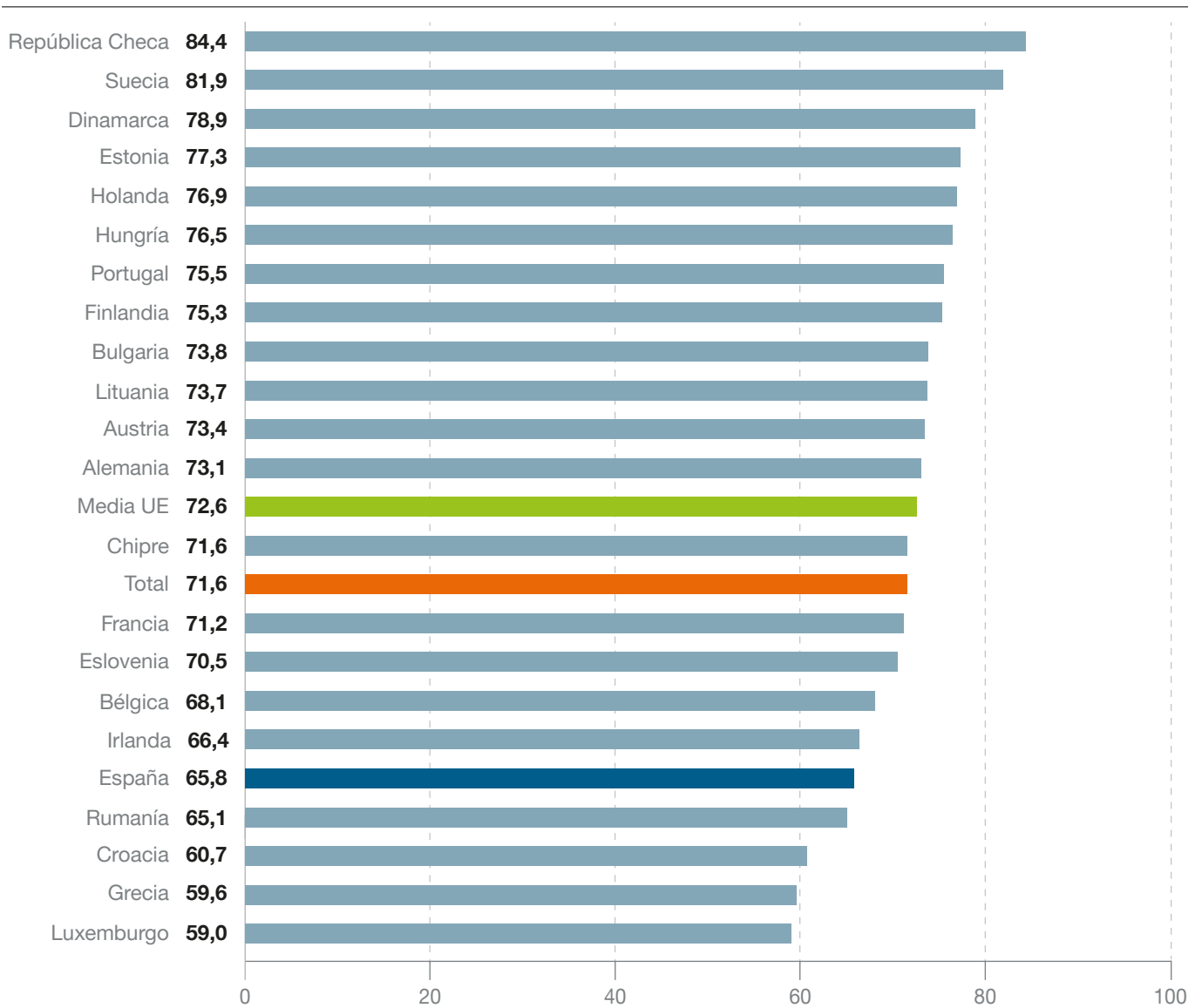
Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de EU-SILC (EUROSTAT).

Valor del indicador en España (2021): 65,8%

Cruces del indicador para el caso español


Mujeres	57,1%
Hombres	75,0%
Rural	66,6%
Urbano	65,6%
Renta disponible debajo media	51,6%
Renta disponible encima media	77,0%
Hasta estudios secundarios obligatorios	53,0%
Estudios secundarios postobligatorios o mayor	75,3%
Personas con discapacidad	50,5%
Personas sin discapacidad	72,9%

Valores del indicador para diferentes países europeos. 2021.



Valores del indicador según sexo para el conjunto de los países de la Unión Europea

 = 65,9%

 = 77,5%

COMENTARIOS

- El valor del indicador es más bajo en España (más de cuatro puntos) debido a una mayor incidencia del desempleo y las jubilaciones anticipadas.
- La tasa de ocupación es mucho mayor (17,9 puntos) para los hombres que para las mujeres. Esta brecha de género es menor en la media de los países de la Unión Europea, donde se sitúan en 11,6 puntos.
- La tasa de ocupación es mucho mayor en el caso de las personas con estudios postobligatorios en relación con estudios obligatorios.

Indicador 1.2. Tasa de ocupación edades 60 a 64 años

Definición: Porcentaje de personas con edades comprendidas entre 60 y 64 años que están ocupadas sobre el total de personas (activas e inactivas) de las mismas edades.

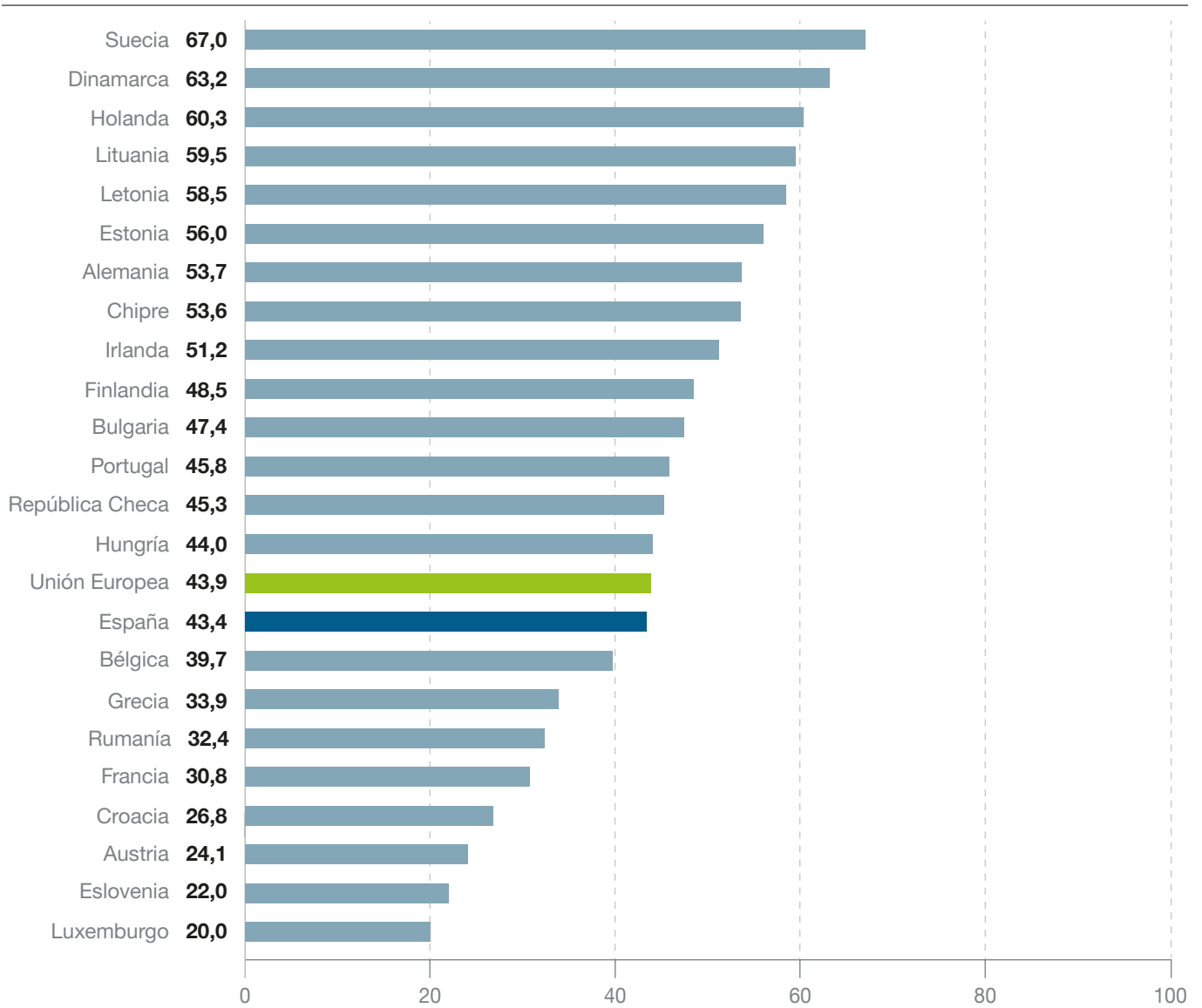
Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de EU-SILC (EUROSTAT).

Valor del indicador en España (2021): 43,4%


Cruces del indicador para el caso español

Mujeres	37,8%
Hombres	49,2%
Rural	40,1%
Urbano	43,4%
Renta disponible debajo media	30,6%
Renta disponible encima media	52,8%
Hasta estudios secundarios obligatorios	34,6%
Estudios secundarios postobligatorios o mayor	52,0%
Personas con discapacidad	33,0%
Personas sin discapacidad	49,2%

Valores del indicador para diferentes países europeos. 2021.



Valores del indicador según sexo para el conjunto de los países de la Unión Europea

 = 38,5%

 = 49,6%

COMENTARIOS

- Entre los 60 y los 64 años la tasa de ocupación se iguala entre la población mayor española y la de los países de la Unión Europea.
- En los países nórdicos las tasas de ocupación son muy elevadas, mientras que en países meridionales como España, Grecia o Portugal las tasas son más bajas, situándose en torno a la media europea.
- También se da en esta franja de edad la fuerte relación entre el nivel de estudios y la tasa de ocupación.

Indicador 1.3. Tasa de ocupación edades 65 a 69 años

Definición: Porcentaje de personas con edades comprendidas entre 65 y 69 años que están ocupadas sobre el total de personas (activas e inactivas) de las mismas edades.

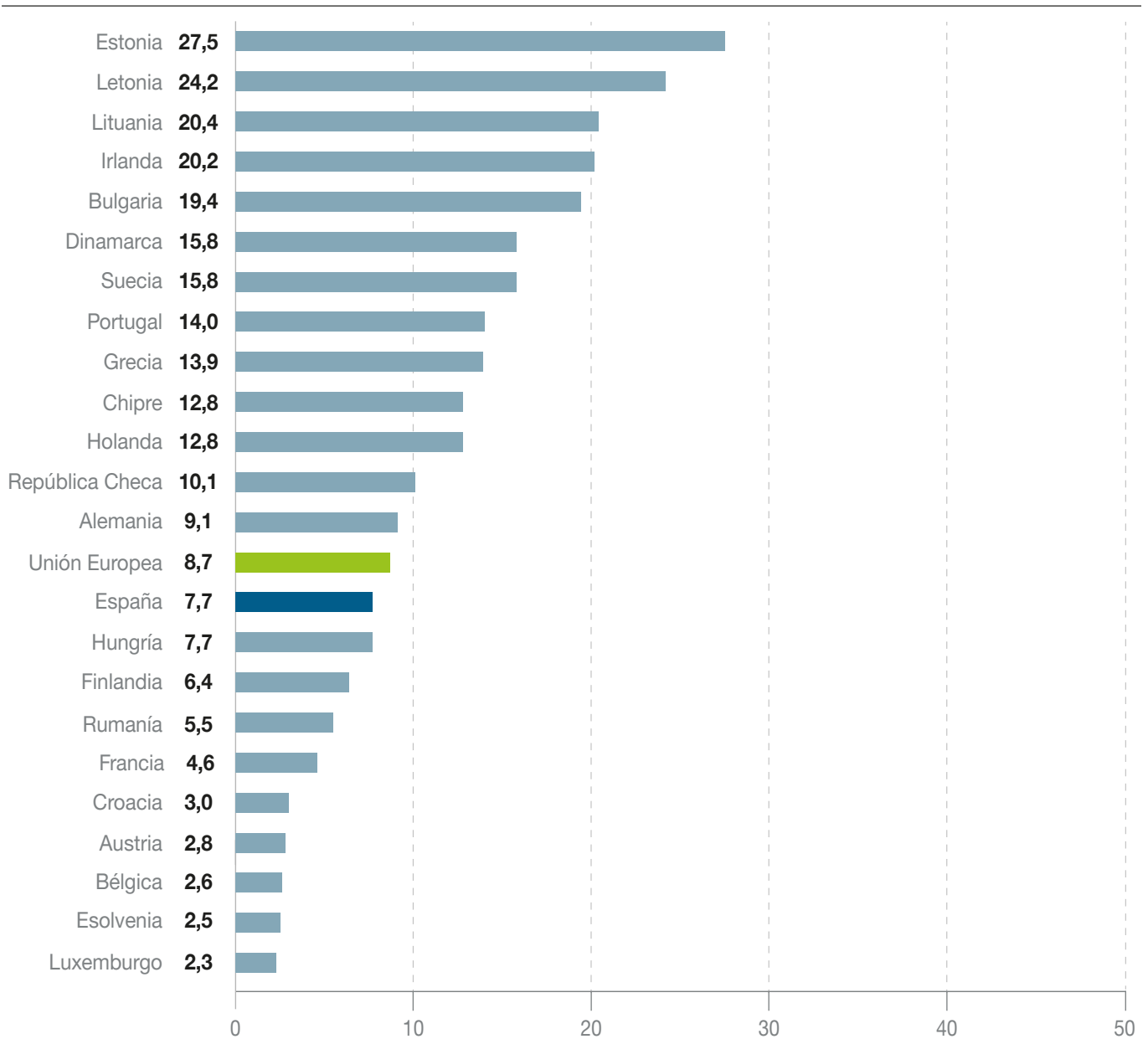
Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de EU-SILC (EUROSTAT).

Valor del indicador en España (2021): 7,7%


Cruces del indicador para el caso español


Mujeres	6,2%
Hombres	9,3%
Rural	7,7%
Urbano	7,7%
Renta disponible debajo media	7,2%
Renta disponible encima media	8,0%
Hasta estudios secundarios obligatorios	4,8%
Estudios secundarios postobligatorios o mayor	11,2%
Personas con discapacidad	7,7%
Personas sin discapacidad	7,7%

Valores del indicador para diferentes países europeos. 2021.



Valores del indicador según sexo para el conjunto de los países de la Unión Europea

 = 6,7%

 = 10,9%

COMENTARIOS

- La prolongación de la actividad laboral después de los 65 años afecta a alrededor del 8% de la población, tanto en España como en la media de los países europeos.
- Esta prolongación es más probable en el caso de los hombres y en el caso de la población con mayor nivel de estudios.

Indicador 1.4. Tasa de ocupación edades 70 a 74 años

Definición: Porcentaje de personas con edades comprendidas entre 70 y 74 años que están ocupadas sobre el total de personas (activas e inactivas) de las mismas edades.

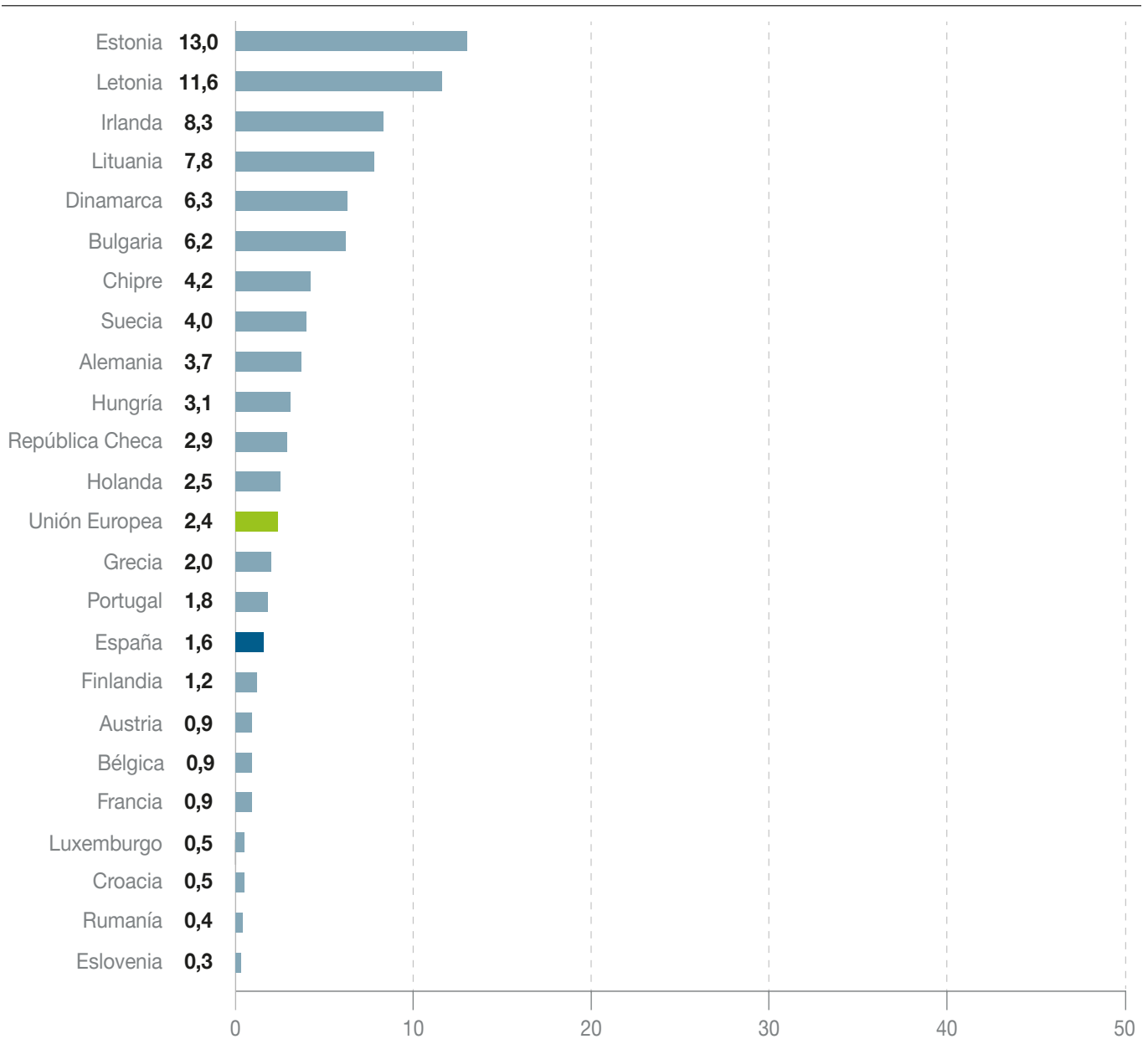
Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de EU-SILC (EUROSTAT).

Valor del indicador en España (2021): 1,6%


Cruces del indicador para el caso español


Mujeres	0,8%
Hombres	2,6%
Rural	0,8%
Urbano	1,7%
Renta disponible debajo media	0,5%
Renta disponible encima media	2,5%
Hasta estudios secundarios obligatorios	0,6%
Estudios secundarios postobligatorios o mayor	3,6%
Personas con discapacidad	0,8%
Personas sin discapacidad	2,2%

Valores del indicador para diferentes países europeos. 2021.



Valores del indicador según sexo para el conjunto de los países de la Unión Europea

 = 1,6%

 = 3,4%

COMENTARIOS

- El mantenimiento de las actividades laborales es muy minoritario a partir de los 70 años en todos los países de la Unión Europea. Es, incluso, más minoritario en el caso español.
- El trabajo en las edades de referencia es más probable en los hombres y en las personas con más estudios. Estas últimas se corresponden con las profesiones liberales, actividades donde es más factible la prolongación de la actividad laboral.

Indicador 2.1. Actividades de voluntariado

Definición: Proporción de las personas de 55 y más años que participan al menos una vez por semana en actividades no pagadas relativas a servicios comunitarios o sociales, actividades de educación, cultura, deporte o profesionales, movimientos sociales, organizaciones de caridad u otras organizaciones voluntarias.

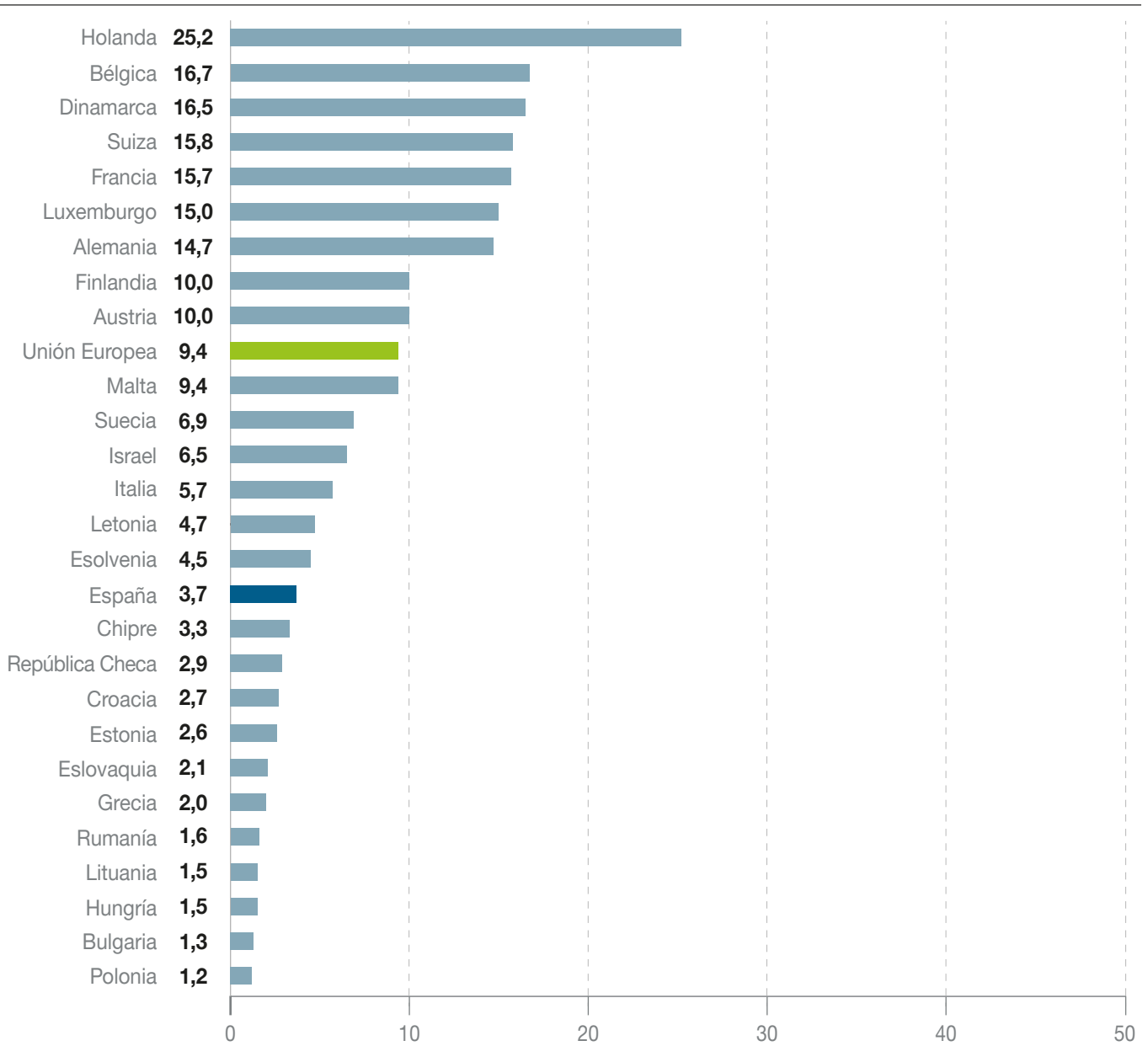
Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de SHARE.

Valor del indicador en España (2021): 3,7%


Cruces del indicador para el caso español


Mujeres	5,8%
Hombres	1,5%
Edad 55-64	4,6%
Edad 65-74	3,7%
Edad 75-84	2,4%
Edad 85-94	1,1%
Edad 95 y más	0%
Rural	0,8%
Urbano	4,1%
Renta disponible debajo media	1,8%
Renta disponible encima media	4,9%
Hasta estudios secundarios obligatorios	2,2%
Estudios secundarios postobligatorios o mayor	7,6%
Personas con discapacidad	4,4%
Personas sin discapacidad	3,2%

Valores del indicador para diferentes países. 2019.



Valores del indicador según sexo para el conjunto de los países de la Unión Europea

 = 9,9%

 = 8,9%

COMENTARIOS

- La participación en actividades de voluntariado es mucho menor en España que en la mayor parte de los países de la Unión Europea.
- Se trata, en España, de una actividad mayoritariamente femenina, mientras que en la media de la Unión Europea la brecha de género es mucho menor.
- La participación en este tipo de actividades es más probable en personas con estudios y en personas con nivel de renta por encima de la media.
- Los valores del indicador descienden, como es lógico, a medida que avanza la edad.

Indicador 2.2. Cuidado de hijos y nietos

Definición: Proporción de personas de 55 y más años que efectúan actividades de cuidados y/o educación de sus hijos o nietos al menos una vez por semana.

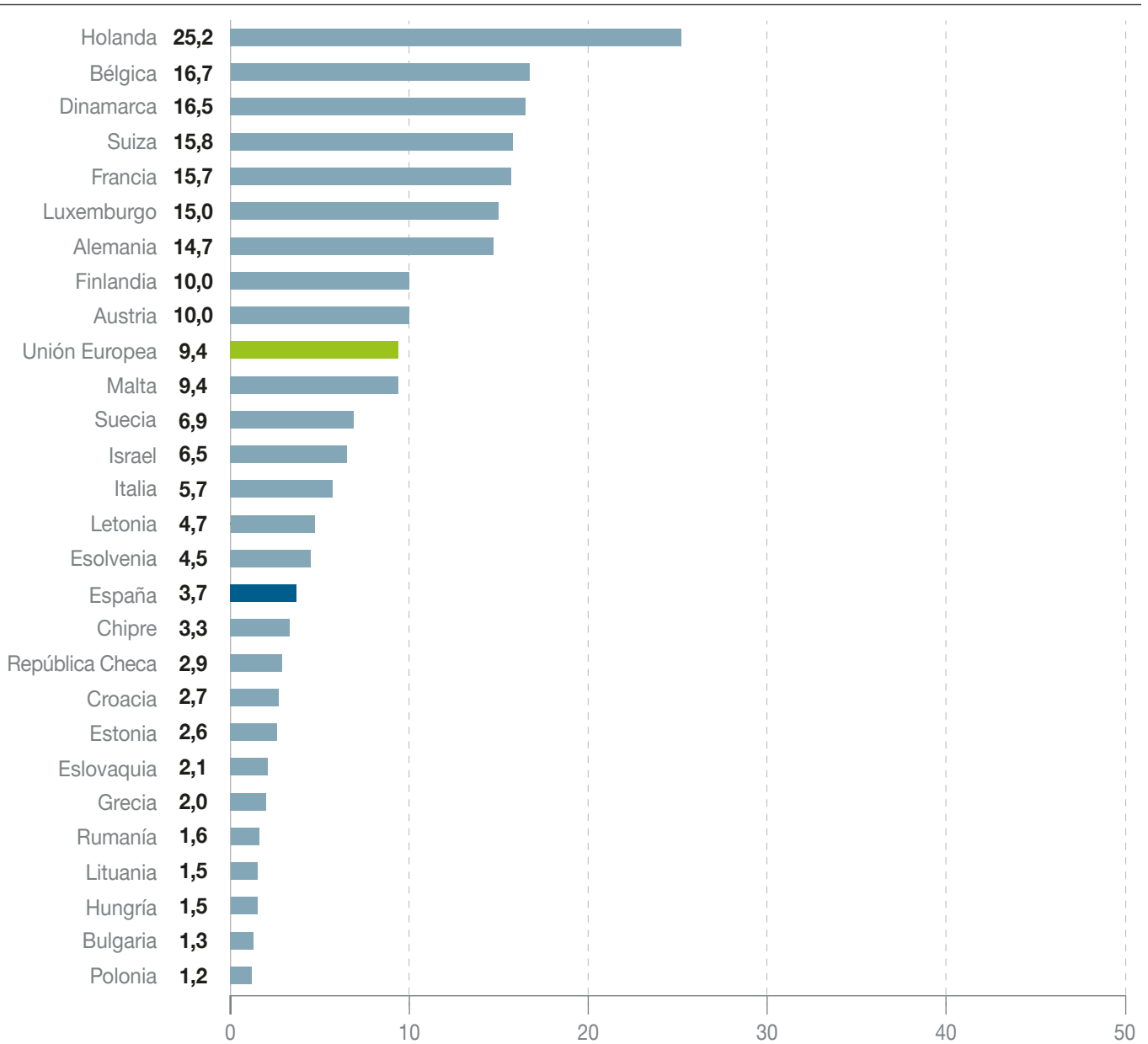
Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de SHARE.

Valor del indicador en España (2019): 3,7%


Cruces del indicador para el caso español


Mujeres	22,8%
Hombres	19,8%
Edad 55-64	18,8%
Edad 65-74	37,2%
Edad 75-84	19,2%
Edad 85-94	3,2%
Edad 95 y más	0%
Rural	23,0%
Urbano	21,8%
Renta disponible debajo media	15,7%
Renta disponible encima media	24,8%
Hasta estudios secundarios obligatorios	23,1%
Estudios secundarios postobligatorios o mayor	16,9%
Personas con discapacidad	20,5%
Personas sin discapacidad	22,1%

Valores del indicador para diferentes países. 2019.



Valores del indicador según sexo para el conjunto de los países de la Unión Europea

 = 9,9%

 = 8,9%

COMENTARIOS

- Las actividades de cuidados a menores por parte de la población mayor son menos frecuentes en España, en parte debido a que estos cuidados disminuyen cuando crece la edad y en España la esperanza de vida es mayor.
- Tanto en España como en la media europea se trata de actividades efectuadas más frecuentemente por mujeres. Sin embargo, la brecha relativa de género es mayor en el caso de la media europea.
- Algunos países europeos presentan valores muy elevados de este indicador, por encima del 35%, y no se trata en esos casos de países con un modelo familiarista de estado del bienestar.

Indicador 2.3. Ayuda a otras personas

Definición: Proporción de personas de 55 y más años que efectúan actividades de ayuda a otras personas (familiares, vecinos, amigos) no pagadas al menos una vez por semana.

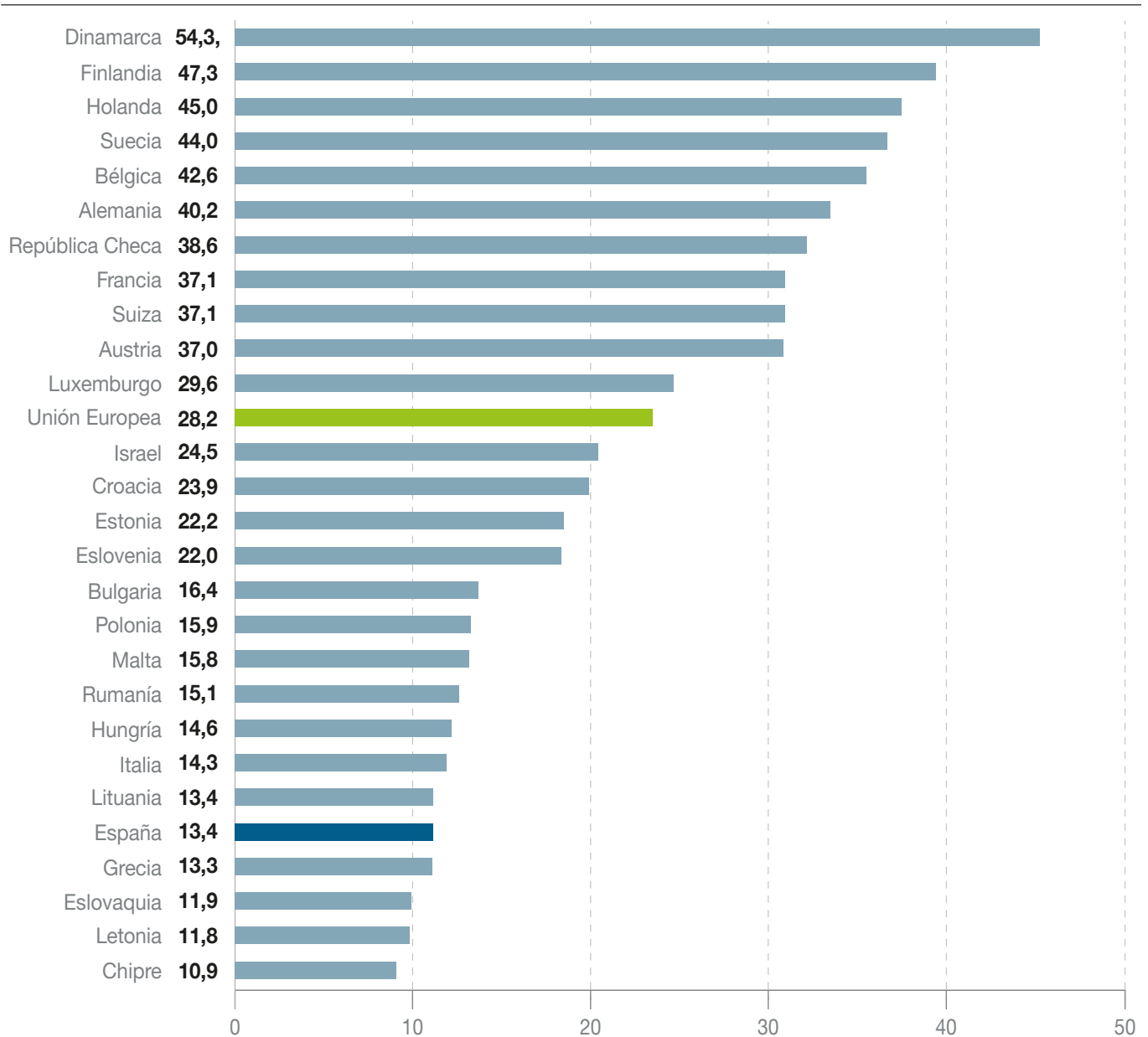
Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de SHARE.

Valor del indicador en España (2019): 13,4%


Cruces del indicador para el caso español


Mujeres	17,5%
Hombres	9,1%
Edad 55-64	18,5%
Edad 65-74	13,4%
Edad 75-84	4,0%
Edad 85-94	1,1%
Edad 95 y más	0%
Rural	7,7%
Urbano	14,4%
Renta disponible debajo media	15,0%
Renta disponible encima media	12,5%
Hasta estudios secundarios obligatorios	10,8%
Estudios secundarios postobligatorios o mayor	20,0%
Personas con discapacidad	11,8%
Personas sin discapacidad	14,7%

Valores del indicador para diferentes países. 2019.



Valores del indicador según sexo para el conjunto de los países de la Unión Europea

 = 27,3%

 = 29,1%

COMENTARIOS

- El valor del indicador es casi el doble en el caso de las mujeres que en el de los hombres, lo que apunta al ya conocido mayoritario papel femenino en las actividades de cuidado. Las diferencias de género, sin embargo, son mucho menores en la media de países europeos.
- El valor del indicador es mucho más bajo en España que en la mayor parte de países europeos. Esta diferencia viene (sólo parcialmente) explicada por la mayor esperanza de vida.
- Lógicamente, a medida que sube la edad el valor del indicador se reduce, en función de las capacidades físicas de los potenciales cuidadores.

Indicador 2.4. Participación política

Definición: Proporción de personas de 55 y más años que han realizado, durante el último año, actividades de participación política (en partidos políticos, sindicatos o grupos de acción política).

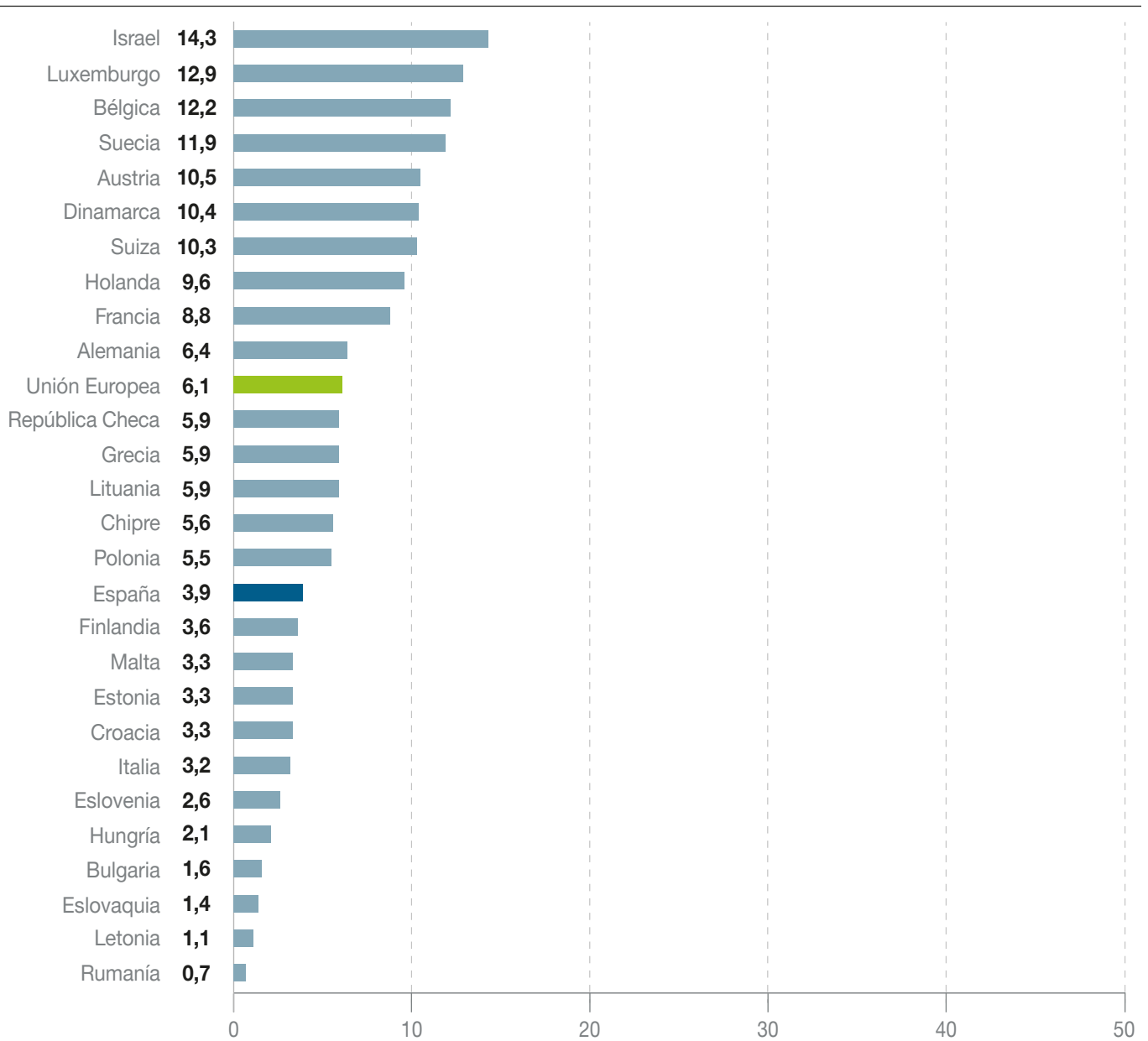
Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de SHARE.

Valor del indicador en España (2019): 3,9%


Cruces del indicador para el caso español


Mujeres	3,1%
Hombres	4,7%
Edad 55-64	4,7%
Edad 65-74	3,8%
Edad 75-84	2,4%
Edad 85-94	1,9%
Edad 95 y más	0%
Rural	4,0%
Urbano	5,2%
Renta disponible debajo media	6,2%
Renta disponible encima media	2,5%
Hasta estudios secundarios obligatorios	1,7%
Estudios secundarios postobligatorios o mayor	9,4%
Personas con discapacidad	1,1%
Personas sin discapacidad	6,2%

Valores del indicador para diferentes países. 2019.



Valores del indicador según sexo para el conjunto de los países de la Unión Europea

 = 4,5%

 = 7,9%

COMENTARIOS

- El nivel de participación política de la población mayor es en España más reducida que en el conjunto de la Unión Europea.
- La brecha de género, a favor de los hombres, es más reducida en el caso español.
- La participación política de los mayores es más frecuente, en España, en el grupo de rentas bajas.

Indicador 3.1. Ejercicio físico

Definición: Proporción de personas de 55 y más años que realizan ejercicio físico o deportes más de una vez por semana.

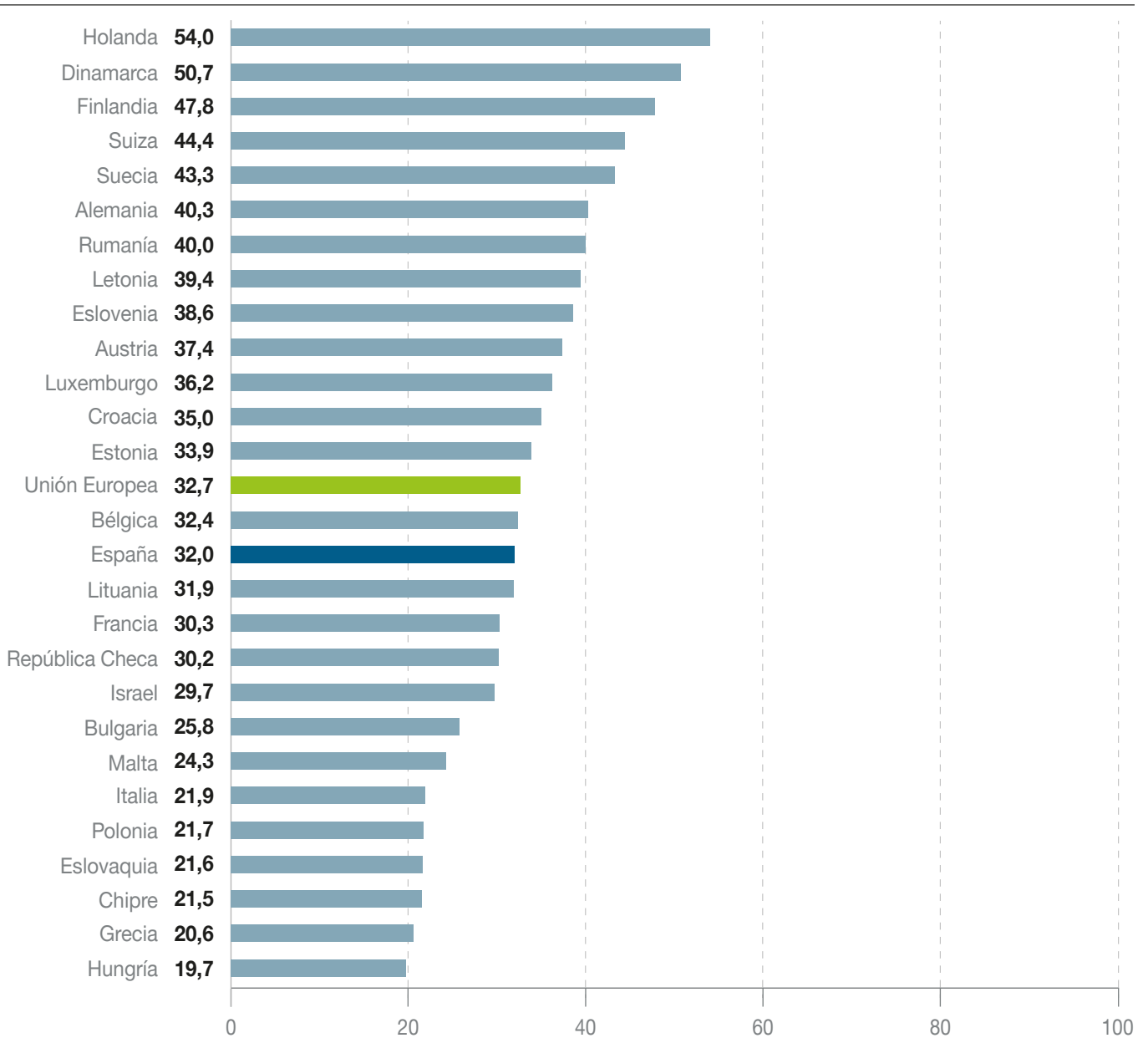
Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de SHARE.

Valor del indicador en España (2019): 32,0%


Cruces del indicador para el caso español


Mujeres	32,4%
Hombres	31,7%
Edad 55-64	44,73%
Edad 65-74	24,6%
Edad 75-84	18,0%
Edad 85-94	4,0%
Edad 95 y más	0%
Rural	25,2%
Urbano	33,2%
Renta disponible debajo media	22,3%
Renta disponible encima media	37,9%
Hasta estudios secundarios obligatorios	31,2%
Estudios secundarios postobligatorios o mayor	34,2%
Personas con discapacidad	26,7%
Personas sin discapacidad	36,4%

Valores del indicador para diferentes países. 2019.



Valores del indicador según sexo para el conjunto de los países de la Unión Europea

 = 28,4%

 = 37,5%

COMENTARIOS

- El ejercicio físico frecuente es más habitual en personas con estudios y con ingresos por encima de la media.
- En España apenas hay diferencias de género en la práctica de ejercicio entre las personas mayores. Esta diferencia (a favor de los hombres) sí aparece en el caso de la media de países de la Unión Europea.
- La práctica de ejercicio entre los mayores españoles es igual de frecuente que entre los mayores de los países de la Unión Europea.
- La probabilidad de practicar deporte se reduce paulatinamente a medida que avanza la edad, a partir de los 65 años.

Indicador 3.2. Acceso a servicios médicos

Definición: Proporción de personas mayores de 55 años que no han tenido problemas de falta de acceso a servicios médicos o dentales en los últimos doce meses.

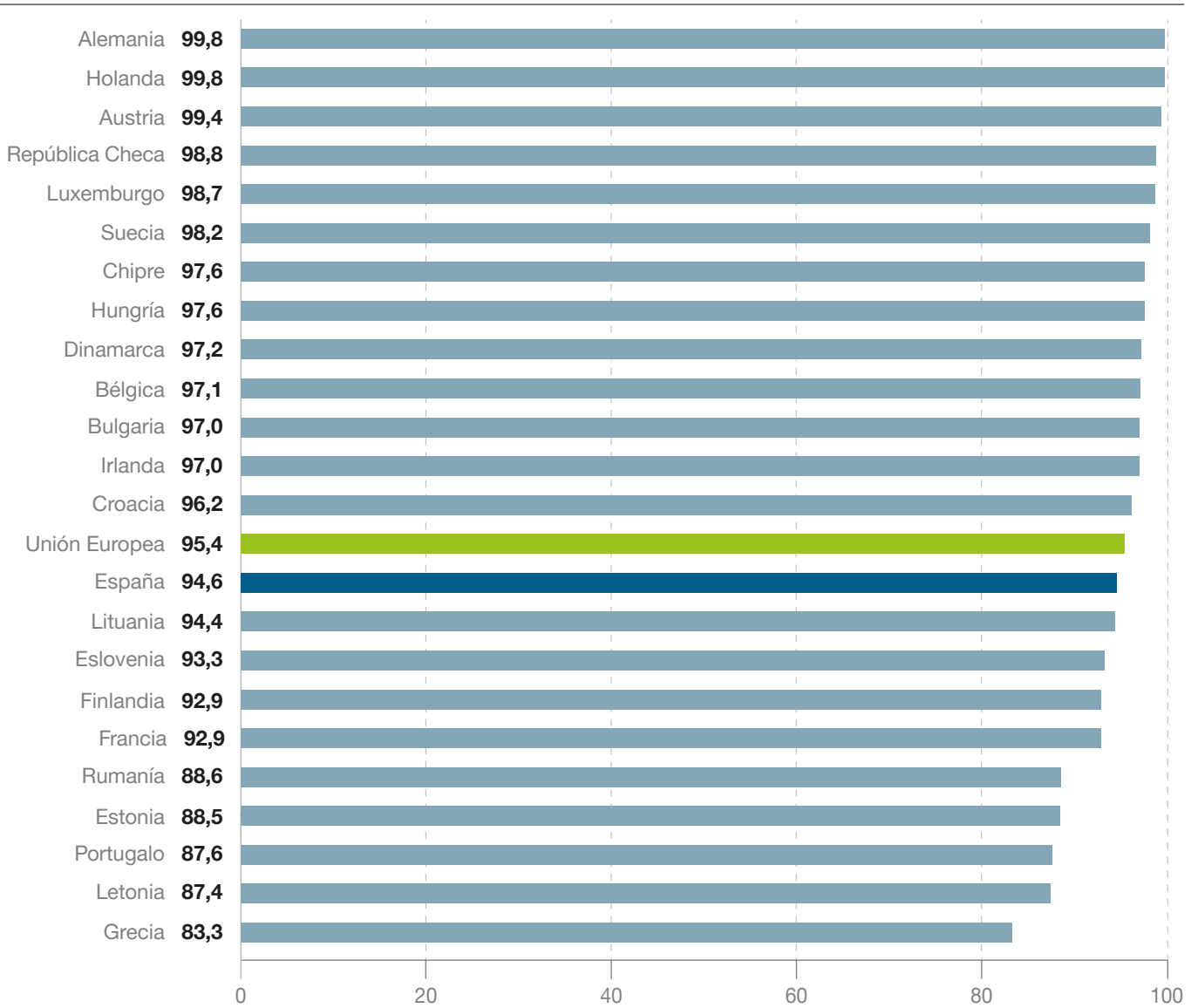
Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de EU-SILC (EUROSTAT).

Valor del indicador en España (2021): 94,6%


Cruces del indicador para el caso español


Edad 55-64	93,3%
Edad 65-74	94,8%
Edad 75-79	94,6%
Edad 80 y más	97,3%
Mujeres	94,4%
Hombres	94,8%
Rural	94,6%
Urbano	94,6%
Renta disponible debajo media	91,2%
Renta disponible encima media	97,5%
Hasta estudios secundarios obligatorios	93,4%
Estudios secundarios postobligatorios o mayor	96,3%
Personas con discapacidad	92,0%
Personas sin discapacidad	96,4%

Valores del indicador para diferentes países europeos. 2021.



Valores del indicador según sexo para el conjunto de los países de la Unión Europea

 = 95,0%

 = 95,9%

COMENTARIOS

- La cobertura real de los servicios médicos para la población mayor es prácticamente universal en España.
- Tan sólo en torno al 5% de la población mayor indica la existencia de problemas de acceso. Este grupo se concentra en la población con menores ingresos y menores niveles de estudio.
- En las edades más avanzadas la falta de cobertura médica se reduce.
- La cobertura prácticamente universal de la población mayor es la situación más común en los países europeos, con algunas excepciones de países con coberturas especialmente bajas como Rumanía, Estonia, Portugal, Letonia y Grecia..

Indicador 3.3. Vida independiente

Definición: Proporción de personas entre 70 y 74 años que viven solas o en pareja en sus hogares.

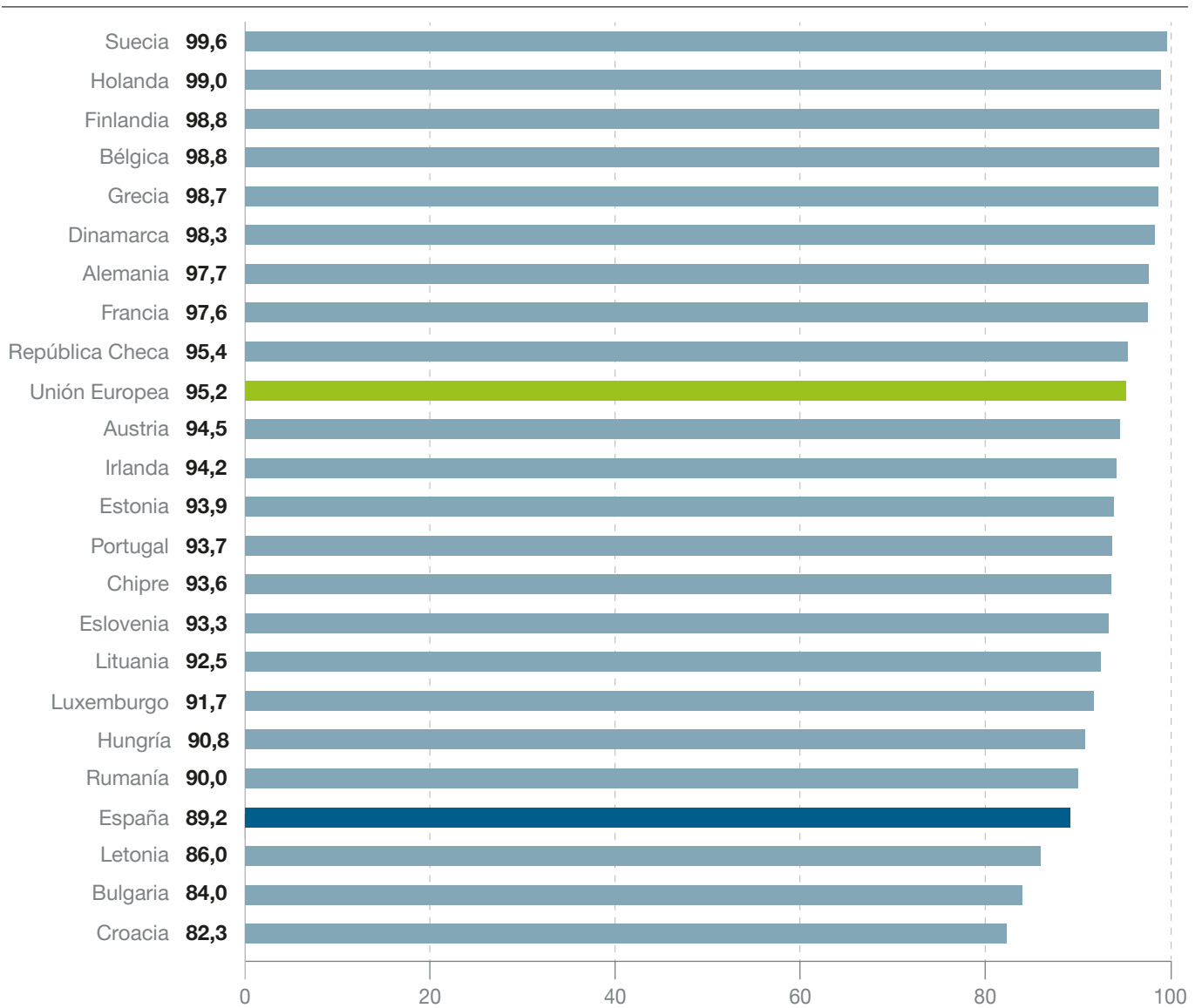
Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de EU-SILC (EUROSTAT).

Valor del indicador en España (2021): 89,2%


Cruces del indicador para el caso español


Mujeres	88,9%
Hombres	89,4%
Rural	89,1%
Urbano	89,2%
Renta disponible debajo media	88,3%
Renta disponible encima media	89,9%
Hasta estudios secundarios obligatorios	88,7%
Estudios secundarios postobligatorios o mayor	89,9%
Personas con discapacidad	89,0%
Personas sin discapacidad	89,3%

Valores del indicador para diferentes países europeos. 2021.



Valores del indicador según sexo para el conjunto de los países de la Unión Europea

 = 95,0%

 = 95,4%

COMENTARIOS

- El indicador permite conocer el nivel de autonomía de la población mayor en cuanto a su alojamiento y vida diaria.
- El valor español está considerablemente por debajo del de la Unión Europea y, especialmente, del valor de los países nórdicos, en donde la práctica totalidad de personas entre 70 y 74 años residen en sus domicilios solos o en pareja.
- No aparecen diferencias, en este indicador, relativas al género, al nivel de estudios, o al entorno (rural o urbano).

Indicador 3.4. Viven solos

Definición: Proporción de personas entre 70 y 74 años que viven solas.

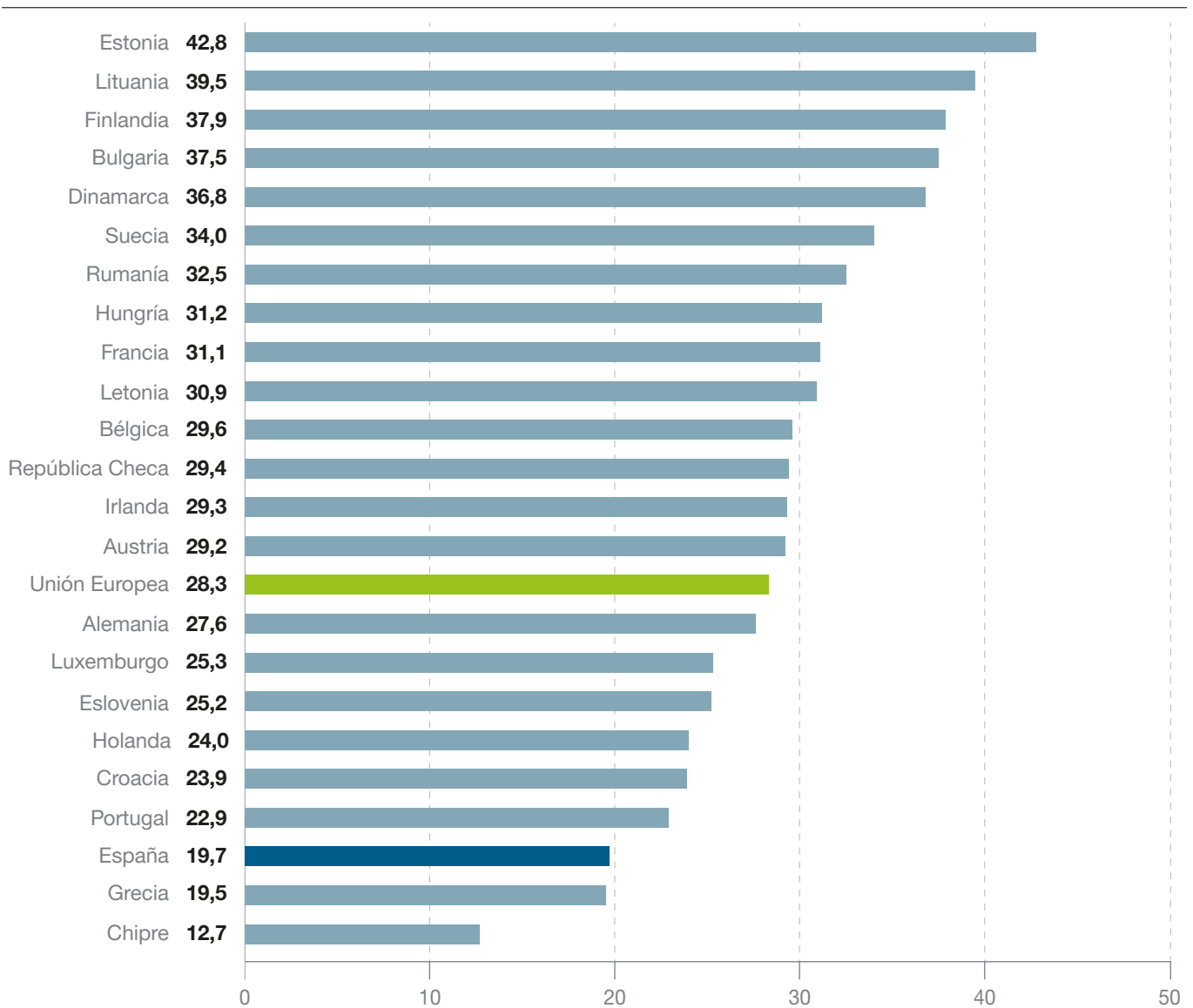
Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de EU-SILC (EUROSTAT).

Valor del indicador en España (2021): 19,7%


Cruces del indicador para el caso español


Mujeres	21,5%
Hombres	13,7%
Rural	19,3%
Urbano	19,8%
Renta disponible debajo media	25,4%
Renta disponible encima media	15,3%
Hasta estudios secundarios obligatorios	18,7%
Estudios secundarios postobligatorios o mayor	21,5%
Personas con discapacidad	19,6%
Personas sin discapacidad	19,9%

Valores del indicador para diferentes países europeos. 2021.



Valores del indicador según sexo para el conjunto de los países de la Unión Europea

 = 35,8%

 = 19,4%

COMENTARIOS

- La proporción de mayores que viven solos es considerablemente menor en España que en la media de los países de la Unión Europea. El indicador presenta valores especialmente elevados en el caso de los países del norte de Europa.
- El valor del indicador es casi el doble para las mujeres que para los hombres, debido principalmente a la mayor probabilidad de enviudar de las mujeres.

Indicador 3.5. Renta disponible equivalente mediana relativa

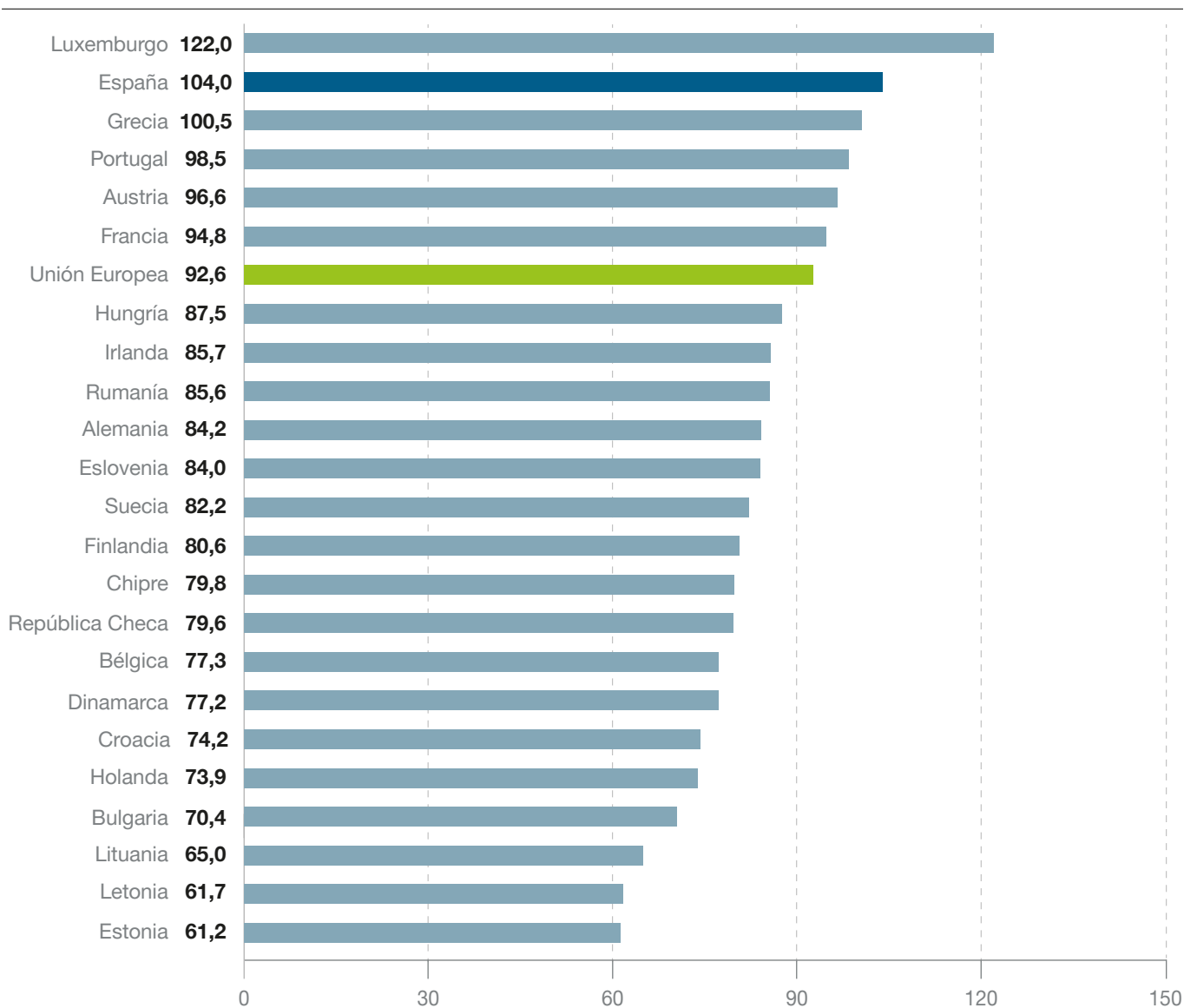
Definición: Ratio entre la mediana de la renta disponible equivalente de las personas de 65 y más años y la renta disponible equivalente de las personas de menos de 65 años. La renta equivalente se calcula en función del tamaño de los hogares.

Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de EU-SILC (EUROSTAT).

Valor del indicador en España (2021): 104,0%

Valor del indicador en el conjunto de la Unión Europea (2021): 92,6%

Valores del indicador para diferentes países europeos. 2021.



COMENTARIOS

- Se trata de un indicador de valores agregados, para el conjunto del país, que compara la posición relativa de las personas mayores, en cuanto a renta disponible, con la de la población más joven.
- España es uno de los pocos países de Europa (junto con Luxemburgo y Grecia) en los que la posición relativa de los mayores es mejor que la de la población más joven.
- Destacaríamos entre los factores que explican esta posición de ventaja relativa de la población mayor en España los dos siguientes: por una parte, la elevada incidencia del desempleo (y, especialmente, del desempleo juvenil) y, por otra, unos niveles de prestaciones de jubilación relativamente altos.

Indicador 3.6. En situación de riesgo de pobreza

Definición: Proporción de personas de 65 y más años que están en situación de riesgo de pobreza. El umbral de pobreza está definido como el 60% de la mediana de renta equivalente disponible. La renta equivalente se calcula en función del tamaño de los hogares.

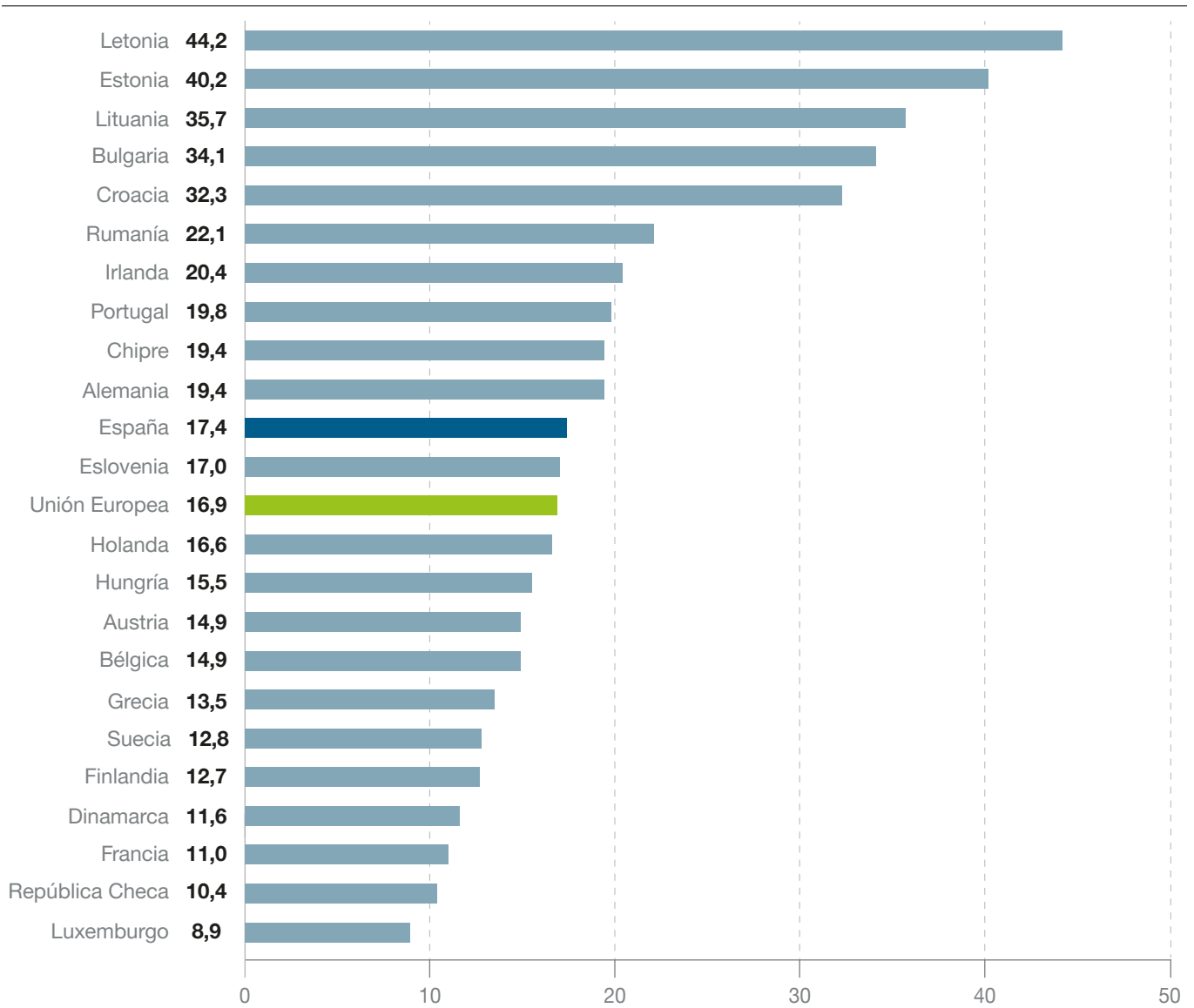
Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de EU-SILC (EUROSTAT).

Valor del indicador en España (2021): 17,4%


Cruces del indicador para el caso español


Edad 65-74	15,0%
Edad 75-79	15,1%
Edad 80 y más	23,1%
Mujeres	19,5%
Hombres	14,7%
Rural	20,5%
Urbano	16,7%
Hasta estudios secundarios obligatorios	20,6%
Estudios secundarios postobligatorios o mayor	10,5%
Personas con discapacidad	20,5%
Personas sin discapacidad	14,4%

Valores del indicador para diferentes países europeos. 2021.



Valores del indicador según sexo para el conjunto de los países de la Unión Europea

 = 19,2%

 = 14,0%

COMENTARIOS

- La probabilidad de encontrarse en riesgo de pobreza de la población mayor es sólo ligeramente superior en España que en la media de la Unión Europea.
- El valor del indicador es mayor para las mujeres que para los hombres. Para valorar esta diferencia es conveniente tener en cuenta la mayor esperanza de vida de las mujeres y, también, las mayores prestaciones de jubilación a las que acceden los hombres en función de sus carreras laborales.
- El riesgo de pobreza en España es el doble para las personas mayores con menos estudios con respecto a los que tienen estudios postobligatorios.

Indicador 3.7. Carencia material severa

Definición: Proporción de personas de 65 y más años que están en situación de carencia material severa. La carencia material severa se da en hogares que cumplen al menos cuatro condiciones de las nueve siguientes:

- 1) No puede permitirse ir de vacaciones al menos una semana al año.
- 2) No puede permitirse una comida de carne, pollo o pescado al menos cada dos días.
- 3) No puede permitirse mantener la vivienda con una temperatura adecuada.
- 4) No tiene capacidad para afrontar gastos imprevistos (de 650 euros).
- 5) Ha tenido retrasos en el pago de gastos relacionados con la vivienda principal (hipoteca o alquiler, recibos de gas, comunidad...) o en compras a plazos en los últimos 12 meses.
- 6) No puede permitirse disponer de un automóvil.
- 7) No puede permitirse disponer de teléfono.
- 8) No puede permitirse disponer de un televisor.
- 9) No puede permitirse disponer de una lavadora.

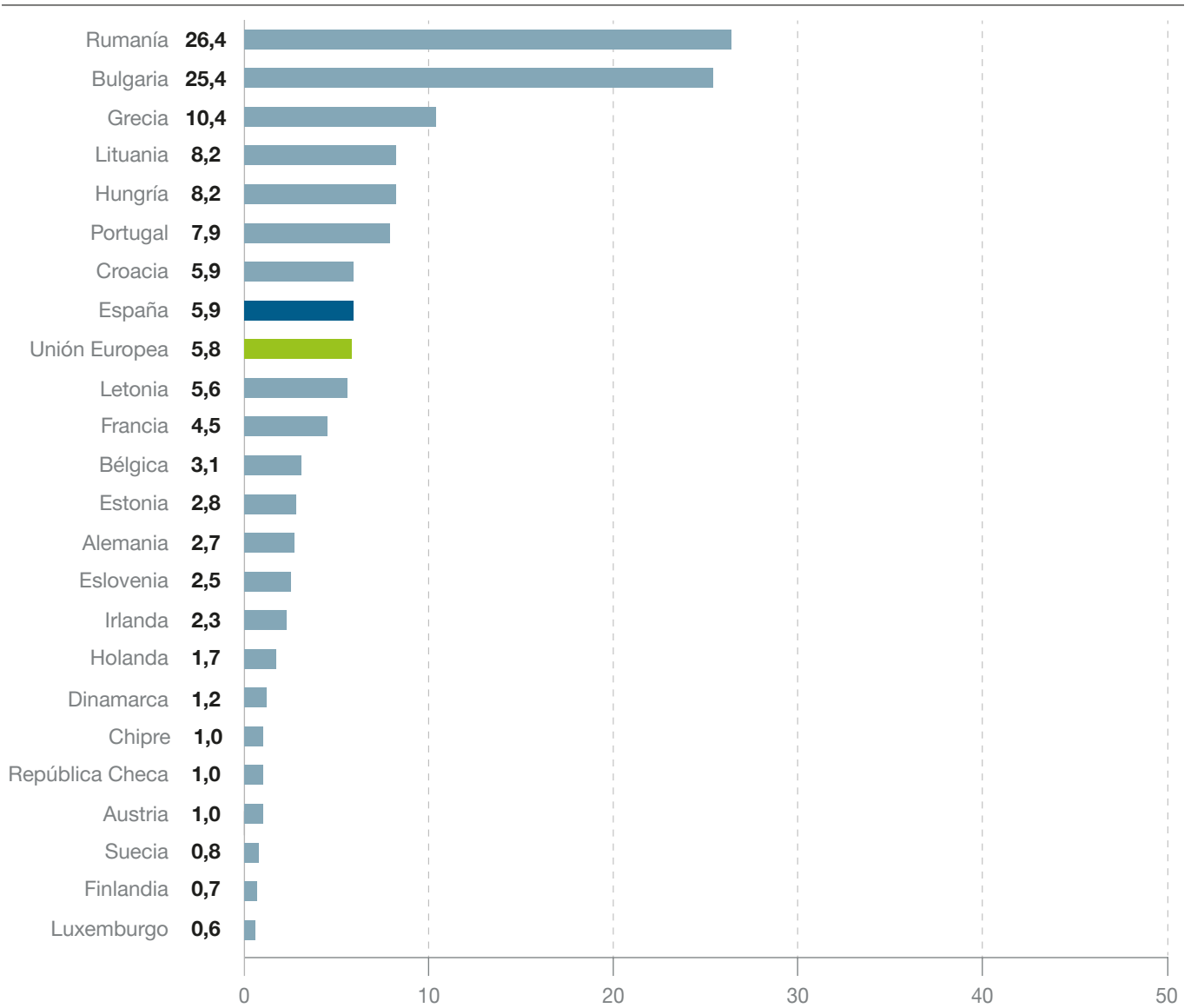
Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de EU-SILC (EUROSTAT).

Valor del indicador en España (2021): 5,9%


Cruces del indicador para el caso español


Edad 65-74	5,9%
Edad 75-79	5,7%
Edad 80 y más	5,9%
Mujeres	6,6%
Hombres	4,9%
Rural	4,9%
Urbano	6,1%
Renta disponible debajo media	10,6%
Renta disponible encima media	1,6%
Hasta estudios secundarios obligatorios	6,9%
Estudios secundarios postobligatorios o mayor	3,7%
Personas con discapacidad	9,1%
Personas sin discapacidad	2,8%

Valores del indicador para diferentes países europeos. 2021.



Valores del indicador según sexo para el conjunto de los países de la Unión Europea

 = 6,6%

 = 4,9%

COMENTARIOS

- La carencia material severa tiene una incidencia similar en la población mayor española y de la Unión Europea.
- Esta situación de carencia es más probable, en los mayores, en la población con menos estudios, en las mujeres y en las personas con discapacidad.
- La probabilidad de carencia material severa apenas varía entre diferentes grupos de edad a partir de los 65 años.

Indicador 3.8. Posibilidad de pagarse una semana de vacaciones fuera de casa

Definición: Proporción de personas de 65 y más años que pueden permitirse pagar una semana de vacaciones fuera de casa.

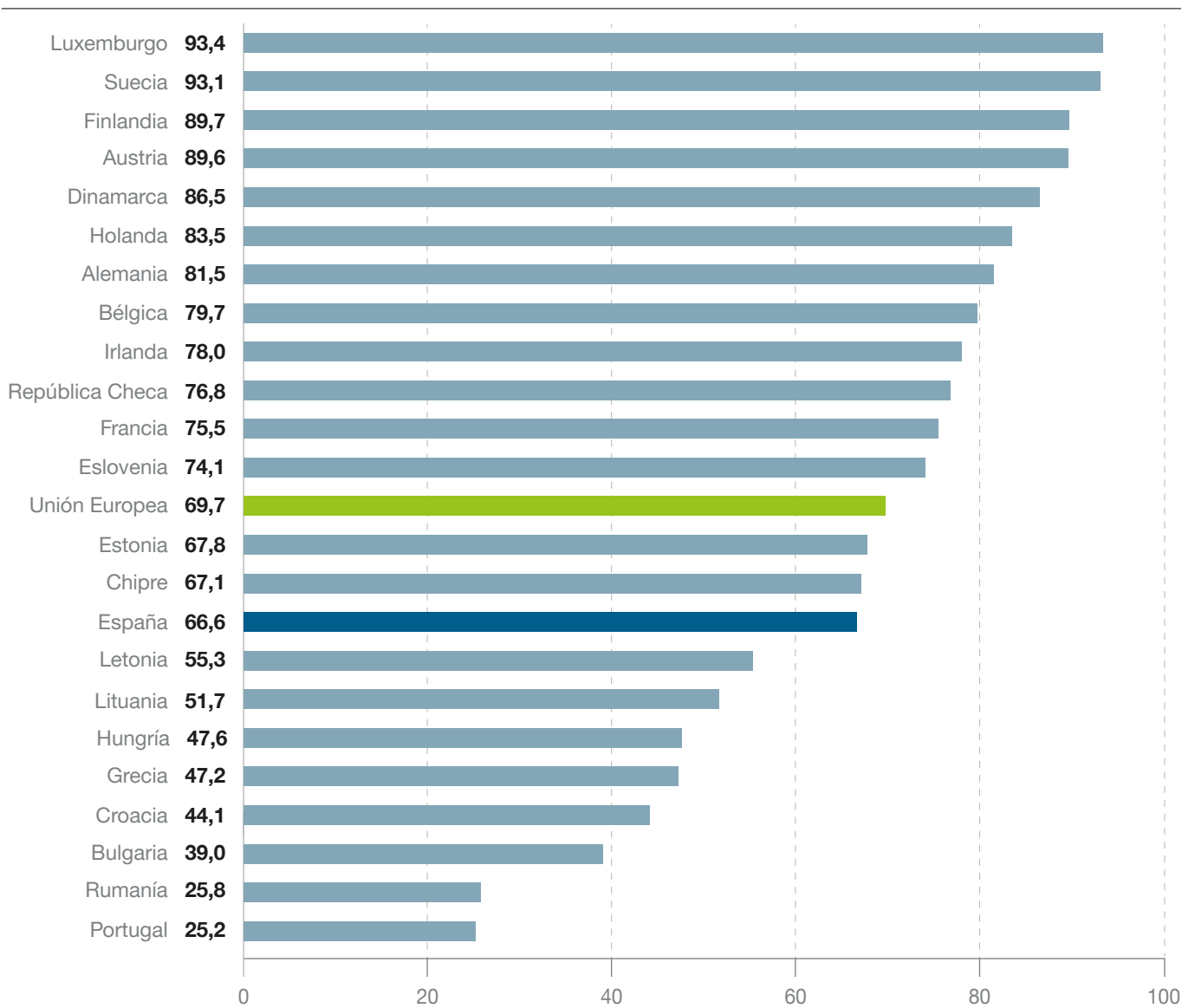
Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de EU-SILC (EUROSTAT).

Valor del indicador en España (2021): 66,7%


Cruces del indicador para el caso español


Edad 65-74	70,5%
Edad 75-79	66,7%
Edad 80 y más	59,8%
Mujeres	64,0%
Hombres	70,0%
Rural	59,7%
Urbano	68,0%
Renta disponible debajo media	48,5%
Renta disponible encima media	83,2%
Hasta estudios secundarios obligatorios	59,1%
Estudios secundarios postobligatorios o mayor	83,0%
Personas con discapacidad	57,4%
Personas sin discapacidad	75,4%

Valores del indicador para diferentes países europeos. 2021.



Valores del indicador según sexo para el conjunto de los países de la Unión Europea

 = 67,1%

 = 73,0%

COMENTARIOS

- Este indicador, que refleja las posibilidades de envejecimiento activo en términos de ocio, presenta valores ligeramente menores en España con respecto a la Unión Europea.
- El valor del indicador es más bajo para las mujeres que para los hombres, tanto en el caso español como en el de la Unión Europea, con seis puntos porcentuales de diferencia en ambos casos. Como en otros indicadores, la esperanza de vida mayor de las mujeres afecta a este resultado.

Indicador 3.9. Aprendizaje a lo largo de la vida

Definición: Proporción de personas entre 55 y 74 años que ha asistido, durante las últimas cuatro semanas, a algún curso, seminario, conferencia, o clase privada fuera o dentro del sistema educativo formal.

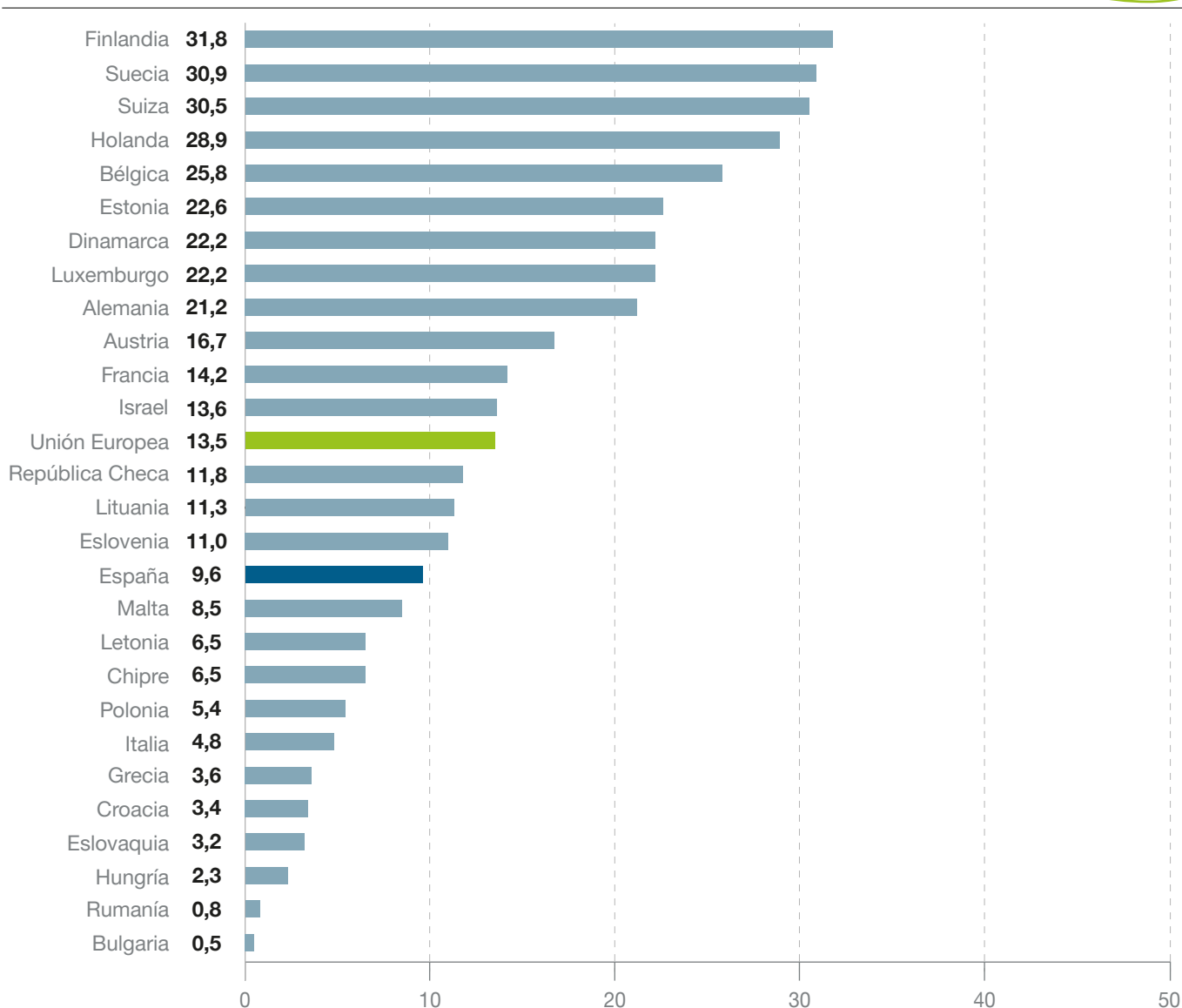
Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de SHARE.

Valor del indicador en España (2019): 9,6%


Cruces del indicador para el caso español


Mujeres	10,2%
Hombres	9,0%
Edad 55-64	9,2%
Edad 65-74	10,8%
Rural	8,2%
Urbano	9,1%
Renta disponible debajo media	10,8%
Renta disponible encima media	9,1%
Hasta estudios secundarios obligatorios	4,5%
Estudios secundarios postobligatorios o mayor	20,3%
Personas con discapacidad	6,1%
Personas sin discapacidad	12,0%

Valores del indicador para diferentes países. 2019.



Valores del indicador según sexo para el conjunto de los países de la Unión Europea

 = 14,1%

 = 12,9%

COMENTARIOS

- Las actividades de aprendizaje de las personas mayores son menos probables en España que en la media de los países de la Unión Europea. Son destacables los valores muy elevados del indicador para los países nórdicos.
- Apenas se encuentran diferencias de género en el caso español ni en el de la media de los países de la Unión Europea.
- El aprendizaje a lo largo de la vida se mantiene en niveles elevados para las personas que ya tienen un nivel elevado de educación formal.

Indicador 4.1. Proporción de esperanza de vida adicional a la edad de 55 años

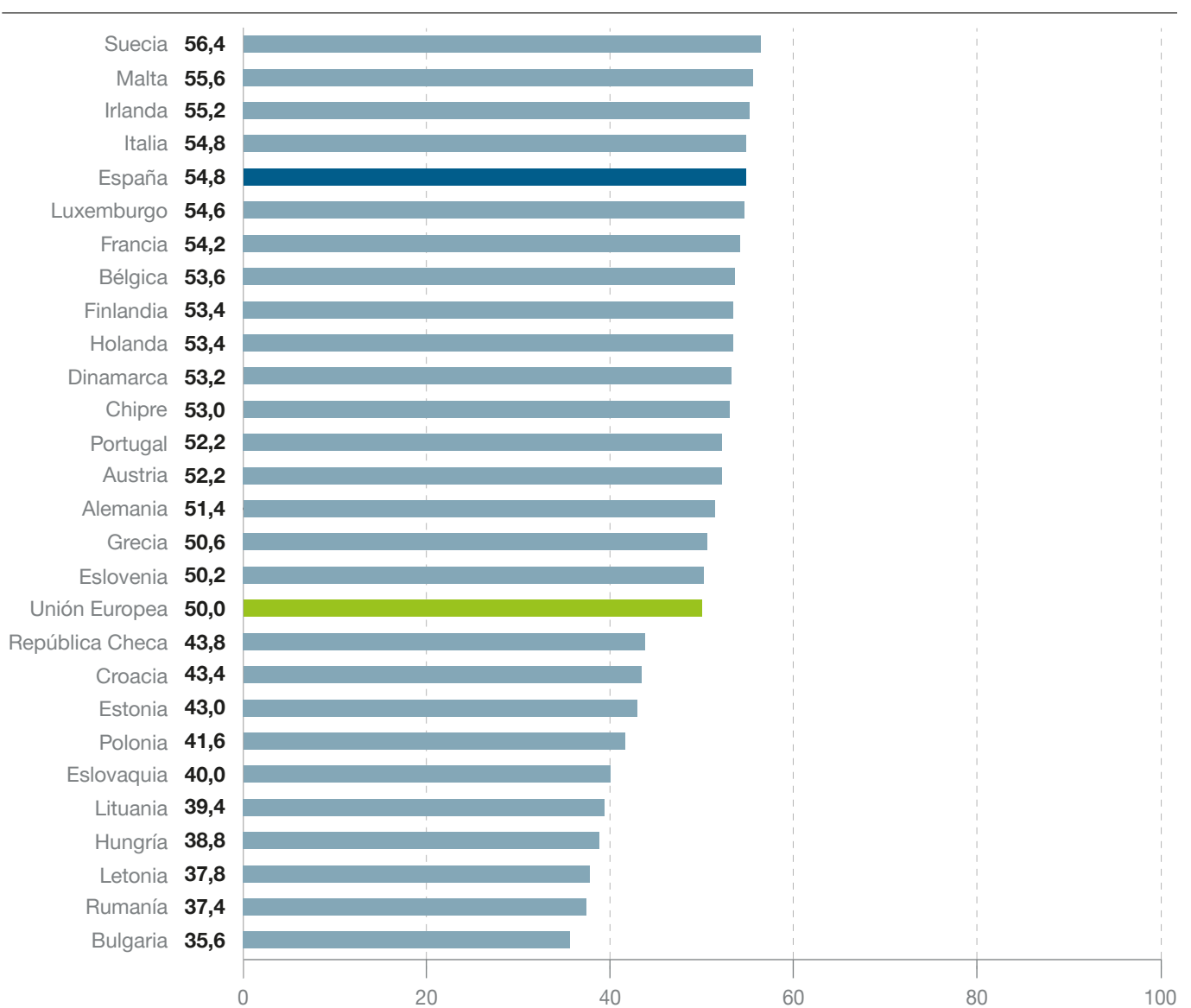
Definición: Esperanza de vida a los 55 años dividida por 50, para calcular la proporción de esperanza de vida sobre una esperanza de vida de 105 años.

Fuente: Elaboración propia a partir de EUROSTAT.

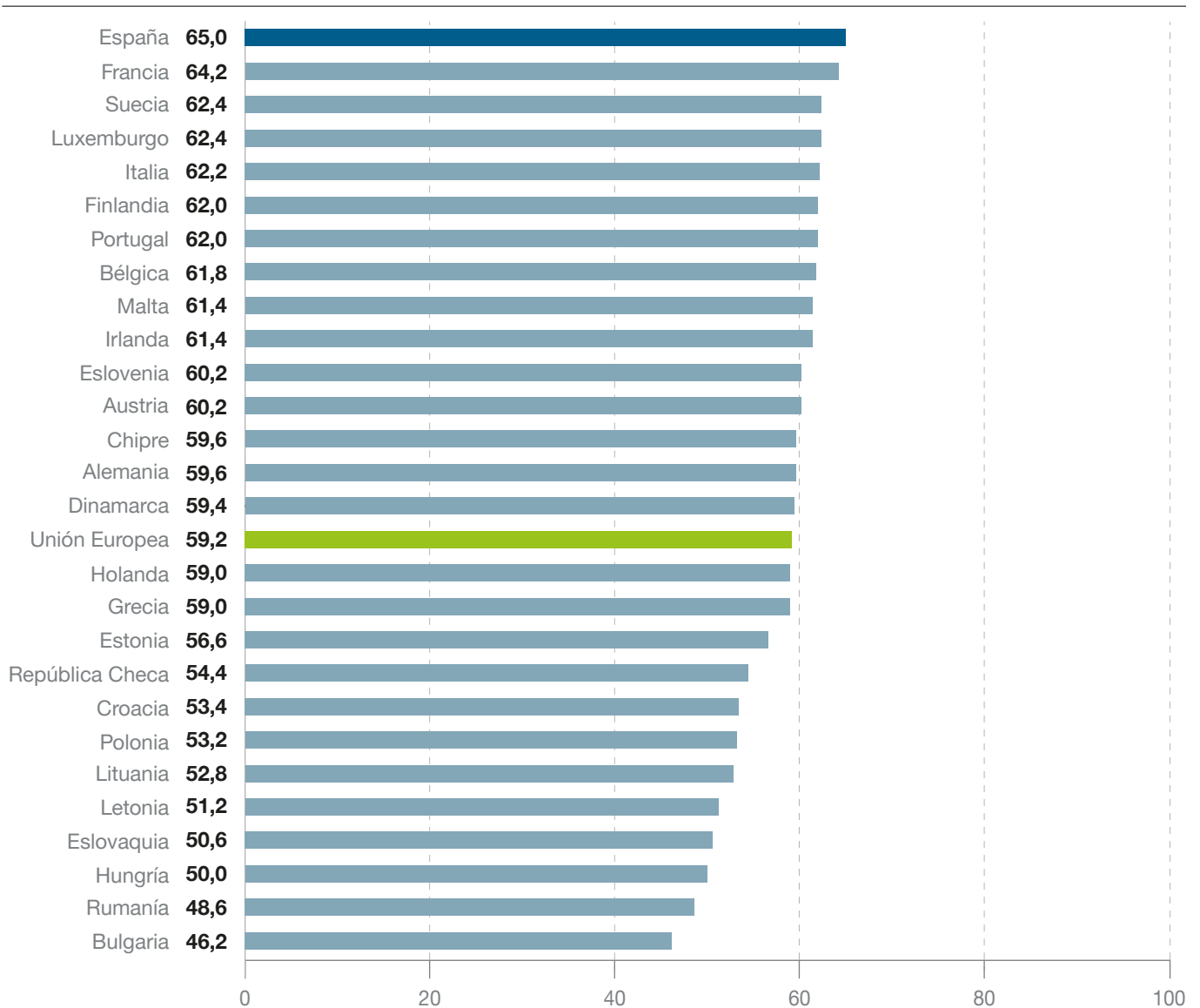
Valor del indicador en España para hombres (2021): 54,8%

Valor del indicador en España para mujeres (2021): 65%

Valores del indicador para diferentes países europeos (hombres). 2021.



Valores del indicador para diferentes países europeos (mujeres). 2021.



COMENTARIOS

- Este indicador proporciona valores agregados acerca de cuál es la esperanza de vida en proporción a una esperanza de vida “máxima” de 105 años.
- El valor español es el máximo de la Unión Europea para las mujeres y el quinto más alto para los hombres, en ambos casos considerablemente por encima de la media.

Indicador 4.2 . Proporción de esperanza de vida sana a la edad de 65 años

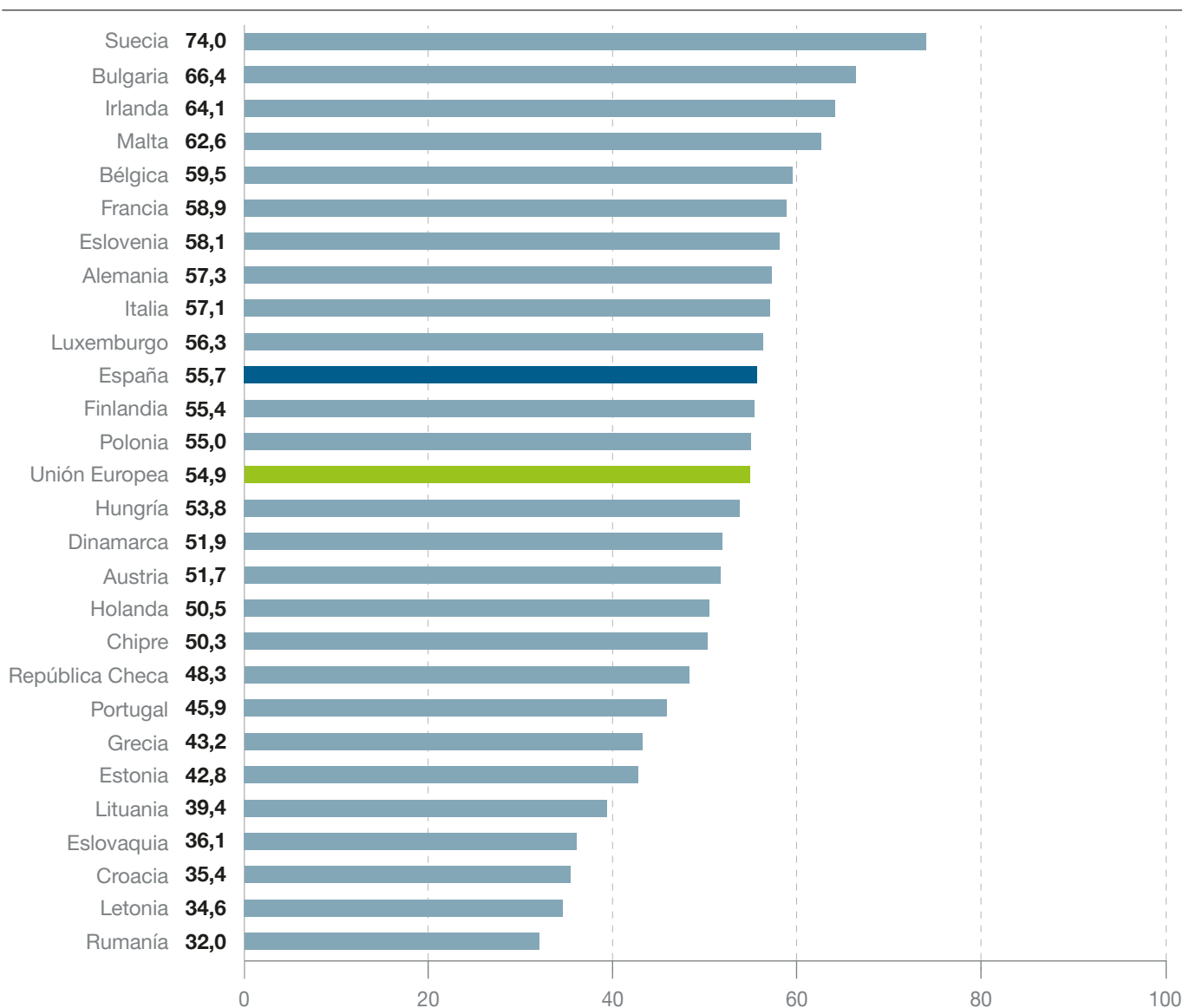
Definición: Proporción que supone la esperanza de vida sana a la edad de 65 años con respecto al total de esperanza de vida a la edad de 65 años (en porcentaje).

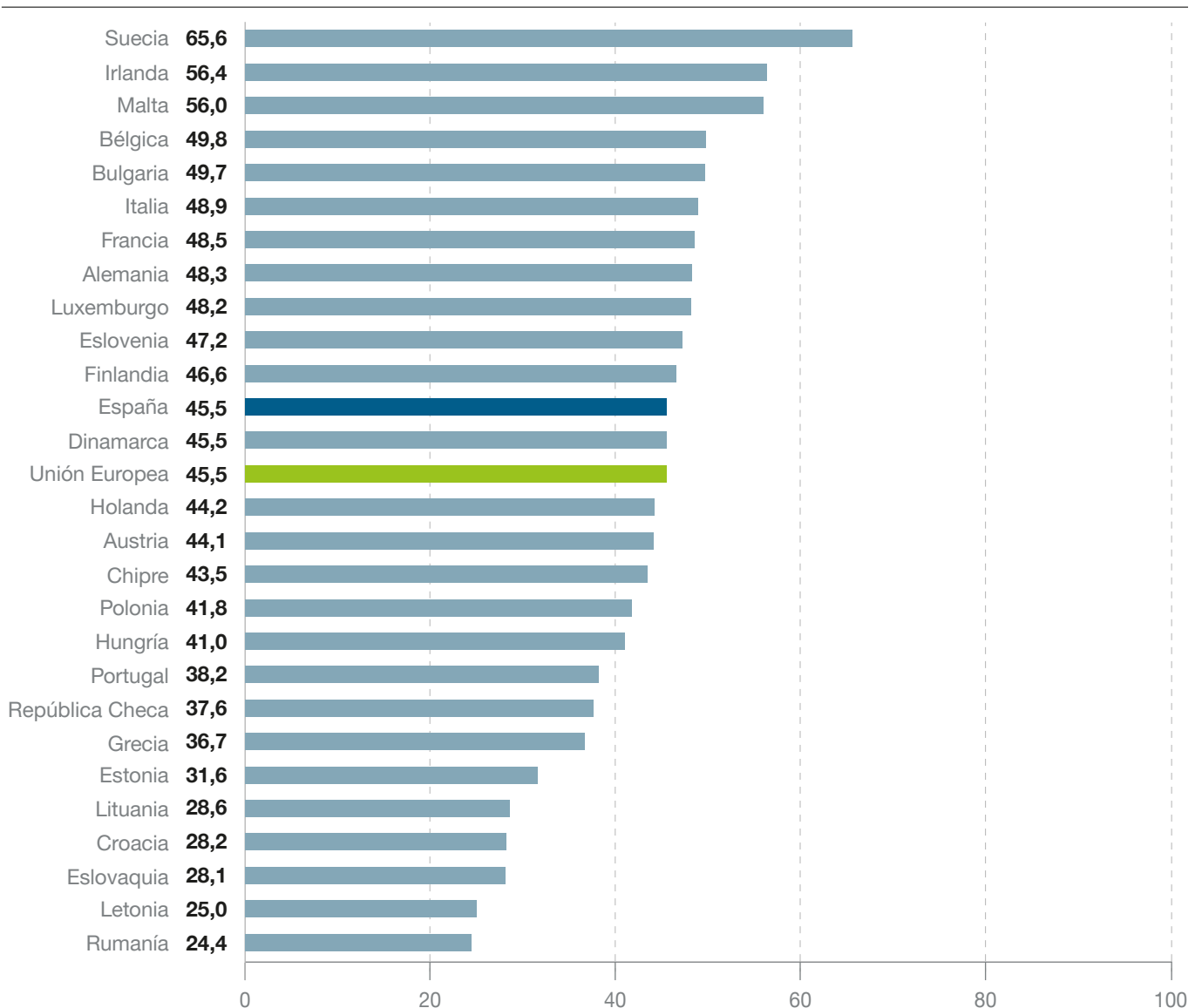
Fuente: Elaboración propia a partir de EUROSTAT.

Valor del indicador en España para hombres (2021): 55,7%

Valor del indicador en España para mujeres (2021): 45,5%

Valores del indicador para diferentes países europeos (hombres). 2021.



Valores del indicador para diferentes países europeos (mujeres). 2021.**COMENTARIOS**

- En el caso español, aunque la esperanza de vida es considerablemente mayor a la media europea, la proporción de años de vida sana esperados sobre el total de años de vida esperados es similar a la media (55,7% para los hombres y 45,5% para las mujeres).
- La diferencia en este indicador entre hombres y mujeres apunta a que la ventaja de esperanza de vida de las mujeres se ve relativizada por una menor proporción de años con buena salud.

Indicador 4.3. Aprendizaje a lo largo de la vida

Definición: Proporción de personas mayores de 55 años con suficiente bienestar emocional en función de la escala EURO-D. La escala EURO-D mide la situación de la persona en función de los niveles de depresión, pesimismo, pensamientos de suicidio, culpa, sueño, interés, irritabilidad, apetito, fatiga, concentración, disfrute y tendencia al llanto.

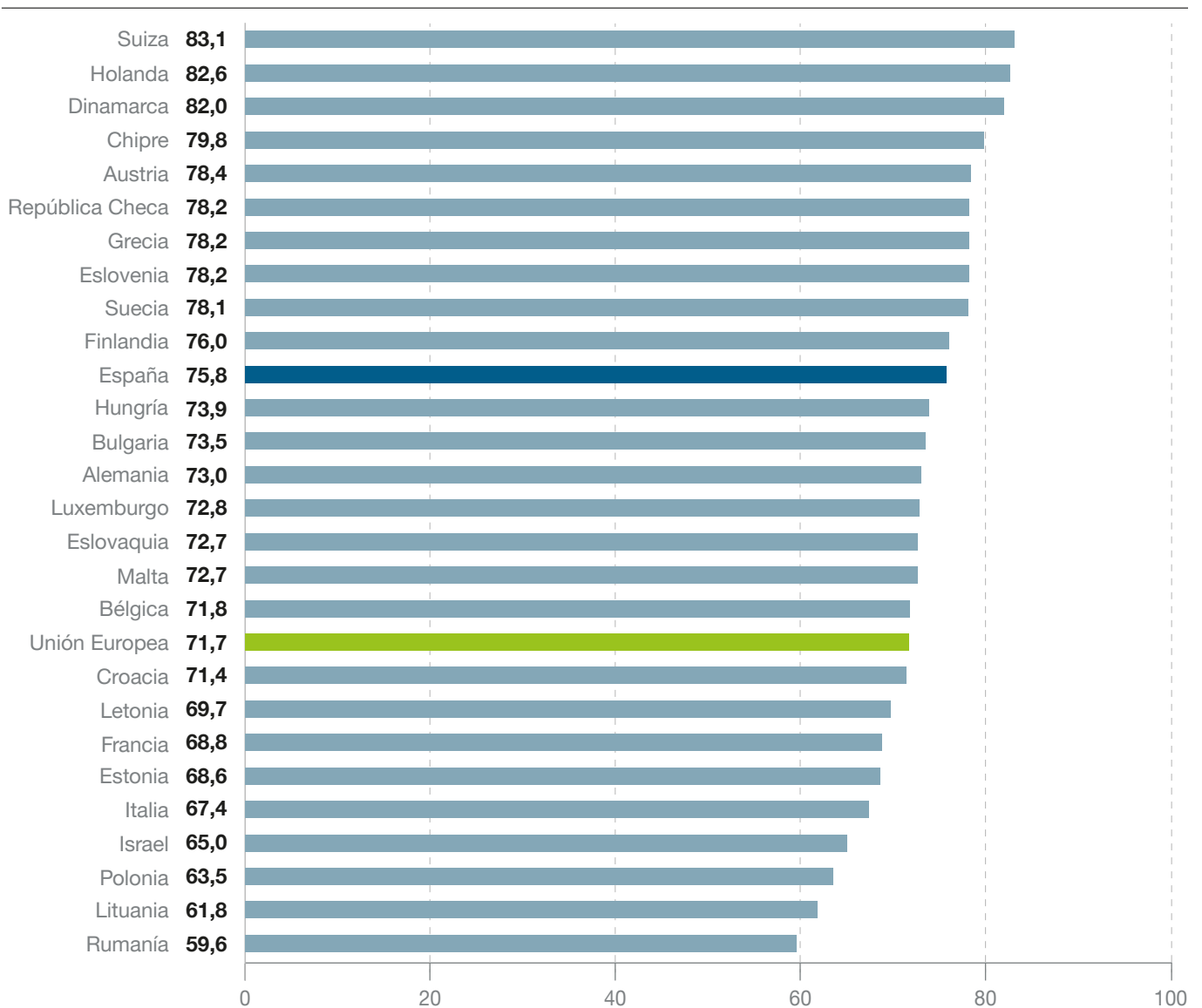
Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de SHARE.

Valor del indicador en España (2019): 75,8%


Cruces del indicador para el caso español


Mujeres	64,3%
Hombres	88,2%
Edad 55-64	83,4%
Edad 65-74	74,7%
Edad 75-84	65,7%
Edad 85-94	45,4%
Edad 95 y más	37,4%
Rural	74,0%
Urbano	76,1%
Renta disponible debajo media	70,3%
Renta disponible encima media	79,0%
Hasta estudios secundarios obligatorios	71,2%
Estudios secundarios postobligatorios o mayor	87,1%
Personas con discapacidad	64,2%
Personas sin discapacidad	84,7%

Valores del indicador para diferentes países. 2019.



Valores del indicador según sexo para el conjunto de los países de la Unión Europea

 = 64,8%

 = 79,4%

COMENTARIOS

- El valor de este indicador agregado de bienestar emocional basado en la escala EURO-D es algo mayor en el caso español que en la media de países europeos.
- El valor es considerablemente mayor (24 puntos porcentuales en el caso español y 15,4 puntos en la media europea) para los hombres que para las mujeres. Teniendo en cuenta que el valor del indicador cae fuertemente con la edad a partir de los 65 años, esta diferencia de género es parcialmente atribuible a la mayor esperanza de vida de las mujeres.
- El bienestar emocional de las personas mayores en España crece a medida que suben los niveles de renta y de estudios.

Indicador 4.4. Soledad no deseada

Definición: Proporción de personas mayores de 55 años que puntúan con 4 puntos o más en la escala *R-UCLA Loneliness Scale*.

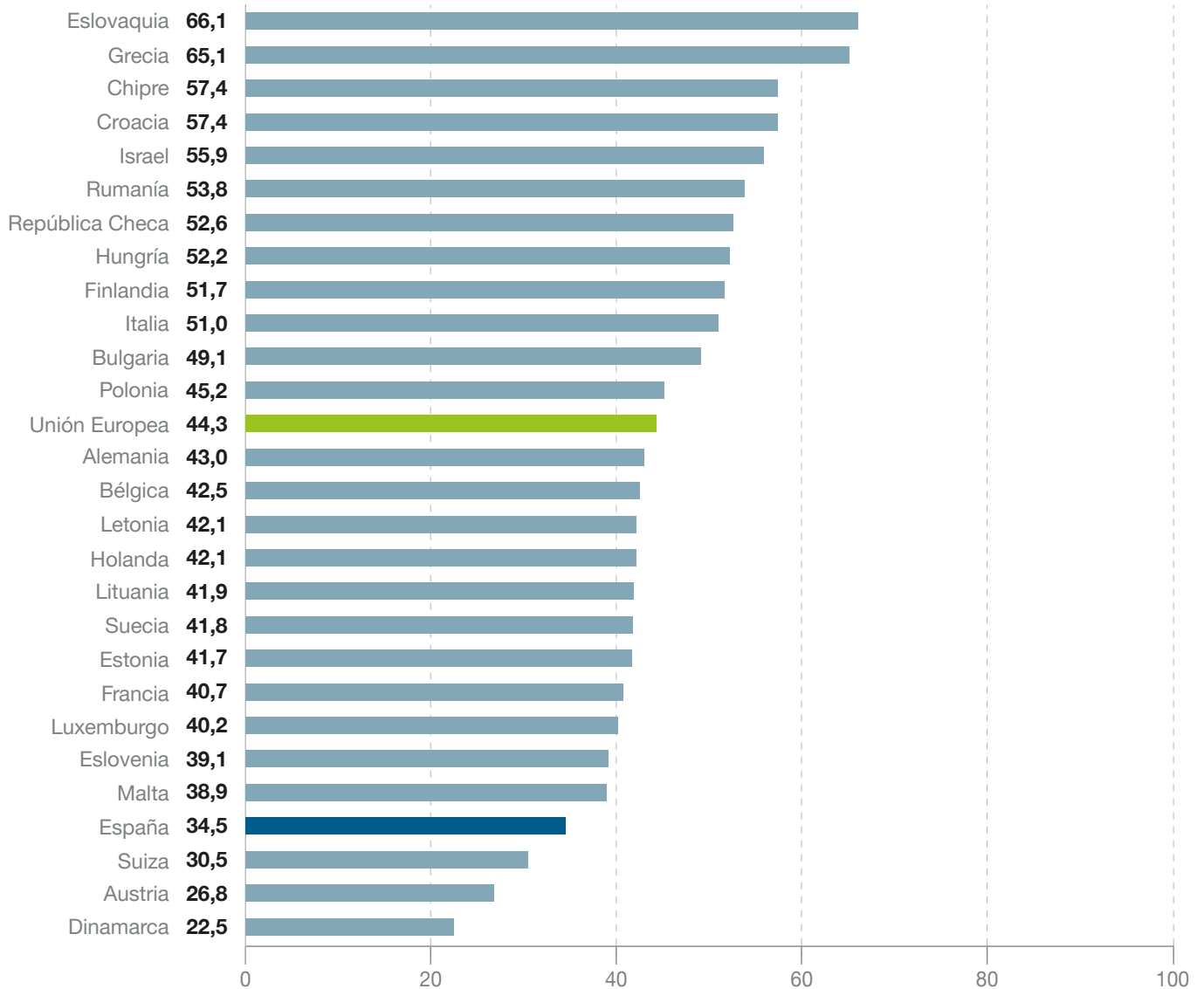
Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de SHARE.

Valor del indicador en España (2019): 34,5%


Cruces del indicador para el caso español


Mujeres	45,8%
Hombres	22,4%
Edad 55-64	29,1%
Edad 65-74	31,7%
Edad 75-84	48,0%
Edad 85-94	52,8%
Edad 95 y más	57,7%
Rural	34,8%
Urbano	33,0%
Renta disponible debajo media	37,9%
Renta disponible encima media	32,4%
Hasta estudios secundarios obligatorios	38,4%
Estudios secundarios postobligatorios o mayor	24,9%
Personas con discapacidad	38,1%
Personas sin discapacidad	31,6%

Valores del indicador para diferentes países. 2019.



Valores del indicador según sexo para el conjunto de los países de la Unión Europea

 = 48,6%

 = 39,4%

COMENTARIOS

- España se encuentra entre los países con niveles más bajos de incidencia de la soledad no deseada de la población mayor, diez puntos porcentuales por debajo de la media europea.
- La incidencia de la soledad no deseada crece con la edad y es mucho más alta en las mujeres que en los hombres (más del doble).
- El nivel de estudios alto y el nivel de renta elevado son, ambos, factores asociados a una menor incidencia de la soledad no deseada entre los mayores.
- Especialmente importante es la incidencia de la soledad no deseada entre las personas mayores con discapacidad.

Indicador 4.5. Uso de tecnologías de la información y la comunicación

Definición: Proporción de personas con edades comprendidas entre 55 y 74 años que utilizan Internet al menos una vez por semana.

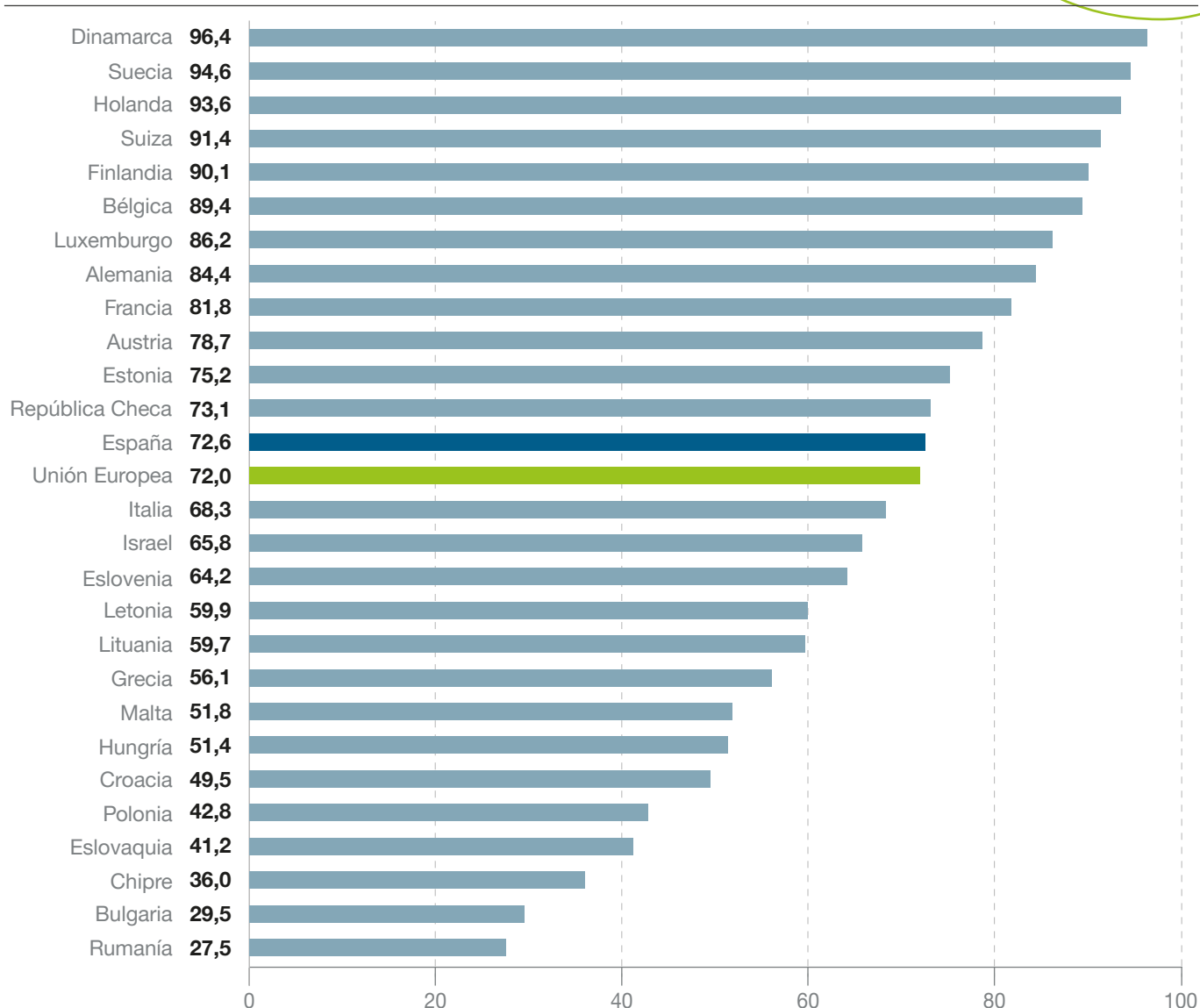
Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de SHARE.

Valor del indicador en España (2019): 72,6%


Cruces del indicador para el caso español


Mujeres	74,8%
Hombres	70,5%
Edad 55-64	80,1%
Edad 65-74	54,2%
Rural	65,5%
Urbano	73,6%
Renta disponible debajo media	58,3%
Renta disponible encima media	79,2%
Hasta estudios secundarios obligatorios	61,7%
Estudios secundarios postobligatorios o mayor	95,2%
Personas con discapacidad	63,2%
Personas sin discapacidad	78,8%

Valores del indicador para diferentes países. 2019.



Valores del indicador según sexo para el conjunto de los países de la Unión Europea

 = 71,8%

 = 72,3%

COMENTARIOS

- El nivel de uso de Internet entre la población mayor española es similar al de la población de la Unión Europea.
- En las edades de referencia, en España, existe en este indicador una pequeña brecha de género a favor de las mujeres, brecha que no se produce en la media de la Unión Europea.
- El uso de Internet es más probable, como es de esperar, entre las personas con mayor nivel de estudios y entre las que tienen mayor nivel de renta.
- En los entornos rurales la población mayor tiene mayores dificultades en el acceso a Internet. Esta dificultad está relacionada con el menor nivel de estudios de la población rural.

Indicador 4.6. Conexiones sociales

Definición: Proporción de personas de 65 y más años que se encuentran al menos una vez por mes con amigos, familiares o colegas.

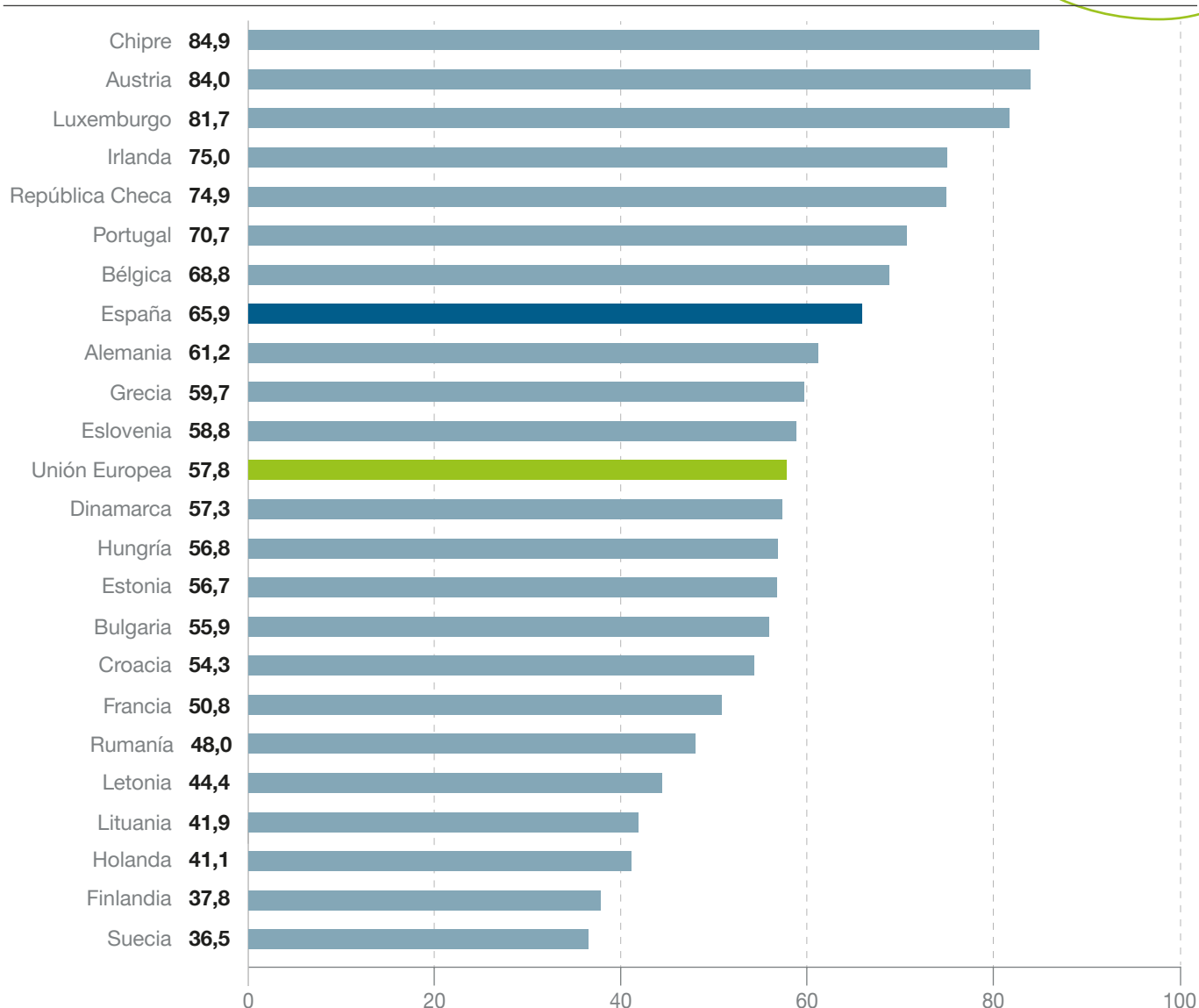
Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de EU-SILC (EUROSTAT).

Valor del indicador en España (2021): 65,9%


Cruces del indicador para el caso español


Edad 65-74	73,3%
Edad 75-79	64,0%
Edad 80 y más	54,2%
Mujeres	63,8%
Hombres	68,5%
Rural	62,8%
Urbano	66,5%
Renta disponible debajo media	56,5%
Renta disponible encima media	74,5%
Hasta estudios secundarios obligatorios	60,5%
Estudios secundarios postobligatorios o mayor	77,5%
Personas con discapacidad	55,3%
Personas sin discapacidad	76,1%

Valores del indicador para diferentes países europeos. 2021.



Valores del indicador según sexo para el conjunto de los países de la Unión Europea

 = 57,0%

 = 58,0%

COMENTARIOS

- Las relaciones sociales a las que se refiere este indicador descienden con la edad y son más probables en el caso de los hombres que de las mujeres (debido parcialmente a la mayor longevidad de las mujeres).
- La brecha de género a favor de los hombres es mucho más reducida en la media de los países de la Unión Europea.
- El nivel de relaciones sociales es considerablemente más elevado en el caso español en comparación con la media de la Unión Europea.
- Los valores del indicador son mayores en el caso de la población con mayores niveles de renta y de estudios.
- La discapacidad de las personas mayores supone una importante barrera a las relaciones sociales.

Indicador 4.7. Logro educativo

Definición: Proporción de personas de 65 y más años que han conseguido, al menos, una titulación de educación secundaria postobligatoria (ISCED 3 o más).

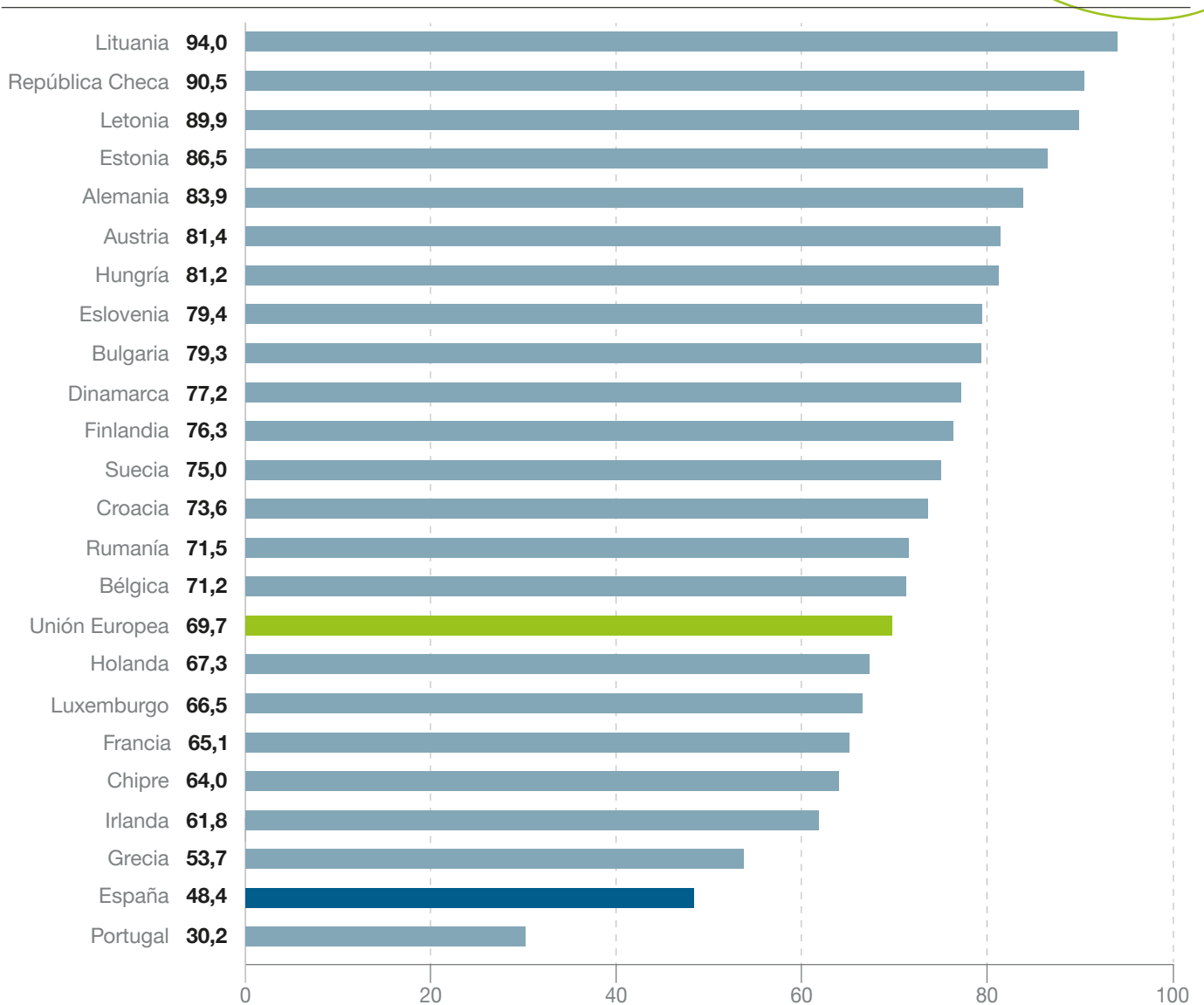
Fuente: Elaboración propia a partir de microdatos de EU-SILC (EUROSTAT).

Valor del indicador en España (2021): 48,4%


Cruces del indicador para el caso español


Edad 65-74	54,0%
Edad 75-79	40,8%
Edad 80 y más	48,4%
Mujeres	46,7%
Hombres	50,2%
Rural	33,7%
Urbano	51,0%
Renta disponible debajo media	30,7%
Renta disponible encima media	61,5%
Personas con discapacidad	41,1%
Personas sin discapacidad	52,6%

Valores del indicador para diferentes países europeos. 2021.



Valores del indicador según sexo para el conjunto de los países de la Unión Europea

 = 67,0%

 = 72,8%

COMENTARIOS

- El nivel educativo de la población mayor es más reducido en España que en la mayor parte de los países de la Unión Europea (con la excepción de Portugal).
- La evolución en los próximos años de este indicador será favorable, con la llegada de cohortes con niveles educativos más altos.
- En las edades contempladas existe una brecha de género a favor de los hombres, tanto en España como en la media de países de la Unión Europea. Esta brecha de género se irá reduciendo (y, luego, invirtiendo) en los próximos años.
- Resulta remarcable la subida del valor del indicador para las edades superiores a 80 años. Este dato viene explicado por el efecto positivo de la educación sobre la salud, que permite alcanzar esperanzas de vida mayores a igualdad del resto de factores.

5. La población mayor en la Unión Europea: activación y relevancia como fuerza económica

El ritmo de crecimiento de la población europea se ha ralentizado en los últimos años y se espera que para 2070 descienda y se sitúe en 424 millones (con respecto a los 446,9 millones actuales), pasando de representar el 5,7% de la población mundial en 2020 a un 3,7%. El principal motivo de este cambio demográfico es un descenso de la natalidad que no consigue ser contrarrestado por unas tasas más elevadas de inmigración que de emigración y una esperanza de vida al nacer que lleva varias décadas en aumento.

Mientras el conjunto de la población europea desciende, el porcentaje de personas de edad avanzada aumenta, siendo el segmento poblacional con un crecimiento más rápido, principalmente en el sur de Europa. Según datos de EUROSTAT (2023) a principios de 2019, había 90,5 millones de personas mayores de 65 años en la Unión Europea, lo que equivale aproximadamente a una quinta parte de la población total. Durante las próximas tres décadas se estima que el número de personas mayores seguirá aumentando, alcanzando su punto máximo en 2050 con 129,8 millones de habitantes, que representarán un 29,4% del total de la población. Este crecimiento será más pronunciado en el caso de las personas con edades comprendidas entre 75 y 84 años, a la vez que se reducirá la cantidad de personas menores de 55 años.

A su vez, durante los últimos veinte años la media de edad de la Unión Europea aumentó en casi seis años, situándose en los 44,4 años en 2022. Según las proyecciones europeas (EUROSTAT, 2023), en 2070 la esperanza de vida al nacer de los hombres alcanzará los 86,1 años y en el caso de las mujeres los 90,3 años y la media de edad para entonces podría alcanzar los 49 años. En cuanto al género, el envejecimiento de la población europea está marcado por una importante diferencia, con vidas más largas en favor de las mujeres. En 2019 había en promedio 1,33 mujeres de 65 años o más en la UE por cada hombre de la misma edad, desequilibrio que se acentúa en las personas mayores de 85 años.

5.1. El discurso europeo en torno al envejecimiento activo y la longevidad

A partir de la década de 1990 en Europa comenzaron a proliferar los documentos de trabajo en torno a cuáles podían ser las respuestas más adecuadas a un fenómeno con cada vez mayor incidencia en la sociedad, especialmente en la europea, como es el envejecimiento de la población. El envejecimiento surgió por primera vez como una cuestión de relevancia política a principios de 1990, cuando la Comunidad Europea creó un observatorio para estudiar el impacto de las políticas nacionales sobre el envejecimiento (Foster y Walker, 2015).

Desde entonces han sido múltiples los trabajos y posicionamientos de la UE, que de forma progresiva dejaban atrás las miradas paternalistas y exclusivas de la vulnerabilidad al referirse a la población mayor para abordar políticas que permitan hacer frente a los retos y aprovechar las oportunidades que ofrece una sociedad longeva.

Una parte considerable de los discursos institucionales europeos han enfocado el envejecimiento activo desde una perspectiva utilitarista fuertemente anclada a las teorías del “envejecimiento productivo” (Butler y Gleason, 1985) o “envejecimiento satisfactorio o exitoso” (Havighurst, 1961; Rowe y Kahn, 1987), priorizando la participación en el mercado laboral, pero dejando en un segundo plano una mirada holística del proceso de envejecer. En muchos de estos documentos se ha puesto especial énfasis en el gasto que genera la población al llegar a edades avanzadas y la necesidad de prolongar la vida laboral, sin analizar en profundidad el aporte de las personas mayores a la sociedad y las posibilidades en términos de crecimiento económico relacionadas con este segmento de la población.

De forma ilustrativa vemos que la resolución del Parlamento Europeo sobre el futuro demográfico de Europa (2008) hace referencia prácticamente de forma íntegra a la importancia de la prolongación de la vida laboral de las personas mayores. El Libro Verde sobre el Envejecimiento (2021) por su parte contempla el envejecimiento activo desde una perspectiva más integral, destacando su efecto positivo sobre el mercado laboral y el crecimiento económico, aunque sigue poniendo el foco en el envejecimiento activo y saludable como una herramienta clave para garantizar la productividad en edades avanzadas. Uno de los últimos documentos de la Comisión Europea (2023), *El impacto del cambio demográfico en un entorno cambiante*, también pone especial énfasis en las oportunidades que ofrece un aumento de la esperanza de vida desde el punto de vista económico y de las vidas laborales más largas.

La Declaración Ministerial de Roma (UNECE, 2022), por su parte, ofrece un enfoque que prioriza los derechos humanos, la equidad y la necesidad de políticas inclusivas que contemplen la transversalidad entre género y edad. Las políticas enfocadas al mercado laboral forman parte de las propuestas, pero no son el centro del discurso. Este tipo de enfoques pueden ser más constructivos a la hora de definir políticas en torno al envejecimiento activo, ya que el eje discursivo se encuentra en el envejecimiento activo como un derecho de las personas y no meramente como un mecanismo de productividad.

5.2. Salud y longevidad

Los avances tecnológicos y sanitarios han tenido como resultado sociedades más longevas a la vez que más sanas durante más tiempo. La proporción de esperanza de vida con salud a la edad de 65 años en la UE es de casi el 55% para los hombres y del 45,45% para las mujeres, lo que supone la existencia de una importante brecha de género, como resultado principalmente de trayectorias vitales claramente marcadas por la división sexual del trabajo (véase indicador 4.2 de este estudio). Cabe destacar que se observa una diferencia de más del doble entre los países europeos con menor y mayor porcentaje de esperanza de vida sana (Rumanía con un 32% y un 24,39% y Suecia con un 73,90% y un 65,61% respectivamente).

Aun así, conforme las personas envejecen, es más probable que desarrollen algún tipo de discapacidad. Esto es evidente si observamos que un 17,9% de las personas de entre 16 y 65 años en la UE tienen algún tipo de discapacidad, mientras que en el caso de las personas mayores de 65 años este número asciende a un 48,5% (EUROSTAT, 2023). A su vez, las enfermedades crónicas, que son padecidas principalmente por personas mayores de 65 años que además presentan comorbilidades, representan entre el 70% y el 80% de los costes sanitarios (Comisión Europea, 2020). Otro dato destacable es que alrededor del 15% de la población mayor de 60 años sufre un trastorno mental, siendo la demencia la primera causa de dependencia y discapacidad entre las personas mayores en la UE, con perspectivas de que su incidencia se duplique en 2030 (Parlamento Europeo, 2021).

Con todo esto, no es de extrañar, tal y como recoge la Comisión Europea (2015), que el gasto relacionado con la edad sea predominante y represente alrededor del 8% del PIB y al menos el 40% del gasto público total en protección social. En 2060 se espera que este gasto aumente en 4,1 puntos porcentuales y, en lo que se refiere al gasto sanitario específicamente, se prevé que aumente en promedio un 1% entre 2019 y 2070 solo debido al envejecimiento de la población; para dos tercios de los países este aumento puede alcanzar 2,9 puntos porcentuales del PIB (Comisión Europea, 2021).

Mientras que la mayoría de los costos de atención médica en la UE están cubiertos por los sistemas de protección social, los cuidados a largo plazo generalmente quedan cubiertos en el ámbito doméstico bajo la responsabilidad de cuidadoras informales, principalmente mujeres de la familia (Comisión Europea, 2021; EUROSTAT, 2020). Según estimaciones del Parlamento Europeo (2021), el 80% de los cuidados en la UE son prestados por cuidadoras informales, principalmente por mujeres en un 75% de los casos. Aun así, se prevé que el gasto público de cuidados a largo plazo en la UE aumente del 1,7% del PIB a un 2,8% del PIB en 2070 (Comisión Europea, 2021).

En cuanto a los cuidados, es importante tener en consideración dos factores (Comisión Europea, 2021). Por un lado, la disponibilidad de cuidadores informales potenciales, cuya variable clave es el número de personas mayores que tendrán hijos e hijas lo suficientemente cerca como para prestar cuidados, y el futuro número de personas que convivan con su cónyuge. Por otro lado, la propensión a brindar atención, que se verá afectada por la participación en el mercado laboral de las potenciales cuidadoras, así como la capacidad/voluntad de prestar atención. Así pues, pretender continuar dependiendo de cuidadoras informales es insostenible, ya que cada vez resulta más difícil contar con la predisposición de las mujeres de la familia, principales proveedoras de cuidados no profesionales.

La proporción de personas mayores de 55 años que no han tenido problemas de falta de acceso a servicios médicos o dentales supera el 95% en los países de la UE, lo que indica una cobertura prácticamente universal en la mayoría de los países, con valores generalmente por encima del 90%, si bien cabe destacar un grupo de países con un porcentaje inferior como son Rumanía, Estonia, Portugal, Letonia y Grecia (véase indicador 3.2). Aun así, en la UE alrededor de un 53% de la población mayor de 65 años manifestó tener necesidades asistenciales no cubiertas en lo que se refiere a las actividades de la vida diaria, ya que declara-

ron limitaciones en la realización de actividades básicas y no recibieron ayuda, además de observarse una mayor prevalencia de necesidades no cubiertas entre las personas que viven en sistemas de asistencia social mediterráneos (Calderón-Jaramillo y Zueras, 2023). Las personas en una franja de edad entre 65 y 74 años presentaban mayor riesgo de enfrentarse a necesidades asistenciales insatisfechas, así como los hombres y quienes tienen un nivel educativo alto.

Como se ha podido observar, la mayoría del gasto relacionado con la edad se deriva de la atención sanitaria y los cuidados de larga duración, siendo a su vez un gasto que aumenta conforme aumenta la edad, por lo que una mayor longevidad sin políticas que garanticen un envejecimiento saludable en todo el ciclo vital puede ejercer una importante presión en el gasto en atención médica. En este sentido, la inversión en innovación y desarrollo que promuevan avances científicos y tecnológicos en materia sanitaria que puedan favorecer al diagnóstico precoz y a los tratamientos de enfermedades que afectan principalmente a las personas mayores, como, por ejemplo, la demencia, será fundamental tanto para prevenir y mantener un buen estado de salud en la sociedad, así como para generar nuevos mercados y crear empleos de calidad.

Desde esta perspectiva, la economía plateada tiene una gran oportunidad de crecer en el sector sanitario. Según la Comisión Europea (2021), existe la posibilidad de que se generen ocho millones de puestos de trabajo en el sector de la asistencia sanitaria y social en los próximos 10 años. Esto sucederá de forma simultánea al incremento de la escasez de personal médico y de enfermería, principalmente en zonas rurales y remotas (Comisión Europea, 2020). Para hacer frente a esta falta de personal sanitario a nivel global, es necesario, entre otros avances, mejorar las condiciones laborales de quienes se dedican al sector de la salud y los cuidados.

A nivel europeo se espera un importante crecimiento de las inversiones realizadas en el mercado relacionado con la salud conectada por parte del sector público (Comisión Europea, 2018). Este es uno de los sectores que crece con mayor rapidez y se estima que su valor potencial es de 60.000 millones de euros en el mundo, siendo un tercio de este valor correspondiente a Europa (EPRS, 2015). Los avances en este sector pueden ayudar a mejorar la eficiencia y la eficacia de la asistencia sanitaria, aliviando la carga de los presupuestos sanitarios, por lo que juegan un rol clave en el desarrollo económico.

La economía plateada puede y debe ayudar a diseñar modelos de atención integral, centrados en las personas, que rompan los esquemas de los modelos tradicionales exclusivos de atención sanitaria para dar paso a formas holísticas de acompañar la vejez, que contemplen tanto las necesidades fisiológicas como las sociales y emocionales. El desarrollo de modelos de cuidados de larga duración sostenibles puede ayudar a su vez a liberar a las mujeres de la carga principalmente asumida por ellas de las tareas de cuidados. De este modo se favorecerá su mayor presencia en el mercado de trabajo y por lo tanto, una mejor posición económica una vez jubiladas, a la vez que las libera de la carga física y emocional que representa este tipo de tareas y del correspondiente impacto que tienen en su salud.

Por lo tanto, como consecuencia del cambio demográfico es necesario avanzar hacia modelos más sostenibles en lo que a prestación de servicios sanitarios y de cuidados de larga duración se refiere, aprovechando

las oportunidades que presenta la economía plateada en el campo de la medicina y la atención sanitaria. Para ello es fundamental trabajar desde la perspectiva de la cuádruple hélice, aunando esfuerzos de la investigación, la administración, el mercado y la sociedad civil para dar con aquellas respuestas que sean más apropiadas a las necesidades de la población mayor y que puedan ser garantía de un envejecimiento saludable y activo.

5.3. Mercado laboral

La tasa de ocupación de personas con edades entre 60 y 64 años se sitúa en la Unión Europea en el 43,4%, con una diferencia de algo más de diez puntos porcentuales entre hombres y mujeres (véase indicador 1.2 de nuestro estudio). Los valores más elevados se observan en los países nórdicos, y llama la atención la existencia de ocho países en los que la tasa de ocupación no llega al 40%. Entre las personas de 64 y 69 años, como es de esperar, la tasa de ocupación se reduce a menos de un 9% para la Unión Europea, si bien algunos países como Irlanda, Lituania, Letonia y Estonia presentan valores por encima del 20%. Lo mismo sucede al observar el grupo de personas entre 70 y 74 años, para quienes la tasa de ocupación se encuentra en el 2,4%, aunque en países como Letonia y Estonia estos valores se sitúan alrededor del 11% y el 13% respectivamente.

La disminución de la población en edad de trabajar ejerce presión sobre el mercado laboral y el estado de bienestar a la vez que aumenta la tasa de dependencia (Comisión Europea, 2023). En 2021 había tres europeos en edad de trabajar por cada europeo mayor de 65 años, cifra que se reducirá a dos personas en edad de trabajar por cada una mayor de 65 años para 2050 situando a la población en un índice de dependencia del 56,7% (EUROSTAT, 2023). En la misma línea, se prevé que la población en edad laboral tan solo aumente en una de cada cinco regiones de la UE entre 2020 y 2040 (Comisión Europea, 2021). Esta relación desigual entre quienes aportan a la Seguridad Social y quienes reciben las pensiones y otro tipo de prestaciones ejerce una presión más que considerable en las finanzas públicas, que es posible aliviar con las correctas políticas de activación de las personas mayores a largo plazo, que les permitan mantener una vida lo más independiente posible respetando su voluntad sobre cómo envejecer.

La situación de las personas con alguna discapacidad es especialmente alarmante en la UE, donde solo el 50,6% de las personas con algún tipo de discapacidad están empleadas, presentando una brecha de empleo por discapacidad por encima del 22% (Comisión Europea, 2023). La temporalidad, principalmente en el caso de las mujeres, es otra cuestión preocupante. En 2019, tres de cada diez mujeres empleadas trabajaban a tiempo parcial, más del triple de los hombres que lo hacían. Esto se debe principalmente a la falta de servicios formales de cuidados de larga duración adecuados en algunos países, así como de fórmulas de trabajo flexible (Comisión Europea, 2020).

El aumento de la edad de jubilación ha sido una prioridad para los diferentes Estados miembros, pero no ha ido acompañado de iniciativas dirigidas a mejorar la empleabilidad de las personas de mayor edad (Fernández Orrico, 2017). En la UE, un 40% de la población se siente dis-

criminada por su edad (Eurobarómetro, 2019), siendo la forma de discriminación más habitual la que sucede en el lugar de trabajo. El edadismo en el mercado laboral contribuye a un aumento del riesgo de desempleo de larga duración en las personas mayores de 50 años, un problema que predomina en el conjunto de Europa.

Existen fórmulas para dar respuesta a los retos que representa el mercado de trabajo en una sociedad longeva. El aumento de la productividad gracias a los avances tecnológicos es un mecanismo clave para hacer frente al descenso de la población en edad de trabajar. Además, en Europa, cada vez más personas mayores optan por una jubilación escalonada y más de la mitad de la fuerza laboral mayor de 65 años trabaja a tiempo parcial.⁹ En 2019, poco más del 13,3% de la población activa de la UE entre 25 y 54 años eran trabajadores autónomos, porcentaje que alcanza un 41,6% en el caso de las personas entre 65 y 74 años (EUROSTAT, 2020). Estas opciones pueden favorecer a que las personas mayores que así lo deseen puedan permanecer en el mercado laboral durante más tiempo gracias a fórmulas que se adapten a su estilo de vida y sus preferencias respecto a cómo ocupar su tiempo pasada la edad prevista de jubilación.

5.4. Relaciones sociales y participación en la comunidad

La participación de las personas mayores en actividades sociales tiende a tener un impacto positivo en su salud y su bienestar emocional. Los estudios muestran que las personas jubiladas que se mantienen ocupadas y mantienen relaciones y otras interacciones sociales son más propensas a ser felices y a estar contentas con la vida (EUROSTAT, 2020).

Alrededor de un 10% de personas mayores de 55 años en la UE participan de actividades de voluntariado al menos una vez por semana (ver conjunto 2 de indicadores de este estudio). En este caso la disparidad entre los diferentes países es considerablemente grande. Mientras que en catorce países entre los que se incluyen los países bálticos y los del sur europeo este porcentaje no alcanza el 5%, Holanda destaca por un porcentaje de personas que realizan voluntariado de poco más del 25%; otros países del norte de Europa se sitúan por encima del 15%.

Por el contrario, cuando nos referimos a otro tipo de actividad no remunerada como es el cuidado tanto de hijos y nietos como de otras personas de su entorno, la media de la UE se sitúa alrededor del 28%. Si bien se observa una disparidad entre los diferentes países de la región, ésta es una práctica más extendida que las actividades de voluntariado, principalmente en los países nórdicos. Las actividades de cuidado presentan una brecha de género importante, principalmente en el caso del cuidado a hijos y nietos, y disminuye cuando el cuidado es a otras personas como familiares y amigos.

En lo que se refiere a la participación política de las personas mayores de 55 años, ésta es relativamente baja para la media de la UE, con poco más de un 6% de personas que dedican su tiempo a dichas actividades

⁹ Fuente: <https://ec.europa.eu/eurostat/en/web/products-statistical-books/-/ks-02-20-655>.

(véase indicador 2.4 de este estudio). En la mayoría de los países esta cifra no alcanza el 10%, y en los países donde se observa mayor participación tampoco presentan más de un 15%.

Por lo que respecta a las fórmulas de convivencia, en Europa el número de hogares ha ido en aumento, mientras que el tamaño medio de estos disminuye y cada vez son más los hogares formados íntegramente por personas mayores de 65 años (Comisión Europea, 2023). Alrededor de un 95% de las personas de entre 70 y 74 años en la UE viven solas o en pareja en sus hogares de forma independiente (véase indicador 3.3). Estos valores son más elevados en los países nórdicos, donde rozan el 100% y descienden en los países del sur, si bien las cifras más bajas se encuentran por encima del 82%. Si observamos las personas que viven completamente solas de este mismo grupo etario (véase indicador 3.4) lo primero que cabe destacar es la considerable brecha de género que separa en más de quince puntos porcentuales las mujeres que viven solas de los hombres, lo que es debido a una mayor esperanza de vida de las primeras. Estos porcentajes son especialmente elevados en los países del norte de Europa y más bajos en los del sur, en consonancia con el indicador previamente descrito.

La proporción de personas que refieren sentir soledad no deseada en la UE es del 44,3%, con una brecha de género considerable en torno a los diez puntos porcentuales (véase indicador 4.4). Países como Suiza, Austria, Dinamarca y España presentan porcentajes por debajo del 35%, mientras que otros como Grecia o Eslovaquia se encuentran en torno al 65%. Estas cifras son preocupantes, principalmente por el impacto emocional que la soledad no deseada tiene en la persona, pero también por su efecto en el conjunto de la sociedad y el gasto que representan a los sistemas sanitarios, por lo que una parte importante de las políticas relacionadas con la longevidad deben enfocarse en programas de envejecimiento activo para aquellas personas que viven solas y refieren a su vez sentirse solas.

La proporción de personas de 65 años o más que se encuentran al menos una vez al mes con familiares y amistades es de un 58% para el conjunto de la UE, siendo los países nórdicos los que presentan porcentajes más bajos y los países del sur los que presentan los más altos (véase indicador 4.6). Independientemente de la intensidad de las relaciones sociales, casi una décima parte de las personas mayores de 75 años manifestó no tener a nadie con quien poder discutir asuntos personales (EUROSTAT, 2020).

5.5. Garantía de ingresos adecuados y lucha contra la desigualdad

En 2018 había 73,8 millones de personas en riesgo de pobreza en la UE-27, y alrededor de 13,3 millones de ellas eran personas mayores (de 65 años o más). Las personas mayores de 65 años en situación de riesgo de pobreza en la UE son casi el 17% (véase indicador 3.6). Este porcentaje aumenta considerablemente en los países bálticos, con valores que superan el 35% y alcanzan algo más del 44%. En este caso se observa una brecha de género de algo más de cinco puntos porcentuales, que sitúa a las mujeres como el grupo con mayor probabilidad de encon-

trarse en riesgo de pobreza. En cuanto a la carencia material severa, casi un 6% de la población europea mayor de 65 años se encuentra en esta situación. Si bien son valores que en la mayoría de países europeos se mantienen por debajo de esta cifra, destacan los preocupantes porcentajes de países como Rumanía y Bulgaria, con valores del 26,4% y el 25,4% respectivamente. Cabe destacar la situación particular de las personas migradas de terceros países. En 2019, el 37% de ellas se encontraban en riesgo de pobreza y exclusión social, situación que puede agravarse llegada la vejez (Comisión Europea, 2021).

La mayor esperanza de vida de las mujeres respecto a los hombres es una tendencia en toda Europa. Esto las convierte en las principales receptoras de cuidados de larga duración, a los cuales deben hacer frente con pensiones casi un 27% más bajas que las de los hombres (Comisión Europea, 2023). Las mujeres mayores en la UE suelen ser más propensas que los hombres a enfrentar graves dificultades para poder pagar bienes y servicios básicos. En 2019, la tasa de privación material grave para las mujeres mayores fue del 5%, lo que supone 0,7 puntos porcentuales más que la tasa general registrada para el conjunto de la población (EUROSTAT, 2020). La Declaración Ministerial de Roma (UNECE, 2022) contemplaba la necesidad de crear planes de pensiones sostenibles, inclusivos y equitativos que tuvieran en cuenta los periodos dedicados al cuidado no remunerado a lo largo de la vida, lo que favorecería especialmente a las mujeres, por presentar estas carreras laborales más intermitentes que los hombres, principalmente por la dedicación a tareas de cuidado.

En todos los Estados miembros de la UE, los hogares encabezados por personas de 60 años o más destinaron una mayor parte de su presupuesto a gastos de salud, vivienda, agua, electricidad, gas y otros combustibles, en comparación con el promedio de todos los hogares (EUROSTAT, 2020). Estos representan gastos fundamentales para la calidad de vida de las personas mayores, por lo que si no se dispone de unos ingresos suficientes para poder cubrirlos la calidad de vida puede deteriorarse de manera considerable.

Un aspecto fundamental para garantizar unos ingresos adecuados en la vejez y hacer frente a las desigualdades consiste en invertir en la formación a lo largo de la vida y en la capacitación en competencias digitales. En lo que respecta a la formación continua, la proporción de personas entre 55 y 74 años que han asistido durante el último mes a alguna actividad formativa es de poco más del 13% con diferencias muy elevadas entre los países donde las personas se forman menos (como el caso por ejemplo de Rumanía y Bulgaria, donde no se alcanza el 1%) y los países nórdicos, donde el indicador casi alcanza el 30% (véase indicador 3.9), por lo que encontramos un campo importante de trabajo.

En cuanto a competencias digitales, las cifras son más alentadoras, ya que la proporción de personas con edades entre 55 y 74 años que utilizan Internet al menos una vez por semana se sitúa en el 72% en el conjunto de la UE (véase indicador 4.5). Aun así, la disparidad entre países es muy acentuada en este caso, puesto que los países nórdicos se sitúan en valores por encima del 90%, mientras que otros como Bulgaria y Rumanía no llegan al 30%.

Entre los principios del G20 sobre economía plateada y envejecimiento activo se contempla actuar contra la brecha digital y promover el aprendizaje permanente. En este sentido, las políticas públicas deben

enfocarse en desarrollar itinerarios formativos que respondan a las necesidades y expectativas de la población mayor aprovechando los programas disponibles en el mercado.

En la UE el porcentaje de personas mayores de 65 años que han alcanzado una titulación de educación secundaria o superior es de casi el 70%, con los porcentajes más elevados en el caso de los países bálticos (alrededor del 90%) y los más bajos para el sur de Europa, con cifras destacables como en el caso de España o Portugal que se encuentran por debajo del 50% (véase indicador 4.7). Si bien se espera que estos porcentajes aumenten de manera progresiva en los próximos años, sigue siendo preocupante la brecha existente entre los diferentes Estados miembro y la situación de los países del sur de Europa, realidades que impactan de forma considerable en los ingresos en la vejez.

5.6. Entorno rural

Las personas de edades avanzadas presentan una mayor tendencia a residir en zonas rurales en prácticamente toda la Unión Europea. Más de una quinta parte de las personas mayores de 65 años en la UE vive en zonas predominantemente rurales. De hecho en 2019 hubo 17 regiones en la UE donde las personas mayores representaban más de una cuarta parte de la población total (EUROSTAT, 2023). Si bien la proporción de personas mayores aumentará en todas las zonas, se pronostica que los valores máximos se alcancen en las áreas rurales, donde la proporción podría aumentar del 19% en 2011 al 30% en 2050 (Comisión Europea, 2021).

Las zonas rurales que experimentan una disminución en su población se ven especialmente afectadas por el impacto negativo del envejecimiento de la población en el crecimiento económico. El 7% de la población europea reside en regiones que se enfrentan a la doble dificultad de un rápido descenso de la población y un PIB per cápita bajo (Comisión Europea, 2020), lo que supone un problema a la hora de hacer frente a la despoblación y el envejecimiento de la sociedad.

Las regiones rurales más alejadas de núcleos urbanos pueden enfrentarse a problemas en lo que refiere a provisión de servicios y acceso a especialistas. Algunos estados registran dificultades graves en cuanto a la accesibilidad en la asistencia sanitaria en zonas rurales y periféricas, lo que se conoce como “desiertos médicos” (Comisión Europea, 2021). La población de edad avanzada tiene que viajar entre un 5% y un 11% más en promedio para llegar a los servicios locales que la población de otros grupos etarios en las zonas rurales (Comisión Europea, 2021). Si bien, como vemos, esta realidad supone un reto principalmente en términos de accesibilidad y provisión de servicios, también puede ser una oportunidad para iniciativas como las *Smart Villages* que a la vez que suponen un impulso para un envejecimiento activo, pueden favorecer la repoblación de zonas rurales, además de incentivar la inversión para empresas del sector tecnológico.

La idea de aldeas o pueblos inteligentes puede apoyar el envejecimiento de las zonas rurales (Interreg Europe, 2022). La posibilidad de trabajar de forma coordinada entre PYMEs, responsables políticos, sec-

tor sanitario y sociedad civil puede potenciar la competitividad del sector empresarial y dinamizar la economía de los entornos rurales. Este tipo de iniciativas pueden hacer uso de fondos europeos como el Fondo Europeo de Desarrollo Regional y el Fondo Social Europeo para desarrollar su potencial y promover tanto el envejecimiento activo como la repoblación de zonas con una población en descenso.

Así pues, a pesar del reto mayúsculo que supone el envejecimiento en entornos rurales, se debe analizar el potencial de estas zonas tanto en lo que se refiere al envejecimiento activo como a las oportunidades para la economía plateada. Estos son entornos beneficiosos para las personas mayores, ya que pueden ayudar a promover estilos de vida más saludables gracias a la cercanía con la naturaleza que favorece actividades al aire libre, una mejor calidad del aire, comunidades más cohesionadas y un nivel de precios más bajo.

5.7. Economía plateada

Si bien el envejecimiento de la población ejerce una presión considerable en el gasto público y reduce la fuerza de trabajo disponible, este cambio demográfico puede estimular el desarrollo de nuevos bienes y servicios estrechamente relacionados con la longevidad que den respuesta a un segmento de la población con necesidades diversas y cambiantes, favoreciendo tanto el envejecimiento activo como dinamizando ciertos mercados como el sector sanitario, los cuidados de larga duración o el ocio enfocado en la población de edad avanzada. A su vez, es importante destacar que el concepto de economía plateada también ha ayudado a cambiar el discurso acerca del envejecimiento, poniendo el foco en las oportunidades que ofrece una sociedad longeva. En países como Polonia la economía plateada despierta un gran interés, con múltiples estudios al respecto. Sin embargo, en España es un campo aún por explorar y que requiere mayor atención por parte del personal investigador (Baños-Martínez y Limón, 2022).

Europa, al concentrar un gran volumen de población mayor tiene una gran oportunidad para desarrollar este nicho de mercado. No solo por la capacidad de gasto, que es evidente si consideramos que en la mayoría de países de la UE los hogares con adultos mayores de 65 años a la cabeza tienen una riqueza superior a aquellos hogares cuya cabeza de familia es menor de 65 años (Alemany, et al., 2021), sino también por la experiencia acumulada en las personas mayores.

En 2015 la economía plateada se estimó en 3,7 billones de euros. Algo más del 10% de esta cifra corresponde al gasto público y se prevé que en 2025 alcance los 5,7 billones de euros.

Maj-waśniowska et al. (2018) identificaron tres grupos de países en la UE en función del nivel de pobreza de las personas mayores y el desarrollo de la economía plateada. Por un lado encontramos el primer grupo compuesto por países con alto nivel de pobreza y bajo nivel de economía plateada que incluye a los países aceptados durante las últimas ampliaciones de la UE. Un segundo grupo con un bajo nivel tanto de pobreza como de desarrollo de la economía plateada, que incluye países principalmente de la Europa central, y por último un tercer grupo

con un bajo nivel de pobreza y un desarrollo significativo de la economía plateada que incluye a los Estados nórdicos. Su análisis sugiere que aquellos países con un nivel de vida relativamente más alto generan una mayor capacidad para limitar la pobreza y hacer frente a los retos de la economía plateada. Es evidente pues, que para fomentar el desarrollo de esta economía es necesario en primer lugar garantizar unos ingresos adecuados para las personas mayores.

Un estudio realizado en ocho países de la UE (Lenihan et al., 2022) encontró que existe una conciencia limitada del valor económico de la economía plateada y una falta de comprensión entre las empresas sobre qué es la economía plateada y los beneficios que podría generarles. Por lo tanto, si se pretende incentivar la inversión privada será fundamental generar cierta cultura y conciencia sobre las oportunidades en lo que refiere a la economía de la longevidad.

5.8. Oportunidades en la Unión Europea

Existen diferentes iniciativas de la Unión Europea que pueden ayudar a promover el envejecimiento activo de la población mayor, hacer frente a las desigualdades y estimular el crecimiento económico en sociedades longevas. A modo de ejemplo, el Parlamento Europeo (2021) animaba a los Estados miembro a aumentar el gasto del Fondo Social Europeo +, así como de los fondos FEDER en la formación y el reciclaje profesional de las personas trabajadoras de edades avanzadas. En este sentido, también se puso énfasis en la necesidad de impulsar inversiones en servicios públicos en las zonas rurales con la ayuda de dichos fondos estructurales y de la utilización del Fondo Europeo Agrario de Desarrollo Rural con el objetivo de contrarrestar el aislamiento y la exclusión social de las personas mayores residentes en zonas rurales. A continuación se describen algunas de estas iniciativas, que pueden ser herramientas de gran utilidad para avanzar en políticas de envejecimiento activo y de desarrollo de la economía plateada.

5.8.1. Índice de Envejecimiento Activo (AAI)

El Índice de Envejecimiento Activo (AAI) es una iniciativa conjunta de la Comisión Europea, la Comisión Económica de Naciones Unidas para Europa y el Centro Europeo de Política e Investigación sobre Bienestar Social de Viena, iniciada en 2012 al concluir el Año Europeo del Envejecimiento Activo y de la Solidaridad entre Generaciones. Esta herramienta mide el potencial sin explotar de las personas mayores para un envejecimiento activo y saludable y la forma en que las personas mayores viven vidas independientes, participan en el mercado laboral y en actividades sociales¹⁰. El AAI se enfoca en analizar y comparar el envejecimiento activo a través de 22 indicadores agrupados en cuatro categorías principales. El AAI tiene como objetivo demostrar el potencial del envejecimiento activo y servir como base para la formulación de políticas públicas basadas en la evidencia, por lo que es una herramienta de gran utilidad para definir acciones en los diferentes países.

¹⁰ Más información disponible en: Active Ageing Index project.
<https://statswiki.unece.org/display/AAI/Active+Ageing+Index+Home>

5.8.2. Contratación pública de soluciones innovadoras

La Contratación Pública de Soluciones Innovadoras, también conocida como Compra Pública Innovadora (CPI) es una actuación administrativa que, a través de la contratación pública, pretende fomentar la innovación y potenciar el desarrollo de nuevos mercados innovadores. Para ello la Comisión Europea pone a disposición un documento de orientación que recoge las cuestiones básicas que los compradores públicos deberían conocer antes de iniciar y desarrollar la contratación pública de soluciones innovadoras. En este marco existe también una iniciativa de Asistencia Europea a la Contratación Pública Innovadora que ayuda a los compradores públicos a desarrollar y aplicar la CPI promoviendo buenas prácticas y fomentando la utilización de este mecanismo. Dado que la CPI puede mejorar la eficacia y la eficiencia de los servicios públicos, satisfacer nuevas necesidades y apoyar a las empresas de nueva creación y las PYME innovadoras para su desarrollo, es una herramienta que puede resultar de gran utilidad para que el sector público pueda encontrar respuestas en el mercado a cuestiones complejas como la dependencia en las personas mayores o la soledad no deseada, problemas que, como hemos visto, representan un elevado gasto para el sector público.

5.8.3. Asociación Europea de Innovación en Materia de Envejecimiento Activo

La Asociación Europea para la Innovación en el Envejecimiento Activo y Saludable es una iniciativa lanzada en 2011, cuyo objetivo es fomentar el uso de la innovación digital para el envejecimiento activo y saludable reforzando la investigación y la innovación en la UE. Sus principales objetivos son mejorar la salud y la calidad de vida de las personas mayores, apoyar la sostenibilidad y la eficiencia a largo plazo de los sistemas de salud y asistencia social y mejorar la competitividad de la industria de la UE a través de las empresas y la expansión en nuevos mercados.

5.8.4. Interreg Europe

Interreg Europe es un programa de cooperación interregional cofinanciado por la Unión Europea que contribuye a la reducción de las desigualdades en los niveles de desarrollo, crecimiento y calidad de vida entre las diferentes regiones europeas. Su objetivo es ayudar a los gobiernos locales, regionales y nacionales de Europa a desarrollar y aplicar mejores políticas gracias a la creación de un entorno y oportunidades para compartir soluciones a los problemas de desarrollo regional.

Silver SMEs es un proyecto de cinco años en el marco de Interreg Europe iniciado en 2018 y finalizado recientemente, que ha tenido como objetivo mejorar la aplicación y la ejecución de políticas regionales para favorecer la competitividad de las PYME aprovechando las oportunidades que ofrece la economía plateada, creando nuevos puestos de trabajo y al mismo tiempo generando servicios y bienes que contribuyen a mejorar la calidad de vida de las personas de edad avanzada. Una de las buenas prácticas identificadas por el proyecto es *Silver Surfer*¹¹, una convocatoria de proyectos de la región de los Alta Francia,

¹¹ Más información disponible en <https://www.eurasante.com/appel-a-projet/silver-surfer/>.

que tiene como objetivo apoyar innovaciones relacionadas con la economía plateada y dar apoyo a las PYMEs de la región enfocadas en ofrecer soluciones para abordar los retos que presentan las sociedades longevas. Las personas usuarias pudieron implicarse en la selección de las mejores propuestas, garantizando así que los proyectos dieran una respuesta real a sus necesidades. Propuestas como esta no solo favorecen a las personas de edades avanzadas, sino que también dinamizan la industria relacionada con la economía plateada animando a empresas, asociaciones o profesionales particulares a proponer innovaciones que puedan ser llevadas a los mercados.

5.8.5. Programa Erasmus +

El programa Erasmus Plus es una iniciativa de la Unión Europea que ofrece oportunidades educativas tanto en el ámbito de la educación escolar, la formación profesional, la educación superior y la formación de personas adultas, de aquí la importancia que puede tener este programa para el desarrollo profesional y personal del segmento de población mayor. El programa se articula en torno a tres líneas principales de actividad: la movilidad educativa, la cooperación entre organizaciones e instituciones y el respaldo al desarrollo de políticas y a la cooperación.

De forma ilustrativa, uno de los proyectos financiados a través del programa Erasmus + es *DigitalGo*, un proyecto que busca incluir en la transformación digital a la población de edad avanzada que vive en zonas rurales, proporcionándoles una alfabetización digital básica a la vez que se reconoce su papel como guardianes del patrimonio cultural inmaterial recogiendo sus experiencias para luego compartirlas con la comunidad. El proyecto diseña, aplica y evalúa formaciones sobre conceptos prácticos de actuación digital, adaptados a las necesidades y el contexto de las personas mayores. A la vez que estas asisten a los cursos, también contribuyen a la co-creación de una exposición híbrida que comparte sus conocimientos y experiencias sobre las tradiciones rurales.

5.8.6. Smart Specialisation Strategy - RIS3

La especialización inteligente es un enfoque de desarrollo económico y social caracterizado por la identificación de áreas estratégicas de intervención basadas tanto en el análisis de los puntos fuertes y el potencial de la economía como en un Proceso de Descubrimiento Empresarial (PDE). Aplica una amplia visión de la innovación que incluye tanto la innovación tecnológica como la social. La especialización inteligente se basa en los activos y recursos de que disponen las regiones y los Estados miembros y en sus retos socioeconómicos específicos para identificar oportunidades únicas de desarrollo y crecimiento.

Una estrategia de especialización debe dar prioridad a aquellos ámbitos, áreas y actividades económicas en los que las regiones o países tengan una ventaja competitiva o el potencial de generar un crecimiento impulsado por el conocimiento y de llevar a cabo la transformación económica necesaria para abordar los principales retos sociales. En este sentido, no cabe duda de que el envejecimiento de la población es un reto compartido en toda Europa, por lo que la especialización inteligente puede ayudar tanto a dar respuesta a las necesidades y los desafíos que

una sociedad envejecida presenta, como a mejorar la respuesta del mercado ante este reto, gracias a utilizar la ventaja competitiva que presenta el conocimiento de quienes residen y desarrollan su negocio en regiones con porcentajes elevados de personas mayores.

Un buen ejemplo de la aplicación de esta estrategia se encuentra en España, concretamente en Castilla y León, donde se establecieron tres prioridades de especialización para el periodo 2021-2027 en el marco de la RIS3. Una de las prioridades denominada “Castilla y León, un territorio con calidad de vida”, contempla el desarrollo de la economía plateada, utilizando la capacidad de la comunidad autónoma de posicionarse como un territorio líder en cuanto al envejecimiento activo y saludable y en la implementación de servicios sanitarios y de atención innovadores, la investigación biomédica y el desarrollo urbanístico.

5.8.7. Fondo Social Europeo +

Este Fondo es un instrumento financiero de la Unión Europea que forma parte de su Política de Cohesión y promueve acciones que supongan una mejora en las políticas laborales, sociales, educativas y de formación de la UE. El Fondo Social Europeo + reúne cuatro instrumentos de financiación que habían estado separados en periodos anteriores, como son el Fondo Social Europeo (FSE), el Fondo de Ayuda Europea para las Personas Más Desfavorecidas (FEAD), la Iniciativa de Empleo Juvenil y el Programa de la Unión Europea para el Empleo y la Innovación Social (EaSI). El FSE+ financia la aplicación de los principios del Pilar Europeo de Derechos Sociales a través de acciones en los ámbitos del empleo, la educación y las cualificaciones y la inclusión social.

Un ejemplo de un proyecto financiado en parte con estos fondos es el *Day Care Centres for the Elderly (KIFI)* en Grecia. Los centros KIFI son estructuras abiertas de atención para personas mayores que no pueden llevar a cabo una vida 100% independiente. Gracias a estos centros que incluyen servicios de enfermería, higiene personal y actividades de ocio, los KIFI logran mantener a las personas mayores en sus entornos sociales evitando la institucionalización.

Otro ejemplo es *RuralCare*, un proyecto de innovación en servicios sociales llevado a cabo en España y que consiste en el diseño, puesta a prueba y evaluación de un enfoque innovador sistémico para la provisión de cuidados integrados de larga duración sostenibles e individualizados a personas residentes de zonas rurales. El proyecto realiza una segmentación de los hogares en riesgo, considerando su situación individual y el entorno; a partir de ello ofrece servicios de proximidad, apoyo a la familia, cuidados sanitarios, adaptaciones del hogar y productos de apoyo y participación en la comunidad.

5.8.8. Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER)

Otro de los Fondos que forma parte de la Política de Cohesión Europea es el Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER), cuyo objetivo es contribuir a reducir las diferencias entre los niveles de desarrollo de las regiones europeas y mejorar el nivel de vida en las regiones menos favorecidas.

Los fondos FEDER financian ayudas directas a las inversiones realizadas en las empresas para crear empleos sostenibles, infraestructuras vinculadas especialmente a la investigación y la innovación, a las telecomunicaciones, al medio ambiente, a la energía y el transporte e instrumentos financieros para apoyar el desarrollo regional y local y favorecer la cooperación entre las ciudades y las regiones.

Una de sus prioridades estratégicas consiste en contribuir a la construcción de una Europa más inteligente, mediante la innovación, la digitalización, la transformación económica y el apoyo a las pequeñas y medianas empresas y en una Europa más social que apoye, entre otras, la inclusión social. Así pues, iniciativas que promuevan el desarrollo económico a través de la innovación y la inclusión social pueden ayudarse de este tipo de fondos para la realización de sus actividades.

5.8.9. Fondo Europeo Agrario de Desarrollo Rural (FEADER)

Estos fondos financian la contribución de la Política Agraria Común (PAC) a los objetivos de desarrollo rural de la UE que esencialmente son el aumento de la competitividad de la agricultura y la silvicultura, la garantía de la gestión sostenible de los recursos naturales y la acción por el clima y el desarrollo territorial equilibrado de las economías y comunidades rurales, incluyendo la creación y conservación del empleo.

Los Estados ejecutan la financiación de los FEADER a través de programas de desarrollo rural (PDR) cofinanciados por los presupuestos nacionales. Los PDR pueden, entre otras acciones, apoyar la iniciativa de los pueblos inteligentes para ofrecer un conjunto de herramientas que fomenten, posibiliten y amplíen la innovación en las zonas rurales atendiendo a los desafíos comunes que se plantea a su población como la despoblación, la falta de servicios básicos o la falta de conectividad.

5.8.10. Horizon Europe

Horizon Europe es el programa marco de investigación e innovación de la UE. Su objetivo general es alcanzar un impacto científico, tecnológico, económico y social de las inversiones de la UE en investigación e innovación, fortaleciendo de esta manera sus bases científicas y tecnológicas y fomentando la competitividad de todos los Estados miembros. Su estructura se basa en tres pilares: la ciencia excelente, los desafíos globales y la competitividad industrial europea y por último la Europa innovadora.

El segundo pilar contempla diferentes clusters donde se lleva a cabo su actividad. Estos son los clusters de salud, cultura, creatividad y sociedad inclusiva, seguridad civil para la sociedad, mundo digital, industria y espacio, clima, energía y movilidad, recursos alimentarios, bioeconomía, recursos naturales, agricultura y medio ambiente. Como vemos son todas áreas en las que se puede impulsar proyectos que promuevan la innovación en envejecimiento activo y la participación ciudadana.

Uno de los proyectos más importantes a nivel europeo en relación con las posibilidades de una sociedad longeva fue el MOPACT (*Mobilising the potential of active ageing in Europe*), que tuvo como punto de

partida los objetivos planteados por la versión previa del programa Horizon Europe, el Horizon 2020. Su objetivo era aportar pruebas a través de la investigación y de datos prácticos, sobre cómo la longevidad puede ser un activo para el desarrollo social y económico.

Actualmente en el marco del Cluster 2 se están abordando como tema estratégico los efectos socioeconómicos del envejecimiento de la sociedad, con fondos para proyectos que trabajan sobre el impacto de la longevidad y las posibilidades para la economía planteada. Esto demuestra la prioridad que se da en el contexto europeo a los proyectos que contemplan la promoción de modelos económicos que reconozcan las ventajas de la longevidad para el desarrollo de ciertos mercados más allá del sanitario, como el turístico o el cultural.

6. Conclusiones

Los países de la Unión Europea presentan una serie de retos comunes como consecuencia del aumento de la longevidad de su población. Algunos de los más importantes son los siguientes: una reducción y envejecimiento de la fuerza de trabajo, mayores y más complejas necesidades sanitarias y de cuidados, zonas rurales especialmente envejecidas y con tendencia a la despoblación y vulneración de derechos a través de conductas edadistas y de falta de una garantía de ingresos mínimos adecuados. Aun así, las políticas y estrategias que se lleven a cabo para hacer frente a dichos retos deben diseñarse *ad hoc*, pensando en las particularidades del territorio y la idiosincrasia de su población.

Abordar la heterogeneidad que representa el colectivo de personas mayores es fundamental a la hora de definir políticas de activación en la Unión Europea. Para ello, es necesario comprender que la diversidad emerge de factores culturales, socioeconómicos, de género, de lugar de residencia, de salud y de preferencias individuales. Las políticas que consigan tener éxito en lo que al envejecimiento activo se refiere serán aquellas capaces de centrarse en la persona, y por lo tanto sean flexibles e inclusivas.

Si bien en la mayoría de los Estados miembro de la Unión Europea se garantizan prestaciones económicas en concepto de pensión, una sociedad longeva requiere de otro tipo de políticas más ambiciosas, que tengan en cuenta una protección integral de los derechos de las personas mayores y una comprensión de que el proceso de envejecimiento es individual y obliga a respetar la voluntad de cada persona.

Las diferencias en la capacidad que cada país tiene para posibilitar el envejecimiento activo de su población vienen marcadas no sólo por la situación económica del país, sino también por sus antecedentes históricos, sus infraestructuras y su capital social (Maj-waśniowska et al., 2018). En este sentido, tal y como argumenta Klimczuk (2016), los países mejor

preparados para abordar los desafíos del envejecimiento de su población son aquellos que cuentan con una sólida infraestructura, capital humano y capital social. Pero como se ha podido observar en este estudio, las diferencias entre los Estados miembro en cuestiones como la formación a lo largo de la vida o la participación en el mercado de trabajo son importantes y requieren de medidas específicas que puedan fortalecer sus sistemas y empoderar a la población de edades avanzadas.

En este sentido, la adopción de una estrategia europea que aborde la longevidad de manera holística y que ponga en el centro a la persona y sus derechos es clave para avanzar en una Europa con una población de edad cada vez más avanzada. Para su definición será fundamental hacer partícipes a las diferentes organizaciones de la sociedad civil, la administración, los prestadores de servicios y profesionales, entre otros actores, además de poner el foco en la investigación y la innovación para promover un envejecimiento activo y saludable del que pueda beneficiarse el conjunto de la sociedad europea.

Las políticas públicas dirigidas a dar respuestas a los retos de la longevidad deben contemplar a su vez las oportunidades que una sociedad de edad avanzada puede ofrecer en términos de desarrollo económico, de la mano de la economía plateada. Con un grupo de consumidores cada vez más numeroso, las oportunidades de negocio en áreas como la salud, las viviendas adaptadas, el ocio y el turismo o los cuidados de larga duración son evidentes. A su vez, el crecimiento de dichos mercados puede generar puestos de trabajo tanto de forma directa como indirecta.

Potenciar la economía plateada no implica únicamente considerar el crecimiento asociado a los bienes y servicios que consumen las personas mayores, sino también tener en cuenta todos aquellos beneficios que genera una economía que incluye la perspectiva de la población de mayor edad. La exigencia de dar respuesta a las necesidades de este grupo etario conduce necesariamente a poner el foco en la innovación de productos y servicios que puedan mejorar su calidad de vida.

La economía plateada, por lo tanto, ayuda a redefinir la perspectiva sobre la que se aborda la longevidad. Permite pensar más allá de las viejas narrativas del envejecimiento, en las que este se trata como un problema asociado principalmente al gasto público, para poder pensar en términos de inversión y de sostenibilidad económica. Apostar por el desarrollo de la economía plateada significa también apostar por un envejecimiento saludable y activo, ya que muchos bienes y servicios que se desarrollan en el mercado y que generan un beneficio monetario pueden mejorar la calidad de vida de las personas y fomentar la cohesión social, incluyendo a las personas de todas las edades en la definición de respuestas innovadoras y disruptivas a necesidades complejas y cambiantes.

Bibliografía

ACCIÓ (2022). The silver economy in Catalonia. Snapshot. Generalitat de Catalunya. Disponible en: <https://catalonia.com/key-industries-technologies/health-life-sciences/silver-economy>

Acemoglu, D., Restrepo, P. (2017). Secular Stagnation? The Effect of Aging on Economic Growth in the Age of Automation. *American Economic Review: Papers & Proceedings 2017*, 107(5): 174–179. Disponible en: <https://doi.org/10.1257/aer.p20171101>

Alcaide, J. C. (2020). Silver Economy: Mayores de 65 el nuevo target. Madrid. LID Editorial. Colección Acción Empresarial.

Alemaný, R., Ayuso, M. (2020). Evolució del Programa “Adaptació funcional de la llar de les persones grans i/o dependents” Anàlisi estadística i econòmica (enfocament cost-benefici) (Període 2012-2017). Centre de Vida Independent. Disponible en: <https://cvi-bcn.org/recerca/>

Alemaný, R., Céspedes, L., Ayuso, M. (2021). Calidad de vida de los adultos mayores en España y en Europa. Indicador ODSIVDS65+. RISKCenter, Cátedra UB-Escuela de Pensamiento Fundación Mutualidad de la Abogacía sobre Economía del Envejecimiento. Disponible en: <https://fundacionmutualidadabogacia.org/indicador-de-vida/>

Alén González, M. E., Domínguez Vila, T., Losada Sánchez, M. N. (2015). Análisis de los determinantes de la decisión de viajar de los senior españoles. *Estudios y Perspectivas en Turismo*, Vol 24. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5205729>

Álvarez Diez, R. C., Vega Esparza, R. M., Bañuelos-García, V. H., Villagas Santillán, M. T., Llamas Félix, B. I., Arredondo Luna, V., Hernández Ponce, J. R., García Martínez, F. de M., Alvarado-Peña, L. J., & López-Robles, J. R. (2022). Silver economy and entrepreneurship, an emerging innovative area: An academic, scientific and business framework for building new knowledge. *Iberoamerican Journal of Science Measurement and Communication*, 2(3). Disponible en: <https://doi.org/10.47909/ijsmc.45>

Álvarez Sousa, A. (2018). Estado de bienestar y turismo para todos. Motivos para no viajar. *Cuadernos de Turismo*, (41). Disponible en: <https://doi.org/10.6018/turismo.41.326941>

Andújar Nagore, I. (2022). Educación financiera y personas mayores: evidencias y experiencias para el caso español. *Panorama Social*, N.º 35. Disponible en: <https://www.funcas.es/revista/educacion-financiera-en-espana-balance-y-perspectivas/>

Araújo, L., Ayala, A., Calderón-Larrañaga, A., Fernández-Mayoralas, G., Forjaz, M. J., González-Herrera, A., Ribeiro, O., Rodríguez-Blázquez, C., Rodríguez-Rodríguez, V.; Rojo-Pérez, F. & Zorrilla-Muñoz, V. (2021). “Sumando Vida a los Años. Propuesta para combatir la soledad y promover una buena salud mental en personas mayores”. *Policy Brief, Proyecto QASP*. Disponible en: <https://envejecimientoenred.csic.es/disponible-el-documento-resumen-del-proyecto-qasp-sobre-salud-mental-soledad-y-envejecimiento-saludable-y-activo-en-el-que-participan-investigadores-del-iegd-csic/>

Arroyave Zambrano, P. M., Acampo Arias, J., Sánchez Velázquez, S.P., Vega, O.A. (2020). Inclusión digital como opción aportante al envejecimiento activo. *E-Ciencias de la Información*, vol. 10, núm. 2, pp. 123-136. Disponible en: <https://doi.org/10.15517/eci.v10i2.39522>

Augustine, A. (2017). Fintech para Baby-Boomers: Seguir el dinero. Servicio de Estudios Económicos del BBVA de EEUU. Disponible en: <https://www.bbvaesearch.com/publicaciones/eeuu-fintech-para-baby-boomers-seguir-el-dinero/>

Avendano, M., Cylus, J. (2019). Working at older ages: why it's important, how it affects health, and the policy options to support health capacity for work. World Health Organization. Disponible en: <https://euro-who.int/publications/i/working-at-older-ages-why-it-s-important-how-it-affects-health-and-the-policy-options-to-support-health-capacity-for-work-study>

Ball, C. (2018). Active Ageing through Social Partnership and Industrial Relations in Europe. Disponible en: <https://www.agediversity.org/wp-content/uploads/2019/04/ASPIRE-Evidence-report.pdf>

Banco de España (2016). Encuesta de Competencias Financieras. Disponible en: <https://www.bde.es/wbe/es/estadisticas/temas/encuestas-hogares-individuos/encuesta-competencias-financieras/>

Baños-Martínez, V., Limón Mendizabal, M. R. (2022). Research on scientific production in relation to the Silver Economy. *Techno Review. International Technology, Science and Society Review*, 12(4), 1-11. Disponible en: <https://doi.org/10.37467/revtechno.v11.4470>

Barranco Avilés, M. C., Vicente Echevarría, I. (2020). La discriminación por razón de edad en España. Conclusiones y recomendaciones para el contexto español desde un enfoque basado en derechos. HelpAge International España. Disponible en: <https://www.decadeofhealthyageing.org/es/find-knowledge/resources/publications/detail/la-discriminación-por-razón-de-edad-en-españa>

Beridze, G., Ayala, A., Ribeiro, O., Fernández-Mayoralas, G., Rodríguez-Blázquez, C., Rodríguez-Rodríguez, V., Rojo-Pérez, F., Forjaz, M. J., & Calderón-Larrañaga, A. (2020). Are Loneliness and Social Isolation Associated with Quality of Life in Older Adults? Insights from Northern and Southern Europe. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(22), 8637. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/ijerph17228637>

Berlingieri, F., Colagrossi, M. and Mauri, C. (2023). Loneliness and social connectedness: insights from a new EU-wide survey. European Commission. Disponible en: <https://publications.jrc.ec.europa.eu/repository/handle/JRC133351>

Bloom, D. E. (eds) (2019), Live Long and Prosper? The Economics of Ageing Populations, CEPR Press. Disponible en: https://cepr.org/publications/books-and-reports/live-long-and-prosper-economics-ageing-populations#392513_392551_389009

Bloom, D.E., Khoury, A., Algur, E. et al. (2020). Valuing Productive Non-market Activities of Older Adults in Europe and the US. *De Economist* 168, 153-181. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s10645-020-09362-1>

Bogataj, D., Bolarín, F., Kavšek, M., Rogelj, V. (2020). Smart Silver Villages as part of Social Infrastructure for Older Adults in Rural Areas. *IFAC-PapersOnLine*. 53. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.ifacol.2020.12.1233>

Bughin, J., Manyika, J., Woetzel, J. (2016). Urban world: the global consumers to watch. McKinsey Global Institute. Disponible en: <https://www.mckinsey.com/featured-insights/urbanization/urban-world-the-global-consumers-to-watch>

Cabezas-Mejía, M. E., Muñoz-Atiaga, D. R., Ruiz-Alban, D.A., Tigse-Ugsha, S.C. (2021). El tiempo libre y el ocio en el mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor. *Dominio de las Ciencias Vol 7, núm. 4, Agosto Especial*, pp. 1053-1070. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.23857/dc.v7i4>

Calderón-Jaramillo, M., Zueras, P. (2023). Cared and uncared populations: understanding unmet care needs of older adults (65+) across different social care systems in Europe. *Eur J Ageing* 20, 11. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s10433-023-00760-3>

Cambero Rivero, S., & Baigorri Agoiz, A. (2019). Envejecimiento activo y ciudadanía senior. *Empiria. Revista De metodología De Ciencias Sociales*, (43), 59–87. Disponible en: <https://doi.org/10.5944/empiria.43.2019.24299>

Cambero Rivero, S., Díaz Galván. (2019). Aprendizaje a lo Largo de la Vida como estrategia de envejecimiento activo. Caso de estudio de la Universidad de Mayores de Extremadura. *Revista de Sociología de la Educación (RASE) 2019, vol. 12*. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.7203/RASE.12.1.13227>

Canal Oliveras, R. (2019). Los diez retos de las políticas locales de envejecimiento en España. Capítulo 6 del libro *Edades en transición. Envejecer en el siglo XXI. Edades, condiciones de vida, participación e incorporación tecnológica en el cambio de época*. Ed. Ariel.

Cano Collado, L. A., Priego Álvarez, H.R., Rodríguez Santos, R. A. (2021) Turismo Senior, perfil del turista y sus motivaciones de viaje: una revisión sistematizada. *Societas. Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas. vol. 23, núm. 2*. Disponible en: <http://portal.amelica.org/ameli/jats-Repo/341/3412237013/index.html>

Carlstedt, A. B., et al. (2018). A Scoping Review of the Incentives for a Prolonged Work Life after Pensionable Age and the Importance of “Bridge Employment”. Disponible en: <http://10.3233/WOR-182728>

Carrasco Paniagua, C., et al. (2022). Recuperación funcional al alta y a tres meses tras una intervención multicomponente de ejercicio físico en ancianos hospitalizados en una unidad de agudos de geriatría. *Revista Española de Geriatría y Gerontología. Vol. 57 (156-160)*. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.regg.2022.01.007>

Casabianca, E., Kovacic, M. (2022) Loneliness among older adults – a European Perspective. *JRC Science for Policy Briefs Series, European Commission, Joint Research Centre*. Disponible en: <https://publications.jrc.ec.europa.eu/repository/handle/JRC129421>

Casal Rodríguez, B., Rivera Castiñeira, B., Rodríguez-míguez, E. (2023). El coste de la soledad no deseada en España. Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada. Disponible en: <https://www.soledades.es/estudios/el-coste-de-la-soledad-no-deseada-en-espana>

Castillejo, A. (2021). El primer cohousing de España está en Málaga, acaba de cumplir 30 años y esta es su historia. 65 y más. Disponible en: https://www.65ymas.com/sociedad/primer-cohousing-espana-cumple-30-anos_24160_102.html

Centro de Investigación Ageingnomics (2021). Ranking de territorios por la economía senior. Fundación Mapfre. Disponible en: <https://ageingnomics.fundacionmapfre.org/ranking-de-territorios/>

Centro de Investigación Ageingnomics (2022). II Mapa del Talento Sénior 2022. Fundación Mapfre. Disponible en: <https://ageingnomics.fundacionmapfre.org/publicaciones/mapa-talento-senior/mapa-de-talento-senior-2022/>

Centro de Investigación Ageingnomics (2023). Monitor de Empresas de la Economía Senior. Fundación Mapfre. Disponible en: <https://ageingnomics.fundacionmapfre.org/publicaciones/monitor-empresas/>

Centro de Investigaciones Sociológicas (2023). Barómetro de junio 2023. Postelectoral elecciones municipales y autonómicas 2023. Número de estudio 3410. Disponible en: https://www.cis.es/cis/opencm/ES/1_encuestas/estudios/ver.jsp?estudio=14723

Cizelj, B. (2023). Silver economy – a reply to challenges of population aging. *Mednarodno Inovativno Poslovanje, Journal of Innovative Business and Management*, N.º. 14(2), 1-5. Disponible en: <https://doi.org/10.32015/JIBM.2022.14.2.10>

Comercio, M., Edvardsson, B., Vigolo, V. (2022). Fifty Years of Research on Silver Economy: A Bibliometric Analysis En Sinergie. *Italian Journal of Management (1983 -)* . Vol. 40 No. 3. Disponible en: <https://ojs.sijm.it/index.php/sinergie/issue/view/53>

Comercio, M., Edvardsson, B., Vigolo, V. (2022). Framing Silver Economy in a management perspective: from practice to theory. En Sinergie. *Italian Journal of Management (1983 -)* . Vol. 40 No. 3. Disponible en: <https://ojs.sijm.it/index.php/sinergie/issue/view/53>

Comisión de las Comunidades Europeas (2006). Comunicación de la Comisión. El futuro demográfico de Europa: transformar un reto en una oportunidad. Disponible en: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=COM:2006:0571:FIN>

Comisión Europea (2011). Comunicación sobre políticas de la UE y voluntariado: Reconocimiento y fomento de actividades voluntarias transfronterizas en la UE, COM(2011) 568 final. Disponible en: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/ES/TXT/?uri=CELEX%3A52011DC0568>

Comisión Europea (2020). Informe de la Comisión al Parlamento Europeo, al Consejo, al Comité Económico y Social Europeo y al Comité de las Regiones sobre los efectos del cambio demográfico. Disponible en: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/ES/TXT/?uri=CELEX:52020DC0241>

Comisión Europea (2021). Libro verde sobre el envejecimiento. Fomentar la solidaridad y la responsabilidad entre generaciones. Disponible en: <https://op.europa.eu/s/yKwO>

Consejo Estatal de las Personas Mayores, (2018). Proyecto Estrategia Nacional de Personas Mayores para un Envejecimiento Activo y para su Buen Trato 2018–2021. Madrid, IMSERSO. Disponible en: <https://www.siiis.net/es/documentacion/ver-seleccion-novedad/532000/>

Council of the European Union, (2007). Resolution of the Council of the European Union: “Opportunities and challenges of demographic change in Europe” (6226/07) 22 February 2007. Disponible en: http://www.silvereconomy-europe.org/ec_policies/eu-policy_en.htm

D’Ambrogio, E., (2023). Cohesion and ageing society in the EU. Briefing. European Parliamentary Research Service. Disponible en: [https://www.europarl.europa.eu/thinktank/en/document/EPRS_BRI\(2023\)747104](https://www.europarl.europa.eu/thinktank/en/document/EPRS_BRI(2023)747104)

Dal Bianco, C., Trevisan, E. & Weber, G. (2015). “I want to break free”. The role of working conditions on retirement expectations and decisions. *Eur J Ageing* 12, 17–28. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s10433-014-0326-8>

Dalli Almiñana, M.A. (2021). Seguridad económica, protección social y derecho al trabajo. Cuaderno 4: Colección Construyendo una sociedad inclusiva y amigable con las personas mayores desde los derechos. HelpAge International España. Disponible en: <https://www.helpage.es/construyendo-una-sociedad-inclusiva-y-amigable-con-las-personas-mayores/>

Eatock, D., (2015). The silver economy: Opportunities from ageing. European Parliament. Disponible en: [https://www.europarl.europa.eu/thinktank/en/document/EPRS_BRI\(2015\)565872](https://www.europarl.europa.eu/thinktank/en/document/EPRS_BRI(2015)565872)

Erceg, E. (2017). Silver Economy: Demographic Change and Economic Opportunity. *Interdisciplinary management research XIII*. Disponible en: https://www.academia.edu/33218504/Silver_Economy_Demographic_Change_and_Economic_Opportunity

Eurofound (2017). European Quality of Life Survey 2016: Quality of life, quality of public services, and quality of society, Publications Office of the European Union, Luxembourg. Disponible en: <https://www.eurofound.europa.eu/es/eqls2016>

European Commission (2015). Growing the European Silver Economy. Background paper. Disponible en: <https://digital-strategy.ec.europa.eu/en/library/growing-silver-economy-background-paper>

European Commission (2023). The impact of demographic change in a changing environment. Disponible en: https://commission.europa.eu/strategy-and-policy/priorities-2019-2024/new-push-european-democracy/impact-demographic-change-europe_en

European Commission (2021). The 2021 Ageing Report: Economic and Budgetary Projections for the EU Member States (2019–2070). Directorate-General for Economic and Financial Affairs. Disponible en: https://economy-finance.ec.europa.eu/publications/2021-ageing-report-economic-and-budgetary-projections-eu-member-states-2019-2070_en

European Commission (2018). The silver economy: final report. Directorate-General for Communications Networks, Content and Technology. Disponible en: <https://data.europa.eu/doi/10.2759/685036>

European Commission (2017). Blueprint Digital Transformation of Health and Care for the Ageing Society. Disponible en: <https://digital-strategy.ec.europa.eu/en/library/blueprint-digital-transformation-health-and-care-ageing-society>

European Commission (2021). The 2021 Ageing Report: Economic and Budgetary Projections for the EU Member States (2019-2070). Directorate-General for Economic and Financial Affairs. Disponible en: https://economy-finance.ec.europa.eu/publications/2021-ageing-report-economic-and-budgetary-projections-eu-member-states-2019-2070_en

European Observatory on Health Systems and Policies (2022). How does Spain's health sector contribute to the economy?. World Health Organization. Disponible en: <https://eurohealthobservatory.who.int/publications/i/how-does-spain-s-health-sector-contribute-to-the-economy>

European Parliament, (2011). Decisión No 940/2011/EU of the European Parliament and of the Council of 14 September 2011 on the European Year for Active Ageing and Solidarity between Generations (2012). Disponible en: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/PDF/?uri=CELEX%3A32011D0940&from=EN>

EUROSTAT (2023). EUROSTAT regional yearbook – 2023 edition. European Union. disponible en: <https://ec.europa.eu/eurostat/en/web/products-flagship-publications/-/ks-ha-22-001>

EUROSTAT (2020). *Ageing Europe – looking at the lives of older people in the EU. European Union*. Disponible en: <https://ec.europa.eu/eurostat/en/web/products-statistical-books/-/ks-02-20-655>

Fernández Orrico, F. J. (2017). La compatibilidad de la pensión de jubilación con el trabajo en la Unión Europea: una manifestación de las políticas de envejecimiento activo (con especial atención a España y Portugal). *Revista De Trabajo Y Seguridad Social. CEF*, (417), 57–88. Disponible en: <https://doi.org/10.51302/rtss.2017.1730>

Fernández Palacio, J., Ortega Cachón, I., (dirs.), (2022), III Barómetro del Consumidor Sénior: Economía Plateada (diciembre 2022). Madrid: Fundación MAPFRE. Disponible en: <https://ageingnomics.fundacionmapfre.org/barometro/iii-barometro-del-consumidor-senior-2022/>

Foster, L., Walker, A., (2015). Active and successful ageing: A European policy perspective. *The Gerontologist*, 55 (1), 83-9. Disponible en: <https://doi.org/10.1093/geront/gnu028>

Fundación La Caixa (2018). La soledad en las personas mayores: prevalencia, características y estrategias de afrontamiento. Disponible en: <https://fundacionlacaixa.org/documents/10280/1477443/soledad-personas-mayores.pdf>

Gassmann, O., Keupp, M. (2009). The “Silver Market in Europe”: Myth or Reality?. In Cabrera, M., Malanowski, N., (Eds.): *Information and Communication Technologies for Active Ageing: Opportunities and Challenges*

for the European Union. IOS Press (Assistive Technology Research Series, 23), pp. 77-90. Disponible en: https://www.academia.edu/18005313/The_silver_market_in_Europe_Myth_or_reality

Global Coalition on Aging (2019). Five Powerful Ideas for Capturing the Value of the Silver Economy. Expert insights and recommended actions from the 2019 High-level Forum on the Silver Economy. Disponible en: <https://www.decadeofhealthyageing.org/find-knowledge/resources/publications/detail/five-powerful-ideas-for-capturing-the-value-of-the-silver-economy>

Góngora, D., López-Liria, R., Aguilar-Parra, J., Lozano-Segura, M., Montoya, A. (2018). El emprendimiento en adultos mayores y su entrenamiento como oportunidad para favorecer el envejecimiento activo. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de Psicología*. 1. 33. Disponible en: <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/1106>

González Cerezales, L., de Rosende Celeiro, I. (2017). Ocupaciones de ocio, calidad de vida y envejecimiento activo: un análisis desde las percepciones de ciudadanos mayores autónomos. *TOG (A Coruña) Vol 15. Num 27*. Disponible en: <http://revistatog.com/num27/pdfs/original1.pdf>

González González M. J., Vallejo Pascual M. E. (2023). Las personas mayores de 65 años en España: un enfoque exploratorio regional. *Anales de Geografía de la Universidad Complutense*, 43(1), 77-107. <https://doi.org/10.5209/aguc.85953>

González Quinzán, S., Mo Groba, D., Castro Martínez, P. (2022). La dimensión política del envejecimiento activo: personas mayores y participación política. *Aposta. Revista de Ciencias Sociales*, N.º. 92, pp. 87-105. Disponible en: http://www.apostadigital.com/number.php?id_num=106

Goujon, A., Jacobs-Crisioni, C., Natale, F. (2021). The demographic landscape of EU territories – Challenges and opportunities in diversely ageing regions. European Commission. Joint Research Centre, Publications Office. Disponible en: <https://data.europa.eu/doi/10.2760/658945>

Granville, G. y Hatton-Yeo. 2002. Intergenerational engagement in the UK: A framework for creating inclusive communities. En M. Kaplan, N. Henkin, N. y A. Kusano (eds). *Linking lifetimes: a global view of intergenerational exchange*. Lanham, MD: University Press of América. Disponible en: https://generationsworkingtogether.org/downloads/53aabc-130d1c6-IG%20programmes%20-%20towards%20a%20society%20for%20all%20ages%20vol23_en.pdf

Guadarrama Atrizco, V. H., Pedraza Amador, E. M., Coronado Meneses, M., & González Cadena, M. (2023). Envejecimiento demográfico: oportunidad de participación en la economía plateada a través del turismo. *Boletín Científico INVESTIGIUM De La Escuela Superior De Tizayuca*, 8(16), 40-46. Disponible en: <https://doi.org/10.29057/est.v8i16.9856>

Harper, S. (2023). Ageing Societies are a Triumph. *Population Ageing* 16,1-4. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s12062-023-09417-6>

HelpAge International España (2021). El derecho de las personas mayores a la salud y a la calidad de vida. Cuaderno 2: Colección Construyen-

do una sociedad inclusiva y amigable con las personas mayores desde los derechos. Disponible en: <https://www.helpage.es/construyendo-una-sociedad-inclusiva-y-amigable-con-las-personas-mayores/>

HelpAge International España (2021). Justicia y participación social y política de las personas mayores. Cuaderno 5: Colección Construyendo una sociedad inclusiva y amigable con las personas mayores desde los derechos. Disponible en: <https://www.helpage.es/justicia-y-participacion-social-y-politica-de-las-personas-mayores/#>

HelpAge International España (2022). La discriminación de las personas mayores en el ámbito laboral. Colección Los derechos humanos de las personas mayores en España: La igualdad de trato y la no discriminación por razón de edad. Disponible en: <https://www.helpage.es/helpage-international-espana-publica-el-informe-la-discriminacion-de-las-personas-mayores-en-el-ambito-laboral/>

ICEMD - Instituto de Innovación by ESIC (2023). Innovation Series, informe de tendencias. Disponible en: https://icemd.esic.edu/knowledge/estudios/innovation_series_turismo/

Instituto de Estudios de Ocio (2007). La experiencia de ocio y su relación con el envejecimiento activo. Universidad de Deusto. https://imser-so.es/documents/20123/0/idi120_06UDeusto.pdf/f48572e2-4be0-cf71-cb28-44a7599ce196

Instituto de Mayores y Servicios Sociales (2011). Libro blanco del Envejecimiento Activo. Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. Disponible en: <https://imser-so.es/espacio-mayores/envejecimiento-activo/libro-blanco-del-envejecimiento-activo>

Instituto de Mayores y Servicios Sociales (2023). Informe Anual del Imser-so 2022. Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030. Disponible en: <https://imser-so.es/web/imser-so/-/informe-anual-2022>

Instituto Nacional de Estadística (2015). Encuesta de Condiciones de Vida. Módulo de participación política. Disponible en: https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INESeccion_C&cid=1259949491696&p=1254735110672&pagename=ProductosYServicios%2FPYSLayOut¶m1=PYSDetalleFichaIndicador¶m3=1259937499084

Instituto Nacional de Estadística (2022). Notas de prensa. Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de Información y Comunicación (TIC) en los Hogares. Disponible en: https://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736176741&menu=ultiDatos&idp=1254735976608

Instituto Nacional de Estadística (2022). Notas de prensa. Encuesta de Discapacidad, Autonomía personal y Situaciones de Dependencia. Disponible en: https://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736176782&menu=resultados&idp=1254735573175

Instituto Nacional de Estadística (2022). Notas de prensa. Proyecciones de Población 2022-2072. Disponible en: https://www.ine.es/prensa/pp_2022_2072.pdf

Instituto Santalucía (2022). Un país para mayores. Disponible en: <https://institutosantalucia.es/un-pais-para-mayores-libro-desafio-longevidad/>

International Longevity Centre Brazil (2015). Envejecimiento activo, un marco político ante la longevidad. ILC-Brasil. Disponible en: <https://www.easp.es/project/envejecimiento-activo-un-marco-politico-ante-la-revolucion-de-la-longevidad/>

Ispierto Maté, A., Martínez García, I., Ruiz Suárez, G. (2021). Educación financiera y decisiones de ahorro e inversión: un análisis de la Encuesta de Competencias Financieras (ECF). Comisión Nacional del Mercado de Valores. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7842677>

Jetsupphasuk, M., Maestas, N. (2019). What do older workers want?. Live Long and Prosper?. *The Economics of Ageing Populations*, CEPR Press, London. Disponible en: <https://cepr.org/chapters/what-do-older-workers-want>

Jurado, M. (2023). Sällbo, el experimento de vivienda sueco que une a mayores de 70 años, jóvenes y refugiados. 65 y más. Disponible en: https://www.65ymas.com/sociedad/internacional/suecia-cohousing-intergeneracional-contra-soledad-exclusion_46801_102.html

Kan, MY., Zhou, M., Negraia, D.V. et al. (2021). How do Older Adults Spend Their Time? Gender Gaps and Educational Gradients in Time Use in East Asian and Western Countries. *Population Ageing* 14, 537–562. <https://doi.org/10.1007/s12062-021-09345-3>

Kavsek, M., Rogelj, V., and Bogataj, D. (2021). Smart Age-Friendly Environments. *Ifac Papersonline*, 54(13), 768–773. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.ifacol.2021.10.545>

Klimczuk, A. (2016). Comparative Analysis of National and Regional Models of the Silver Economy in the European Union. *International Journal of Ageing and Later Life*. Vol. 10, N° 2, pp. 31-59. Disponible en: <https://doi.org/10.3384/ijal.1652-8670.15286>

Klimczuk, A. (2021). The Silver Economy as a Constructive Response in Public Policy on Aging. En I.B. Bojanić, A. Erceg (eds.), *Strategic Approach to Aging Population: Experiences and Challenges*, (pp. 19–35). Strossmayer University of Osijek. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/352978357_The_Silver_Economy_as_a_Constructive_Response_in_Public_Policy_on_Aging

Knight-Davidson, P., Lane, P., Mcvicar, A. (2020). Methods for co-creating with older adults in living laboratories: a scoping review. *Health and Technology*. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s12553-020-00441-6>

Krzyminiewska, G. (2019). The silver economy in regional development in light of the concept of human-centred-development. *Conference Proceedings Determinants Of Regional Development*. Disponible en: <https://doi.org/10.14595/CP/01/011>

Krzyminiewska, G. (2020). Ethical dilemmas of the silver economy. *Ekonomia i Prawo*. 19. <https://doi.org/10.12775/EiP.2020.005>

Kubiak, M. (2016). Silver economy - opportunities and challenges in the face of population ageing. *European Journal of Transformation Studies*, 4(2), 18-38. Disponible en: <https://journals.indexcopernicus.com/api/file/viewByFileId/160961.pdf>

Leeson, G.W. (2017), Realizing the Potentials of Ageing. *Population Ageing* 10, 315–321. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s12062-017-9207-1>

Lenihan, A. C., McGuirk, H., Lenihan, N. (2022). Awareness and potential of the silver economy for enterprises: a European regional level study. *Small Enterprise Research*, 29:1, 6-19. Disponible en: <http://10.1080/13215906.2021.1919915>

Limón Mendizabal, M. R. (2018). Envejecimiento activo: un cambio de paradigma sobre el envejecimiento y la vejez. *Aula Abierta*, N.º 47(1), pp. 45–54. Disponible en: <https://doi.org/10.17811/rifie.47.1.2018.45-54>

Lipp, B., & Peine, A., (2022). Ageing as a driver of progressive politics? What the European Silver Economy teaches us about the co-constitution of ageing and innovation. *Ageing & Society*, 1-13. Disponible en: <https://doi.org/10.1017/S0144686X22000903>

Llorente Barroso, C. (2022). Innovación digital en el ecosistema de la silver economy para responder a las discapacidades derivadas del envejecimiento. *II Congreso Internacional sobre Vulnerabilidad y Cultura Digital*. Disponible en: <https://congreso.provuldig2.com/ponencia/innovacion-digital-en-el-ecosistema-de-la-silver-economy-para-responder-a-las-discapacidades-derivadas-del-envejecimiento/>

Longevity & Retirement Income Solutions (2023). Las etapas de la vida sénior. Instituto Santalucía. Disponible en: <https://institutosantalucia.es/informe-las-etapas-de-la-vida-senior/>

López López, R. A., (2020). El paradigma del envejecimiento activo en Europa: conceptualización, recepción y apropiación. Granada: Universidad de Granada. <http://hdl.handle.net/10481/63883>

Luna Porta, B., Pinto Fontanillo, J.A. (2021). Aislamiento y soledad no deseada en las personas mayores. Factores predisponentes y consecuencias para la salud. Comunidad de Madrid. Disponible en: <https://www.comunidad.madrid/publicacion/ref/50318>

Maj-waśniowska, K., Wałęga, A., Wałęga, G. (2018). Silver economy, poverty and social exclusion in the european union countries. *10th Economics & Finance Conference, Rome*. Disponible en: <https://doi.org/10.20472/EFC.2018.010.023>

Mancebón Torrubia, M. J. (2022). Habilidades financieras y planificación económica de la vejez en España. *Panorama Social*, N.º 35. Disponible en: <https://www.funcas.es/revista/educacion-financiera-en-espana-balance-y-perspectivas/>

Marcaletti, F., Iñiguez-Berrozpe, T., Caravaglia, E. (2020). Ageing in Southern Europe. Emerging Perspectives and Challenges for Sociology. *Revista Española de Sociología*, 29 (1), 117-135. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.22325/fes/res.2020.08>

Marucci,g., Ciarapica, F., Poler, R. y Sanchis, R. (2021). A Bibliometric Analysis of the Emerging Trends in Silver Economy. *IFAC PapersOn-Line (Vol. 45, pp. 936 - 941)*. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.ifacol.2021.08.190>

McLoughlin, S.; Prendergast, D. and Donnellan, B. (2018). Autonomous Vehicles for Independent Living of Older Adults - Insights and Directions for a Cross-European Qualitative Study. In *Proceedings of the 7th International Conference on Smart Cities and Green ICT Systems - SMART-GREENS; ISBN 978-989-758-292-9; ISSN 2184-4968, SciTePress, pages 294-303*. Disponible en: <http://10.5220/0006777402940303>

Miller, J.B., Alexander, S., Accius, J. (2023). How Women Aged 50-Plus Are Driving The Global Longevity Economy. AARP Global Thought Leadership. Disponible en: <https://doi.org/10.26419/int.00052.079>

Monte Diego, J. del. (2017). COHOUSIN. Modelo residencial colaborativo y capacitante para un envejecimiento feliz. *Estudios de la Fundación Pilares para la autonomía personal, nº4*. Disponible en: <https://www.fundacionpilares.org/publicacion/cohousing-modelo-residencial-colaborativo-y-capacitante-para-un-envejecimiento-feliz/>

Mora Sánchez, I. (2021). Mujeres mayores: el impacto del machismo y el edadismo en su vida y sus derechos humanos. Cuaderno 6: Colección Construyendo una sociedad inclusiva y amigable con las personas mayores desde los derechos. HelpAge International España. Disponible en: <https://www.helpage.es/construyendo-una-sociedad-inclusiva-y-amigable-con-las-personas-mayores/>

Naciones Unidas (2002). Declaración Política y Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el Envejecimiento. Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento, Madrid. Disponible en: <https://www.un.org/es/conferences/ageing/madrid2002>

Nagusi Intelligence Center (2022). ¿Cómo mejorar la usabilidad de las tecnologías digitales para las personas mayores?. Disponible en: https://www.bizkaia.eus/es/web/nic#com_liferay_asset_publisher_web_portlet_AssetPublisherPortlet_INSTANCE_tomlyOyBsIVI_recursos

Nagusi Intelligence Center (2022). Principales segmentos de la población de la economía plateada. Disponible en: https://www.bizkaia.eus/documents/9027320/11569571/NIC_Segmentos+de+población+de+la+Silver+Economy_Castellano.pdf

Nagusi Intelligence Center (2023). ¿Cómo combatir la soledad no deseada en personas mayores?. Disponible en: https://www.bizkaia.eus/es/web/nic#com_liferay_asset_publisher_web_portlet_AssetPublisherPortlet_INSTANCE_tomlyOyBsIVI_nic-recursos

Nagusi Intelligence Center (2023). Noticias y tendencias de la economía plateada. Octubre 2022 – Enero 2023. Disponible en: https://www.bizkaia.eus/documents/9027320/11569571/02_2022_Oct-Ene.pdf

Nahal, S., MaThe, B. (2014) Silver Dollar – longevity revolution primer. Bank of America Merrill Lynch. Disponible en: <https://www.longfinance.net/programmes/sustainable-futures/london-accord/reports/the-silver-dollar-longevity-revolution-primer-2/>

Observatorio del Emprendimiento de España (2023): Global Entrepreneurship Monitor. Informe GEM España 2022-2023. Ed. Universidad de Cantabria. Disponible en: <https://www.gem-spain.com/informes-nacionales/>

Observatorio Estatal de la Soledad no Deseada (2021). Informe de percepción social de la soledad no deseada. Disponible en: <https://www.soledades.es/estudios/informe-de-percepcion-social-de-la-soledad-no-deseada>

Oget, Q. (2021). When Economic Promises Shape Innovation and Networks: A Structural Analysis of Technological Innovation in the Silver Economy. *Journal of Innovation Economics & Management*, 35, 55-80. Disponible en: <https://doi.org/10.3917/jie.pr1.0096b>

Organización Mundial de la Salud (2007). Ciudades globales amigables con los mayores: una guía. Organización Mundial de la Salud. Disponible en: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/43805>

Organización Mundial de la Salud (2015). Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud. Organización Mundial de la Salud. Disponible en: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/186466>

Organización Panamericana de la Salud (2021). Informe mundial sobre el edadismo. Washington, D.C. Disponible en: <https://doi.org/10.37774/9789275324455>

Organización Panamericana de la Salud (2022). Década del Envejecimiento Saludable: Informe de referencia. Washington, D.C. Disponible en: <https://doi.org/10.37774/9789275326589>

Organization for Economic Cooperation and Development, Global Coalition on Aging (2014). The Silver Economy as a Pathway for Growth Insights from the OECD-GCOA Expert Consultation. Disponible en: <https://www.oecd.org/sti/the-silver-economy-as-a-pathway-to-growth.pdf>

Ortega, I. and Guillén, M. (2022) “El treball sènior en l’economia de la longevitat.” *Revista econòmica de Catalunya*, N.º. 85, p. 55-62. Disponible en: <https://raco.cat/index.php/RECAT/article/view/400894>

Ortega, I., & Huertas, A. (2018). La revolución de las canas: Ageingnomics o las oportunidades de una economía del envejecimiento. *Gestión 2000*.

Oxford Economics (2021). Estudio de la economía de la longevidad en España. Informe para el CENIE, septiembre 2021. Centro Internacional Sobre el Envejecimiento. Disponible en: <https://cenie.eu/oxfordeconomics/index-es.html>

Paniza, J. (2015). Factores que inciden en el desarrollo del turismo de mayores. En: *Scenari de la tendence della mobilita turistica*. Aracne Editrice. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/315698627_Factores_que_inciden_en_el_desarrollo_del_turismo_de_mayores

Parlamento Europeo (2021). Informe sobre el envejecimiento del viejo continente: posibilidades y desafíos relacionados con la política de envejecimiento después de 2020. Disponible en: https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/A-9-2021-0194_ES.html

Parlamento Europeo, (2008). Resolución del Parlamento Europeo, de 21 de febrero de 2008, sobre el futuro demográfico de Europa (2007/2156(INI)). Disponible en: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/ES/TXT/PDF/?uri=CELEX:52008IP0066>

Pellitero, D., Turci, M., (2023). Los sénior, un colectivo injustamente olvidado por las marcas. 65 y más y Comscore. Disponible en: <https://www.65ymas.com/uploads/s1/13/24/18/4/la-revolucion-senior.pdf>

Peplau, L. y Perlman, D. (1982). "Perspectives on loneliness". En *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy. Encyclopedia of Mental Health*. Disponible en: <https://peplau.psych.ucla.edu/publication/>

Pérez Díaz, J. et al. (2022). *Un perfil de las personas mayores en España, 2022. Indicadores estadísticos básicos. Informes Envejecimiento en red n° 29. Madrid*. Disponible en: <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/enred-indicadoresbasicos2022.pdf>

Philip Taylor (2019) Working Longer May Be Good Public Policy, But It Is Not Necessarily Good for Older People. *Journal of Aging & Social Policy*, 31:2. pp. 99-105. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/08959420.2019.1576487>

Pinazo Hernandis, S., Bellegarde Nunes, M. D. (2018). La soledad de las personas mayores. Conceptualización, valoración e intervención. Fundación Pilares para la autonomía personal. Disponible en: <https://www.fundacionpilares.org/publicacion/la-soledad-de-las-personas-mayores-conceptualizacion-valoracion-e-intervencion/>

Pozo Menendez, E. (2020). Evaluación del espacio público para un envejecimiento activo en España: estudio de caso en las 3 ciudades más pobladas. *Territorios en formación*, N^o. 18. Disponible en: <https://doi.org/10.20868/TF.2020.18.4599>

PricewaterhouseCoopers (2013). Socio-economic impact of mHealth An assessment report for the European Union. GSMA Connected Living programme. Disponible en: <https://www.gsma.com/iot/mhealth-newscat/socio-economic-impact-of-mhealth-an-assessment-report-for-the-european-union/>

Puyol, R., Coord. (2018). Los trabajadores seniors en la empresa española. Realidades y retos. Instituto de Empresa, Observatorio de Demografía y Diversidad Generacional. Disponible en: <https://fundaciondiversidad.com/estudios/>

Regatos Soriano, R.M. (2023). Domótica y accesibilidad. Tecnologías disponibles en función de la caracterización de la persona usuaria. Centro de Referencia Estatal de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas. Disponible en: https://ceapat.imsero.es/publicaciones/informe-publicacion/-/asset_publisher/jbbrNfFLTBpz/content/domotica-accesibilidad-tecnologias-disponibles-funcion-caracterizacion-persona-usuaria/20123

Rodríguez Rodríguez, V., Rojo-Pérez, F., Fernández-Mayoralas, G., & Prieto-Flores, M.-E. (2018). ¿Cómo interpretan el envejecimiento activo las personas mayores en España? Evidencias desde una perspectiva no profesional. *Aula Abierta*, 47(1), 67-78. Disponible en: <https://doi.org/10.17811/rifie.47.1.2018.67-78>

Rodríguez, V. (2018). El marco de las políticas de vejez en Europa. *Panorama Social*, 28, 147 - 160. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6776071>

Rodriguez-Rodriguez, V., Rojo-Perez, F., Fernandez-Mayoralas, G. et al. (2017). Active Ageing Index: Application to Spanish Regions. *Population Ageing* 10, 25–40. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s12062-016-9171-1>

Rogelj, V., Bogataj, D. (2019). Social infrastructure of Silver Economy: Literature review and Research agenda. *IFAC-PapersOnLine*. N°. 52. 2680-2685. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.ifacol.2019.11.612>

Roig, R. (2021). Envejecimiento y participación política. Una mirada crítica sobre el envejecimiento activo. En: *Participación social y políticas públicas en Iberoamérica (pp.343-364)*. Universidad Externado de Colombia. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6292837>

Saboya, J. (2022). Nuevas alternativas de viviendas para mayores. 65 y más. Disponible en: https://www.65ymas.com/opinion/nuevas-alternativas-vivienda-mayores_37833_102.html

Sala, A. (2022). Envejecimiento activo, bienestar y calidad de vida en áreas rurales. Activo, bienestar y calidad de vida en áreas rurales. *Active Aging, Well-Being and Life Quality in Rural Areas (p. 241)*. Wanceulen Editorial. Disponible en: <https://doi.org/10.5281/zenodo.7466642>

Sánchez, M., Díaz, P. (2022). Active ageing policy in challenging production environments: a case study involving social partners in Spain. *Eur J Ageing*. N°. 19, pp. 509–519. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s10433-021-00650-6>

Sánchez, M., Stampini, M., Ibararán, P., Vivanco, F., Castillo, P., Buenadicha, C., Castillo, A. y Okumura, M. (2020). La economía plateada en América Latina y el Caribe: El envejecimiento como oportunidad para la innovación, el emprendimiento y la inclusión. Banco Interamericano de Desarrollo. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.18235/0002598>

Sanchis, R., Mula, J., Marcucci, G., Bevilacqua, M. (2021). A Framework Proposal for Research into Silver Labour from a Resilient Perspective. *IFAC-PapersOnLine, Volume 54, Issue 1, 2021, pp. 930-935*. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.ifacol.2021.08.189>.

Santalucía Seguros (2021). I Informe sobre Tendencias e Innovación Seniors y Silver Economy. Disponible en: <https://institutosantalucia.es/i-informe-santalucia-de-tendencias-e-innovacion-seniors-y-silver-economy-2/>

Scholz, N. (2015). eHealth - Technology for health. European Parliamentary Research Service. Disponible en: [https://www.europarl.europa.eu/thinktank/en/document/EPRS_BRI\(2015\)551324](https://www.europarl.europa.eu/thinktank/en/document/EPRS_BRI(2015)551324)

Silver Economy Network of European Regions (2005). Bonn Declaration for the Silver Economy Silver Economy as an opportunity for quality of life, economic growth and competitiveness in Europe. *1st "Silver Economy in Europe" Conference on 17 February 2005*. Disponible en: http://www.silvereconomy-europe.org/network/about/declaration_en.htm

Sirgo Álvarez, M. O. (2022). Envejecimiento activo desde una perspectiva de género. *Revista Iberoamericana De Bioética*, (19), 1-13. Disponible en: <https://doi.org/10.14422/rib.i19.y2022.003>

Spijker, J., González, J.M.G., Puga, D. (2020). Spain. In: *Ní Léime, Á., et al. Extended Working Life Policies*. Springer, Cham. Disponible en: https://doi.org/10.1007/978-3-030-40985-2_34

Street, D., Ní Léime, Á. (2020). Problems and Prospects for Current Policies to Extend Working Lives. In: *Ní Léime, Á., et al. Extended Working Life Policies*. Springer, Cham. Disponible en: https://doi.org/10.1007/978-3-030-40985-2_5

Talos, A.M., Lequeux - Dinca, A.I., Preda, M., Surugiu, C., Mareci, A., Vijulie, I. (2021). Silver Tourism and Recreational Activities as Possible Factors to Support Active Ageing and the Resilience of the Tourism Sector. *Journal of Settlements and Spatial Planning*. pp. 29-48. Disponible en: <https://doi.org/10.24193/JSSPSI.2021.8.04>

The Economist Intelligence Unit (2019). The Longevity Economy® Outlook: How people age 50 and older are fueling economic growth, stimulating jobs, and creating opportunities for all. AARP International, Washington, DC. https://www.aarp.org/content/dam/aarp/research/surveys_statistics/econ/2019/longevity-economy-outlook.doi.10.26419-2Fint.00042.001.pdf.

Tortosa, M.A., Sundström, G. (2022). El cohousing senior en España. Cambios desde la economía social en los alojamientos y en la economía de los cuidados para personas mayores. *CIRIEC-España, revista de economía pública, social y cooperativa*. 303. Disponible en: <https://doi.org/10.7203/CIRIEC-E.104.21435>

Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados (2021). Informe cualitativo sobre la participación de las personas mayores en el ámbito rural. Disponible en: <https://mayoresudp.org/que-hacemos/sensibilizacion/informe-del-mayor-udp/>

Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados (2021). Informe sobre brecha digital. Barómetro Mayores UDP. Disponible en: <https://mayoresudp.org/que-hacemos/sensibilizacion/informe-del-mayor-udp/>

Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados (2019). Informe sobre preparación a la jubilación. Disponible en: <https://mayoresudp.org/que-hacemos/sensibilizacion/informe-del-mayor-udp/>

Unión Europea (2023). Dictamen del Comité Económico y Social Europeo sobre la “Estrategia europea para las personas mayores”. Diario Oficial de la Unión Europea C 349/28, 29 de septiembre de 2023.

United Nations (2023), World Social Report 2023: Leaving no one behind in an ageing world. Department of Economic and Social Affairs of the United Nations Secretariat. Disponible en: <https://desapublications.un.org/publications/world-social-report-2023-leaving-no-one-behind-ageing-world>

United Nations Economic Commission for Europe (2018). The 2018 Active Ageing Index Analytical Report. Disponible en: <https://unece.org/population/active-ageing-index>

United Nations Economic Commission for Europe (2017). Declaración Ministerial de Lisboa. Una Sociedad Sostenible para Todas las Edades: Concienciarse del potencial de vivir más tiempo. Disponible en: https://unece.org/fileadmin/DAM/pau/age/Ministerial_Conference_Lisbon/Declaration/Declaración_Ministerial_de_Lisboa_2017_SPA.pdf

United Nations Economic Commission for Europe (2022). Declaración Ministerial de Roma 2022. “Un Mundo Sostenible para Todas las Edades: Uniendo Fuerzas para la Solidaridad y la Igualdad de Oportunidades a lo Largo de la Vida”. *Conferencia Ministerial sobre Envejecimiento de UNECE. Roma 2022*. Disponible en: <https://unece.org/2022-Rome-Ministerial-Declaration-Ageing>

Urrutia Serrano, A. (2018). Envejecimiento activo: un paradigma para comprender y gobernar. *Aula Abierta*, 47(1), 29–36. Disponible en: <https://doi.org/10.17811/rifie.47.1.2018.29-36>

Valero, D., et al. (2018). Gestión eficiente del ahorro tras la jubilación. Aprendizajes de modelos internacionales y guías de buenas prácticas. *XIII Premio Edad & Vida Higinio Raventós. Barcelona, Fundación Edad&Vida, 2018, 60 p.* Disponible en: <https://www.sis.net/es/documentacion/ver-seleccion-novedad/537146/>

Vázquez Atochero, Alfonso & Cambero Rivero, Santiago & González, Jesús. (2022). Cohousing y envejecimiento activo como medio para evitar el despoblamiento rural. La experiencia de Pescueza. *Envejecimiento activo, bienestar y calidad de vida en áreas rurales. 70-85.* Disponible en: <https://doi.org/10.5281/zenodo.7466642>

Vermeulen, T., Verstraeten, P. (2018) How is the silver economy affecting Spain and its businesses? Flanders Investment & Trade. Disponible en: https://www.flandersinvestmentandtrade.com/export/sites/trade/files/market_studies/2018-Spanje-Silver%20Economy%20Spain%202018%20website.pdf

Vicente Echevarría, I. (2021). ¿Dónde y cómo vivir? Vivir en casa, vivir en comunidad y otras alternativas residenciales. Cuaderno 3: Colección Construyendo una sociedad inclusiva y amigable con las personas mayores desde los derechos. Disponible en: <https://www.helpage.es/construyendo-una-sociedad-inclusiva-y-amigable-con-las-personas-mayores/>

VidaCaixa, (2018). Barómetro VidaCaixa. ¿Cuánto sabemos de economía?. Disponible en: <https://www.vidacaixa.es/-/f38-ndp-224-los-espanoles-suspenden-en-finanzas-personales>

Villar, F., Serrat, R. (2014). La participación cívica de las personas mayores como expresión de la generatividad en la vejez. *Estudios Interdisciplinarios sobre o Envelhecimento*. 19. 345-358. Disponible en: <https://10.22456/2316-2171.44952>

World Economic Forum (2016). The Silver Economy: How 21st-Century Longevity Can Create Markets, Jobs and Drive Economic Growth. Disponible en: https://www3.weforum.org/docs/IP/2016/HE/B20_WEF_GACA-geing_23%20March.pdf

World Health Organization (2020). Decade of Healthy Ageing 2020–2030. Disponible en: <https://www.who.int/es/publications/m/item/decade-of-healthy-ageing-plan-of-action>

World Health Organization (2023). National programmes for age-friendly cities and communities: a guide. Geneva. Disponible en: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240068698>

Zaidi, A., Howse, K. (2017). The Policy Discourse of Active Ageing: Some Reflections. *Population Ageing 10*, 1–10. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s12062-017-9174-6>

Zorrilla-Muñoz, V., Agulló-Tomás, M. S., & García-Sedano, T. (2020). La vivienda y su entorno social. Análisis cuantitativo desde las personas mayores de 50 años. *Reis: Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 170, 137–153. Disponible en: <https://www.jstor.org/stable/26976869>

Zsarnoczky, M. (2016). Innovation Challenges of the Silver Economy. *Vadyba Journal of Management* 1648-7974. 28. 105. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/312369239_innovation_challenges_of_the_silver_economy

Zubero Beaskoetxea, I., (2018). Envejecimiento activo y participación política. *Aula Abierta*, Vol. 47, pp. 21-28. Disponible en: <https://doi.org/10.17811/rifie.47.1.2018.21-28>



Plataforma de Mayores
y Pensionistas

 facebook.com/PMPplataforma

 twitter.com/PlataformaPMP



www.pmp.org.es