



Universidad de Valladolid

Facultad de Educación y Trabajo Social

MÁSTER UNIVERSITARIO EN PSICOPEDAGOGÍA

Curso 2017-2018

TRABAJO FIN DE MÁSTER

**Programas de educación para adultos y envejecimiento activo
en Vigo y Valladolid: una comparación de propuestas.**

Autora: Patricia Viso Portabales

Tutor académico: Xoán Manuel González González

Valladolid, 2018

Resumen

Los programas de Educación para Adultos y de Envejecimiento Activo han favorecido en los últimos años la participación de las personas mayores en la sociedad de una forma integral. Además, han ayudado a la renovación de la imagen y la disipación de estereotipos hacia el colectivo. Pese a esto, se siguen viendo situaciones de dependencia y desconocimiento sobre estas personas lo que lleva a la reflexión sobre si los programas que se llevan a cabo actualmente están funcionando y cómo desarrollan esta actividad. En el presente trabajo se lleva a cabo una comparación de propuestas de dos ciudades: Vigo y Valladolid, analizando los puntos fuertes y débiles de cada una.

Palabras clave

Envejecimiento activo, educación, personas mayores, comparativa, envejecimiento

Abstract

Adult Education and Active Ageing programs have favored older people to participate integrally in society. In addition, these programs have helped create a new view of this group of people breaking some stereotypes. Despite this situation, there are still situations of dependency and ignorance about the reality of the elderly. This is the reason why it is necessary to think about the programs made for these people that are currently carried out and how it works. In this document, a comparison is made between the proposals of Vigo and the proposals of Valladolid, its advantages and disadvantages are analyzed.

Keywords

Active Ageing, education, elderly people, comparison, ageing

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	5
1.1. JUSTIFICACIÓN	5
1.2. RELACIÓN DE COMPETENCIAS DEL MÁSTER	6
1.3. ESTRUCTURA DEL TRABAJO	8
2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	10
2.1. LA EDUCACIÓN Y LA EDUCACION PERMANENTE	10
2.2. EL ENVEJECIMIENTO Y LAS PERSONAS MAYORES	14
2.3. LA EDUCACION PARA ADULTOS Y EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO	21
3. ESTUDIO COMPARATIVO.....	25
3.1. APROXIMACIONES A VIGO Y VALLADOLID.....	26
3.1.1. VIGO: la 14º ciudad de España en población	26
3.1.2. VALLADOLID: la 13º ciudad de España en población	27
3.2. DESCRIPCIÓN DE LOS PROGRAMAS DE VIGO	28
3.2.1. ATEGAL: Asociación Cultural Gallega de Formación Permanente de Adultos	28
3.2.2. Afundación: programa de envejecimiento activo.....	31
3.2.3. Programa del ayuntamiento: envejecimiento activo	33
3.2.4. Programa para mayores de la Universidad de Vigo.....	34
3.3. DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN EN VALLADOLID	36
3.3.1. Programa municipal de aprendizaje a lo largo de la vida: FeCEAV....	36
3.3.2. Fundación Rondilla: programa de educación para mayores.	37
3.3.3. Programa de Envejecimiento Activo de la Diputación de Valladolid....	38
3.3.4. Programa Interuniversitario de la Experiencia de Castilla y León.....	40
3.4. COMPARATIVA ENTRE LAS PROPUESTAS VIGUESAS Y VALLISOLETANAS.....	42
4. EVALUACIÓN Y CONCLUSIONES	49
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	52
RELACIÓN DE ILUSTRACIONES Y TABLAS.....	56
ANEXOS.....	57

1. INTRODUCCIÓN

El planteamiento inicial del trabajo fue el de realizar un estudio comparativo de los programas de educación para adultos que se llevan a cabo tanto en mi ciudad natal, Vigo, como en mi ciudad de residencia actual, Valladolid. Me pareció curiosa la idea de poder llevar a cabo una comparación entre los modelos llevados a cabo en estas dos ciudades, similares en cuanto a población y niveles de prestación de servicios.

Una vez que ya puesta a investigar sobre el tema me sorprendió la variedad de propuestas para trabajar con personas mayores en ambas ciudades y ya no solo refiriéndose a la educación como tal, sino también a la promoción del envejecimiento activo como medida de mejora de calidad de vida de estas personas.

Por lo que, para realizar el presente trabajo, he valorado las propuestas que promuevan una mejora de calidad de vida de estas personas, ya sea a través de programas educativos como tal, o también a través de programas que realicen una educación mas informal: programas de envejecimiento activo. En todos ellos, como ya mencioné, el objetivo principal es erradicar la dependencia que se sufre al llegar a cierta edad, promoviendo actitudes positivas de ejercicio, aprendizaje de nuevos conocimientos, actividades de ocio, etc.

1.1. JUSTIFICACIÓN

Vivimos en la llamada Sociedad del Conocimiento, es decir, una sociedad permanentemente actualizada con el objetivo de conseguir su propio bienestar. Según Juanas y Muelas (2013), este interés social por el conocimiento se dispara en la edad adulta ya que la tendencia es conseguir una mejora en la calidad de vida. Por eso, la línea de investigación de este Trabajo de Fin de Máster va enfocada en el estudio de programas que favorezcan la mejora de calidad de vida de las personas mayores, ya sea a través de propuestas de educación para adultos o de envejecimiento activo, pero cuyo objetivo al final es el mismo: mantener a las personas mayores plenamente activas y actualizadas en la realidad de la sociedad actual.

Partiendo de la base de que la educación es posible en cualquier etapa de la vida, cabe valorar la capacidad de los adultos por hacerse responsables de su propia

educación, mostrando su interés y motivación. Además, una de las funciones principales de la educación es la socialización, factor más que importante cuando hablamos de personas adultas y calidad de vida. Acudir a cursos o participar en actividades de ocio y tiempo libre, son actos que favorecen en todo momento que los adultos interactúen con otros favoreciendo su integración social.

La educación en esta etapa se plantea como una oferta de comunicación e interacción buscando el bienestar de las personas creando un proyecto común, la participación en la sociedad. Además, busca adaptarse a las necesidades de cada individuo, así como satisfacerlas, garantizando aportar la igualdad de oportunidades.

La educación de adultos es un pilar básico de un concepto relativamente nuevo que es el envejecimiento activo, que la Organización Mundial de la Salud trató de definir para dar respuesta a la idea de implicación continua a lo largo de la vida en actividades productivas (OMS, 1989). Así, envejecimiento activo se refiere a la continua implicación social, cívica, cultural y física de las personas mayores.

Además de mejorar la calidad de vida de los adultos y favorecer su socialización, Duque y Criado (2008) añaden que los programas dirigidos a personas mayores buscan mejorar la relación del individuo con su ambiente, favoreciendo el respeto entre culturas, interés por nuevas actividades o saberes, desarrollar la opinión crítica, conocimiento de los problemas de la actualidad y mejorar la capacidad de valerse por sí mismos.

1.2. RELACIÓN DE COMPETENCIAS DEL MÁSTER

Con la realización de este trabajo se responde a la mayoría de las competencias propias del título de Máster en Psicopedagogía expuestas en la guía docente del Trabajo de Fin de Máster (Universidad de Valladolid, 2018). Además de aplicar las competencias, también se ha podido llevar a la práctica los conocimientos adquiridos a lo largo de las diferentes asignaturas en las que se compone el título.

Respecto a las siguientes competencias generales:

- *Resolver problemas en entornos nuevos o poco conocidos -de forma autónoma y creativa- y en contextos mas amplios o multidisciplinaarios.*

Este trabajo me ha ayudado adentrarme en un nuevo campo que, pese a yo tener bastantes nociones sobre educación adquiridas, nunca me había sumergido tan de lleno en el campo de la educación para adultos. A lo largo de la realización del trabajo me han ido surgiendo dudas que he podido ir resolviendo a medida que me iba adentrando más en el campo de la educación para adultos y el envejecimiento activo.

- *Tomar decisiones a partir del análisis reflexivo de los problemas, aplicando los conocimientos y avances de la psicopedagogía con actitud crítica y hacer frente a la complejidad a partir de una información incompleta.*

A través de la realización de el presente trabajo de fin de máster he ido resolviendo las dudas que me iban surgiendo gracias a los conocimientos adquiridos y al análisis de toda la información que he ido recopilando de diversas fuentes. A medida que iba avanzando en la información estudiada, tomaba decisiones sobre el trabajo por lo que ha ido evolucionando a lo largo del proceso de su realización.

- *Implicarse en la propia formación permanente, reconocer los aspectos críticos que ha de mejorar en el ejercicio de la profesión, adquiriendo independencia y autonomía como discente y responsabilizándose del desarrollo de sus habilidades para mantener e incrementar la competencia profesional.*

A través del estudio y análisis constante de nueva información para la realización de este trabajo, he podido implicarme de lleno en mi propia formación permanente en un nuevo campo para mí. Tal y como se tratará posteriormente, el ser humano nunca deja de aprender, aun más en la realización de alguna actividad tal y como un TFM en el que he tenido que responsabilizarme de mi propio desarrollo de habilidades profesionales.

Respecto a las competencias específicas:

- *Formular nuevas propuestas de mejora de la intervención psicopedagógica, fundamentadas en los resultados de la investigación psicopedagógica.*

A través del estudio y análisis de los programas llevados a cabo tanto en Vigo como en Valladolid, he podido valorar humildemente qué propuestas de mejora se podrían realizar en cada uno. Además de este análisis a unas propuestas externas he podido realizar una autoevaluación de mi propio trabajo en la que también valoro mis propias propuestas de mejora.

- *Diseñar, implementar y evaluar prácticas educativas, programas y servicios que den respuesta a las necesidades de las personas, organizaciones y colectivos específicos.*

Dado que este trabajo de fin de máster trata sobre la valoración y comparación de algunos de los programas llevados a cabo en Vigo y en Valladolid, creo que esta competencia es la que más se puede ver reflejada. Humildemente, valoro ciertas propuestas de actuación con personas mayores ofreciendo mi opinión respecto a sus debilidades y fortalezas.

1.3. ESTRUCTURA DEL TRABAJO

Este trabajo responde a un deseo de tratar de valorar qué diferencias o similitudes puede haber entre los programas de educación para adultos y envejecimiento activo llevados a cabo en dos ciudades tan distintas como similares a su vez.

Para poder llevar a cabo este análisis comparativo primero se expone una fundamentación teórica basada en tres bloques principales. Por un lado, se empieza analizando la educación permanente, haciendo un recorrido sobre la historia de esta y una aproximación conceptual. Para continuar se realiza un barrido de información sobre las personas adultas y el envejecimiento. Una vez analizados estos dos puntos, educación permanente y personas adultas, se procederá a hacer el análisis exhaustivo de la educación para adultos y el envejecimiento activo.

La segunda parte principal del trabajo es el desarrollo de la propuesta, en este caso, el estudio comparativo de las propuestas de intervención con personas adultas de las dos ciudades ya mencionadas anteriormente: Vigo y Valladolid. Para llevar a cabo este análisis lo primero que se realiza es un breve estudio de cuatro propuestas en la ciudad gallega, y otras cuatro propuestas en la ciudad castellana. A continuación, se procede a hacer una yuxtaposición de ambas ciudades y sus correspondientes programas para proceder a hacer la comparación.

Por último, desarrollare mis conclusiones principales del trabajo, empezando por realizar una breve síntesis de los contenidos expuestos en el mismo para continuar con mi opinión sobre el tema y terminar con una pequeña autoevaluación del trabajo realizado.

2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

2.1. LA EDUCACIÓN Y LA EDUCACION PERMANENTE

La educación es un concepto muy complejo que se tiende a definir como un acto en concreto, pero lejos de la realidad, atiende a multitud de experiencias y actividades, lo que hace más difícil su comprensión. Entendiéndolo como este conjunto de actividades, se puede definir la educación como un fenómeno que ocurre a todas las personas desde que nacen. La mayoría de las experiencias que se producen desde el nacimiento ya se podrían definir como educativas: el seno materno, las primeras relaciones sociales-familiares, etc. ya que, aunque en un primer momento, como se mencionaba antes, no se entendieran como un acto educativo, van formando el ser de la persona. Por lo tanto, la educación se entiende como un concepto de permanencia que tiene como objetivo lograr el desarrollo total de una persona.

Para lograr el desarrollo humano, es esencial que se produzca una educación a lo largo de toda la vida, no solo en las primeras etapas si no a cualquier edad, ya que nunca se deja de aprender ni la educación deja de estar presente en la vida de cualquier persona. La educación debe ser una herramienta que facilite el desarrollo continuo de la persona y la sociedad.

Para que se pueda producir este desarrollo continuo en las personas, es necesario dejar de entender la educación como un periodo de la vida que solo se produce en la juventud. Martín y Requejo (2005) explican esto de una forma curiosa afirmando que “el aprendizaje se realiza a lo largo de la vida (y no en un periodo determinado de la vida de una persona) y el aprendizaje se realiza a lo ancho de la vida (no únicamente en el sistema escolar). Es una reflexión a la que se debe prestar atención ya que como se mencionaba antes se debe dejar de entender la educación como un periodo, pero también se debe dejar de encasillarla en un sistema ya que la educación y el aprendizaje se puede producir en cualquier lugar.

Tal y como explicaron en la Comisión Internacional de Educación de 1996 es necesario modificar los objetivos de la educación y su utilidad. Según Jacques Delors (1996) la concepción de la educación se debe encontrar en cada persona, siendo cada

TRABAJO FIN DE MÁSTER

uno el que despierte en sí mismo las posibilidades de cada uno. Esto supone trascender la idea de la educación como una vía para obtener resultados.

A grandes rasgos, la educación permanente se entiende como un proceso continuo que se produce a lo largo de toda la vida, sin embargo, se pueden encontrar diferentes definiciones para este término donde cada autor aporta ciertas píldoras diferenciadoras a su contribución. Por un lado Cabello (2002) ofrece una definición basándose en diferentes aportaciones de otros autores así como su propio criterio, y entiende la educación permanente como “proceso continuo que prosigue durante toda la vida, con el propósito de que toda persona pueda mantenerse actualizada respecto a las transformaciones poblacionales, económicas, políticas, tecnológicas, científicas, artísticas, socioculturales y ambientales de nuestro mundo” además añade que la educación también engloba cualquier tipo de actividad o experiencia que pese a no tener necesariamente la intención de ser educativas, lo sean.

Martínez (2006) entiende la educación permanente como un proceso que dura toda la vida y engloba tanto las diferentes formas de educación como las ramas de educación, todo esto orientado a un aprendizaje eficaz. Añade que “trata de favorecer que hombres y mujeres comprendan la sociedad en la que viven, participen en la formación de la misma en un espíritu de progreso social y se formen en continuidad interdisciplinaria”. Este autor habla de la importancia de la preparación para las responsabilidades cívico-sociales ofreciente una oportunidad para que se desarrolle la personalidad del individuo.

Otra idea la ofrece López (2006) definiendo la educación permanente como “un nuevo paradigma que integra todos los niveles y áreas del sistema educativo formal y no formal, que tiene como finalidad la formación en valores y el desarrollo de aptitudes y competencias humanas, para alcanzar nuevos modos de convivencia, trabajo y organización”.

Aunque sean tres aportaciones de personas diferentes todas tienen algo en común y es que basan la educación permanente en el desarrollo de las capacidades de una persona para incluirse en la sociedad, para capacitar a un individuo a que pueda tener una opinión razonable y con criterio.

La noción de educación permanente se ha extendido considerablemente a lo largo de los años y es un término que aún sigue en constante evolución. Si hay algo que deja claro es que el sistema escolar tal y como está entendido ahora mismo no es suficiente, ya que no responde a las necesidades ni a la realidad social que vivimos, la constante evolución y el sentimiento de renovación que tiene la sociedad actual.

Para completar las definiciones y poder entender mejor el término es necesario hacer una diferenciación entre los términos de educación permanente y educación para adultos ya que son conceptos fácilmente confundibles por sus similitudes. En esta línea, Medina, Llorent García y Llorent Bedmar (2013) han diferenciado entre tres percepciones analizando las definiciones de numerosos expertos.

Por un lado, está la “Percepción naciente” refiriéndose a aquellos que explican que la Educación Permanente ha surgido a partir de la educación de adultos. Por ejemplo, Fernández (2000) afirma que, habiendo surgido el término de educación permanente en el contexto de educación de adultos, no se deben superponer ambos conceptos ya que la educación permanente nació de especialistas ajenos al sistema escolar tradicional, manteniéndose siempre en contacto con la realidad social. Esta idea también la comparte Martínez (2006:46) quien respeta la misma opinión, la educación permanente nació de la educación de adultos. Como se observa esta perspectiva mantiene la idea de que aun que un concepto haya surgido del otro, lo han hecho con dos siglos de diferencia, habiendo surgido la educación de adultos en los tiempos de la revolución francesa, por lo que es necesario diferenciarlos.

Otra de las percepciones que proponen estos tres especialistas es la “Percepción inclusiva” incluyendo a autores que defienden la imposibilidad de separar ambos conceptos y que entienden que uno forma parte del otro. Para empezar, Sánchez (1991) entiende que el significado de la educación de adultos queda incluido en la definición de educación permanente al ser un subconjunto de la misma. Esto mismo afirman López (2006) y Martín (2009) quienes convienen que siendo la edad adulta la parte más larga de la vida de un individuo, la educación de adultos es prácticamente la totalidad de la educación permanente. Es innegable que la educación de adultos ha servido de punto de partida para la educación permanente, pero aun así no se deben confundir si no que, siguiendo esta perspectiva, pese a ser una parte integrante de la otra, deben diferenciarse en todo momento.

La última perspectiva propuesta es la “Perspectiva equivalente” donde se incluyen a todos los expertos que entiendan la educación permanente y la educación de adultos indistintamente como sinónimos. Esta última aportación puede dar un concepto erróneo ya que como se ha visto anteriormente, es necesario diferenciar ambos conceptos ya que, aunque tengan similitudes, en realidad se deben separar.

Por lo tanto, siguiendo las dos primeras perspectivas y entendiendo que la educación permanente ha nacido a partir de la educación de adultos o bien que la educación de adultos forma parte de la permanente, sí que hace falta diferenciarlos. Aun así, pese a sus diferencias ambas buscan el mismo objetivo que es la formación continua, la renovación y actualización de conocimientos con el fin de mejorar la calidad de vida y fomentar una mayor participación social.

Hasta aquí queda entendido la perspectiva de la educación permanente y su diferenciación con la de adultos, esta segunda será explicada más exhaustivamente posteriormente, con relación al fomento del envejecimiento activo.

2.2. EL ENVEJECIMIENTO Y LAS PERSONAS MAYORES

Para poder adentrarnos en la educación para adultos y en el fenómeno del envejecimiento activo, es necesario valorar y estudiar las características de esta etapa de la vida. Por lo tanto, lo más importante es saber qué es el envejecimiento y cuales son las características de la etapa adulta y de las personas mayores, así como derribar todos los mitos que hay sobre estos.

Antes de nada, es necesario hacer una aproximación terminológica ya que para definir a la persona mayor y el proceso de envejecimiento se pueden encontrar infinidad de términos, así como diversas definiciones. A lo largo del transcurso de los años los términos han ido evolucionando y nos hemos ido encontrando con algunos como: persona mayor, anciano, jubilado, adulto de edad avanzada, persona de edad, tercera edad, etc. El término más neutro y recomendado por Naciones Unidas es el de persona mayor.

La ciencia encargada de estudiar a las personas mayores y el proceso de envejecimiento es la Gerontología, dentro de la cual han surgido varias especialidades destinadas a estudiar cada proceso de esta etapa. Una de estas especialidades es la gerontología educativa, que trata de analizar las capacidades de aprendizaje de las personas mayores, así como todas sus particularidades.

El envejecimiento es un fenómeno totalmente natural y dinámico que se produce a lo largo de la vida, a partir de la adolescencia y en todas las personas. Para definirlo han sido varios expertos los que utilizan el término “proceso” ya que no ocurre en un solo momento si no que es un transcurso en el cual se llevan a cabo cambios y transformaciones en varios factores.

Según la Organización Mundial de la Salud el envejecimiento es un “proceso fisiológico que comienza en la concepción y ocasiona cambios en las características de las especies durante todo el ciclo de la vida” como se explicaba antes, el envejecimiento sucede a lo largo de toda la vida no solamente en la última etapa. Además, la OMS añade que “esos cambios producen una limitación de la adaptabilidad del organismo en relación con el medio” ya que con el proceso del envejecimiento se pierden ciertas facultades de adaptación.

Garcés (2003) comparte la definición de la OMS afirmando que es un proceso en el que surgen transformaciones en el organismo que afectan a la capacidad funcional de los órganos y sistemas, haciendo que la adaptación a los estímulos se vea afectada y disminuida.

Al estudiar las aportaciones de diferentes autores y expertos se llega a la duda de cuándo se puede empezar a valorar a una persona como “mayor” ya que pueden surgir dudas según la definición. Por esto, la clasificación en etapas de la edad adulta es algo que se ha ido estudiando y valorando debido a la multitud de factores que intervienen. Un factor agravante para poder hacer esta clasificación es el aumento de la esperanza de vida, por esto la clasificación que se pueda hacer de las etapas en la vida adulta, debe estar abierta a cambios.

El envejecimiento como se ha visto es un proceso que atiende a numerosas perspectivas ya sean de edad, biológicas, sociales, psicológicas... por lo tanto es difícil establecer una sola clasificación.

Un primer criterio para poder clasificar el comienzo de las personas mayores es el cronológico, es decir, atendiendo a la edad. Según un estudio realizado por el CIS una mayoría de la población sí que considera que la edad es un marcador para valorar cuándo una persona es mayor.

Pero realmente no se debe tomar la edad cronológica como referencia sino la edad biológica. No todas las personas envejecen igual, dos personas con la misma edad pueden estar en situaciones biológicas completamente diferentes. Según el criterio biológico, al llegar a ciertas edades se pueden ir apreciando alteraciones físicas como manchas en la piel o arrugas; también pueden surgir alteraciones fisiológicas como problemas cardiovasculares; alteraciones psicológicas; y por último alteraciones sociales.

A pesar de todas las diferencias que se lleguen a hacer, la variabilidad de envejecimiento entre las distintas personas es grandiosa por lo que cualquier clasificación atendiendo a edad ya sea cronológica o biológica estará sujeta a las características de cada persona, ya que los seres humanos envejecen de distintas maneras en función de sus interacciones con el contexto sociocultural en el que viven.

Por lo tanto, queda claro que el proceso del envejecimiento es inevitable, además, atendiendo a las tendencias demográficas actuales, es necesario caer en la cuenta de que cada vez se irá alargando más gracias al aumento constante de la esperanza de vida. Tal y como se ve en la imagen a continuación, según datos del INE se puede observar el aumento progresivo de la edad media de mortalidad en España.

Mortalidad. Total Nacional. Ambos sexos.

Fecha: 2017

Dato: **83,104211** Años (Provisional)

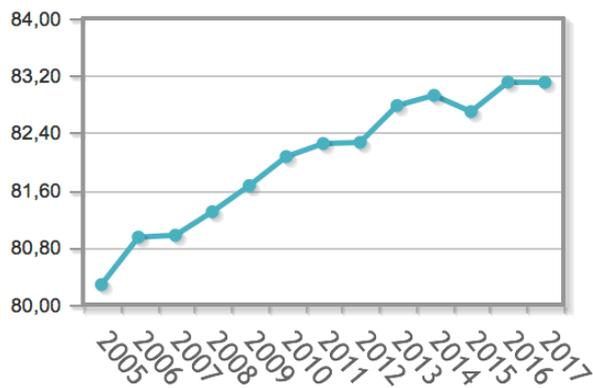


Ilustración 1: Aumento de la esperanza de vida en España. Fuente: INE (2017)

Como se ve en el gráfico anterior, desde el año 2005 cuando la esperanza de vida era de 80 años, ha estado en permanente aumento hasta llegar a la cifra actual de más de 83 años. Teniendo en cuenta que en estos últimos 12 años el aumento ha sido de 3 años de vida, no es difícil imaginar de cómo será el panorama dentro de otros diez años.

Y es por esto, que Naciones Unidas, en un estudio de 2017 sobre las tendencias de la esperanza de vida de la población mundial, apuesta por que en el año 2050 la población mayor de 60 años se haya duplicado en número. Sobre este estudio, Afundación (2017) aporta el siguiente mapa (Ilustración 2) donde se aprecia, precisamente, esta tendencia de población envejecida.

Envejecimiento poblacional mundial

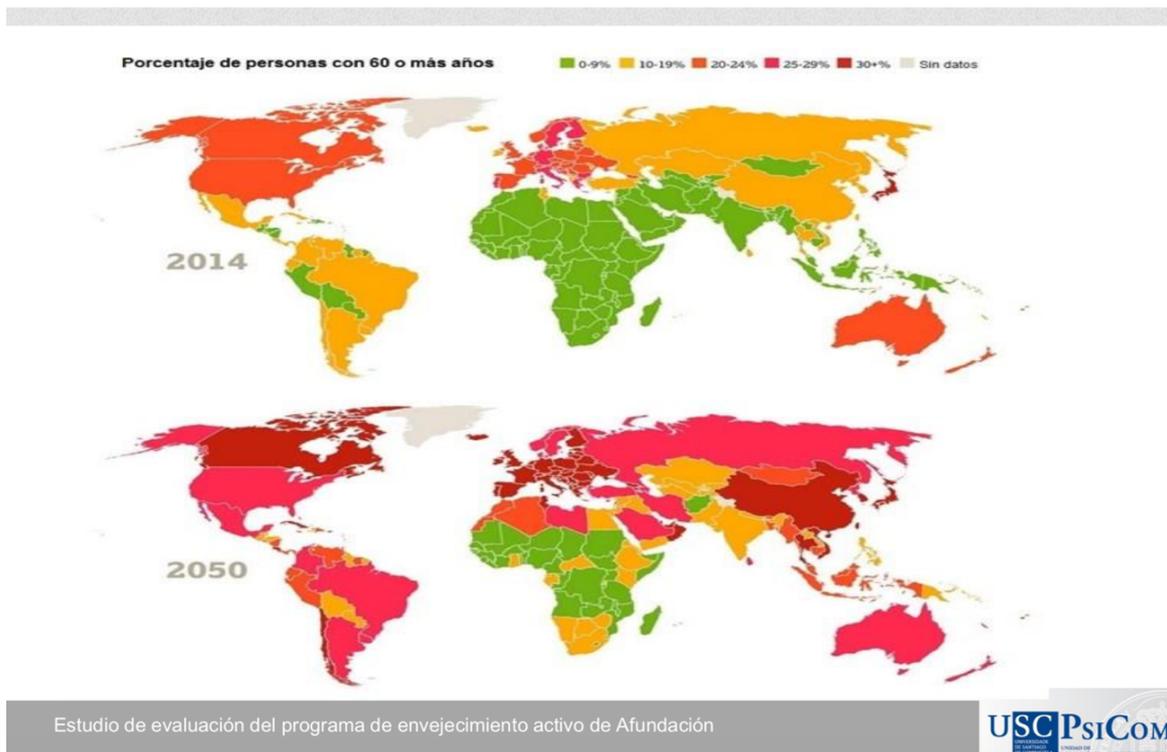


Ilustración 2: Previsión sobre la población envejecida en el año 2050. Fuente: Afundación (2017)

En el mapa de arriba, se aprecia por los colores, que el porcentaje de población mayor de 60 años en Europa y Norteamérica ronda el 25%, aumentando esta cifra hasta el 30% para el año 2050. En el caso de Sudamérica y Asia el aumento de población mayor de 60 años es proporcional al anterior previendo que, en el año 2050, el porcentaje aumente hasta 20-29%.

Sabiendo cuáles son las tendencias de la población mundial creo que se deja clara la necesidad de trabajar con las personas mayores para poder sacar el máximo provecho al proceso del envejecimiento, ya sea a través de programas educativos o de ocio. Pero, antes de nada, es necesario entender cuáles son las características de las personas mayores.

Como ya se ha ido mencionando a lo largo de este epígrafe, cada persona envejece de una forma, de ahí la dificultad de establecer unos límites cronológicos exactos. La forma de envejecer de cada individuo depende de la interacción que haya tenido con su contexto y con el medio ambiente; de factores sociales como pueden ser

su familia, relaciones sociales, trabajo, estudios, etc; de factores emocionales, psicológicos; y también de factores físicos, nutricionales, de salud, etc.

Además de las causas externas de influencia del medio ambiente en el envejecimiento de una persona, está la causa que puede ser más relevante aun: la propia persona. A lo largo de la vida, los seres humanos se van adaptando a cada situación a la que se enfrentan, lo que hará que vayan creando ciertas actitudes y comportamientos que acabaran influyendo en su propio comportamiento. Este comportamiento hará que una persona llegue a la etapa más adulta con una actitud positiva o todo lo contrario. De ahí la importancia de la participación por parte de los adultos y las personas mayores en programas de educación o envejecimiento activo, para poder prevenir posibles situaciones de dependencia.

Sobre la dependencia, el proceso de envejecimiento y las personas mayores es inmenso el desconocimiento popular que hay, lo que da lugar a la creación de mitos. Pérez (2004) analiza algunos de estos mitos:

MITO	HECHO
La persona mayor ha pasado a una fase de improductividad.	La improductividad puede interpretarse de muy diversas maneras dependiendo de las circunstancias de la persona.
Existe una progresiva retirada de los intereses de la vida.	A muchas personas no solo le siguen interesando los diversos planos sociales y familiares, sino que, además en esta etapa participan aun más.
Las personas mayores se hallan muy limitadas en sus aptitudes.	Las personas mayores tienen muchas posibilidades. Además, se ha demostrado que actualmente sus ganas de participar en actividades educativas y de ocio han crecido.
Las personas mayores son inflexibles e incapaces de cambiar y adaptarse a	Muchas personas mayores no solo son capaces de adaptarse continuamente a

nuevas situaciones.	nuevas situaciones, sino que nos enseñan a través del ejemplo.
El envejecimiento suele venir acompañada de pérdida de memoria.	La pérdida de memoria depende de otras circunstancias y se puede dar a cualquier edad, no todas las personas mayores sufren esto.
La persona mayor es una figura idílica que vive en un contexto feliz, lleno de afecto.	Existen muchas y muy variadas situaciones en esta etapa. De hecho, son numerosos los casos de personas mayores dependientes que no salen de su casa y caen en depresión. Es necesario cuidar de los mayores y hacer que su envejecimiento sea una época positiva llena de posibilidades.
El envejecimiento es una etapa totalmente negativa.	Totalmente lejos de la realidad, actualmente se observa como esta etapa puede llegar a ser la más feliz de las personas gracias a todas las posibilidades que se ofrecen.
La persona mayor es conservadora y depositaria de la medida que cumple años.	Cada persona refleja la esencia de su personalidad dependiendo del contexto en el que haya crecido y haya madurado. Cada persona es un mundo y no se debe encasillar a los mayores como conservadores.
Envejecer implica tener que renunciar a la sexualidad.	Con la edad no desaparece la sexualidad

Tabla 1: Mitos sobre la población mayor. Fuente: Pérez (2004)

Como se observa en la tabla, todos los mitos que analiza Pérez están relacionados con la visión negativa hacia las capacidades de las personas mayores, su falta de habilidad para realizar tareas cotidianas, su improductividad con nuevas tareas, inflexibilidad a la hora de adaptarse a nuevas situaciones y formas de pensar, etc.

Todos estos mitos lo que demuestran es el desconocimiento total de la sociedad hacia las personas mayores ya que como analiza el IMSERSO (2018) dando algunos indicadores y derribando todos los mitos anteriormente expuestos:

- El 53% de personas mayores inician actividades después de los 65 años.
- El 43% de los mayores quieren participar activa e integralmente en la sociedad española.
- Las personas mayores expresan voluntad de autonomía, un 87% desea vivir en su casa manteniendo las relaciones familiares intensas. Con relación a esto, un 70% contribuyen con el cuidado de sus nietos.
- El 45% de las personas mayores de 65 años gozan de buena salud, este dato en los últimos años ha crecido significativamente. A su vez, el porcentaje de personas mayores que afirman tener mala salud se redujo en 10 puntos en los últimos 20 años.
- El 86% de las personas mayores no han superado estudios primarios, pero actualmente un porcentaje significativo de personas afirman haber participado en alguna actividad educativa destinada a ellos.

Al comparar los mitos que aporta Pérez, con esos datos sobre la realidad de las personas mayores aportados por el IMSERSO, resulta sorprendente lo difícil que es que la sociedad se adapte a la realidad actual y comience a cambiar su forma de ver la vida de las personas mayores. Es por esto por lo que las entidades que trabajan con las personas mayores y los organismos públicos de cada localidad deben hacer un trabajo de sensibilización en el que se demuestren las capacidades reales de estas personas.

2.3. LA EDUCACION PARA ADULTOS Y EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO

En el primer apartado, donde se hablaba sobre la educación permanente se ha podido ver como la educación para adultos forma una parte de la educación permanente, pese a ser la segunda más reciente. Ahora se procederá a analizar más exhaustivamente el término de educación para adultos para lo que se empezará realizando un breve recorrido por su evolución.

Para empezar, se ha de entender que en la antigüedad la educación estaba muy limitada a ciertos individuos que podían recibirla, por eso era impensable que las personas adultas llegasen a recibir educación sin justificación alguna. No ha sido hasta el siglo XIX cuando la sociedad empezó a demandar este tipo de educación ya que se requería cierta adaptación a todo el proceso de industrialización, por lo que se comenzó a institucionalizar. En este momento cada país desarrollaba sus propias formas de educación para adultos dependiendo de las características sociales del momento.

En el siglo XX, debido a todas las transformaciones sociales, tecnológicas y el desarrollo de los sistemas educativos, se empezaron a consolidar programas de educación de adultos como tal. Además, en este sentido la UNESCO jugó un papel esencial gracias a las conferencias sobre educación que se fueron desarrollando. Estas conferencias fueron 5 (Denis, T. y Humberto, C. 2014):

- Conferencia Internacional de Educación de Adultos, Elsinor, 1949
- Segunda Conferencia Mundial de Educación de Adultos, Montreal (Canadá) 1960
- Tercera conferencia Internacional de Educación de Adultos, Tokio 1972
- Cuarta Conferencia Internacional sobre la Educación de Adultos, París, 1985
- Quinta Conferencia Internacional sobre la Educación de Adultos, Hamburgo, Alemania, 1997

A lo largo de estas Conferencias se fue evolucionando y discutiendo sobre el valor de la educación de adultos, se abre el camino a la Educación Permanente, se tratan vertientes económicas y educativas, y se proclama el derecho a aprender a lo largo de la vida como derecho fundamental y universal.

En España es con la Ley General de Educación en 1970 cuando se diseña el Plan de Educación Permanente de Adultos y se empieza a fomentar la apertura de aulas que fomenten este tipo de educación, de todas formas, durante años fue el país de Europa con menos implicación en este sector.

Actualmente, la educación de adultos no debe ser entendida como un proceso para adquirir conocimientos de uso profesional sino también como un enriquecimiento personal que favorezca la socialización de las personas adultas y evite su aislamiento.

Como en todo tipo de educación, en la de adultos nos podemos encontrar diversos modelos de intervención y campos en los que intervenir para que se produzca esta educación. Requejo Osorio (2003) habla de tres modelos predominantes:

- Modelo liberal: se trabaja la educación individual para conseguir el progreso personal.
- Modelo radical: se trabaja la educación colectiva con el objetivo de fomentar la participación social.
- Modelo integral: interrelaciona las dos anteriores.

El autor destaca el modelo liberal como el predominante en la educación para adultos. Y además explica que hay cuatro campos predominantes en los que intervenir en la educación de adultos:

- Alfabetización y educación básica: se refiere a aquella educación dedicada a las personas que por sus situaciones personales no han podido adquirir competencias lectoescritoras que le ayuden a interpretar la realidad. El problema del alfabetismo es que influye en numerosos factores de la persona y se ve determinado por el entorno social y cultural que rodea a la persona.
- Educación popular: es un proceso continuo de captación y transmisión de la información en el que los propios ciudadanos de una sociedad, a través de sus actos y compromiso social van enseñando ciertos conocimientos de buenas prácticas. A través de esta educación popular se pueden construir nuevas formas de actuar que provocaran nuevas formas de actuar dando respuesta a las necesidades e intereses del grupo social.

- Planes de desarrollo comunitario: se refiere a conseguir desarrollo humano hacia la mejora de su nivel de vida. Por lo tanto, a través de la educación no formal se da respuesta a las necesidades cotidianas de las personas, dando asistencia técnica y financiera. Para este campo es necesario que la comunidad participe para así poder lograr esa mejora en la calidad de vida.
- Dinámica de la formación continua: se produce tras la formación reglada mediante la cual se prepara a las personas y se las posibilita para esta formación continua con el objetivo de: producir un desarrollo personal, mejorar los conocimientos y capacidades, y trabajar los contenidos del mundo del empleo.

En conclusión, es esencial fomentar la educación en las personas mayores para conseguir un aumento de calidad de vida de las personas ya que la Educación de Adultos está pensada no solo como forma de obtener conocimientos sobre un tema y con el fin de obtener un título si no también como forma de actualización constante de información para conseguir un desarrollo social y un mayor índice de participación ciudadana, lo que dará pie a que cada individuo sea plenamente consciente de lo que pasa a su alrededor y tenga plena libertad de decisión con una base de conocimiento.

Actualmente se pueden encontrar muchos modelos de programas de educación para adultos a través de aulas, cursos, talleres, universidades para adultos, centros culturales, etc. que ayudan a que las personas mayores puedan participar activamente en la sociedad y renovar sus conocimientos. Un tipo de programa destinado a las personas mayores es el ahora conocido como “Envejecimiento Activo” que, en relación con la educación para adultos, trata de aumentar la participación continua de las personas en cuestiones culturales y ofrece oportunidades para desarrollarse y seguir aprendiendo a lo largo de la vida (IMSERSO, 2011). Además de estos factores que tienen relación con la educación para adultos y el aprendizaje a lo largo de la vida, el envejecimiento activo abarca mucho más siendo según la Organización Mundial de la Salud un “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”.

Los programas de envejecimiento activo tratan de mejorar las condiciones de vida y prevenir la dependencia de las personas mayores haciendo que todo su tiempo

libre se pueda aprovechar gratamente con infinidad de actividades que estimulen todas sus capacidades: ocio, actividades culturales, sociales, deportivas y por supuesto, de aprendizaje. Y ya no solo es aprovechar su tiempo libre si no que esto va a suponer una mejora importante en su salud.

3. ESTUDIO COMPARATIVO

Como ya se explicó en la introducción de este trabajo, el objetivo principal es realizar una comparación entre los modelos que promuevan una mejora de calidad de vida de las personas mayores, ya sea de educación o de envejecimiento activo en la ciudad de Vigo y la ciudad de Valladolid, por lo que se han escogido cuatro programas en cada una. El criterio de elección de los programas ha sido por la importancia que tienen cada uno en ambas ciudades, además de encontrar modelos comparables.

Por lo tanto, la distribución es la siguiente:

- dos modelos o propuestas realizadas por entidades de **carácter social**
- una propuesta de programa de **envejecimiento activo** promovida por el ayuntamiento de Vigo y la Diputación de Valladolid en cada caso
- la propuesta de **educación universitaria para mayores** de cada ciudad

De esta forma quedarían analizadas tanto las propuestas sociales, como las propuestas de parte de un organismo de cada ciudad y, por último, la elección de estudios universitarios, a la vez que se hace un barrido por las propuestas destinadas a la educación formal, no formal y el envejecimiento activo.

Una vez han sido explicados estos modelos, se procede a hacer una comparación y análisis entre los modelos propuestos, así como una posterior reflexión y evaluación personal.

3.1. APROXIMACIONES A VIGO Y VALLADOLID

Para poder proceder a analizar los programas llevados a cabo en Vigo y Valladolid, es necesario hacer un breve análisis sobre la situación demográfica actual en ambas ciudades y poder entender así, la realidad en cada una de ellas.

3.1.1. VIGO: la 14º ciudad de España en población

Vigo es una ciudad costera gallega, perteneciente a la provincia de Pontevedra. Según los datos que aporta el Ayuntamiento de Vigo en su web, su extensión es de 110 km² y es considerada muy joven ya que su carta de ciudadanía es de 1810.

Vigo tiene una población de más de 292 mil habitantes, según la revisión del padrón municipal del 1 de enero (INE, 2018), siendo la ciudad más poblada de Galicia y la decimocuarta de España.

Respecto a la población mayor de Vigo, entendiendo mayor a partir de 65 años, según los datos del INE, es de casi 55 mil habitantes. En la siguiente tabla se puede apreciar, dividida por grupos quinquenales, la población mayor en el año 2011:

Estadística del Padrón Continuo a 1 de enero de 2011. Datos por municipios.										
00.- Nacional										
Población por sexo, municipios y edad (grupos quinquenales).										
Unidades: personas										
Tabla	Gráfico	Mapa	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	90-94	95-99	100 y más
Ambos sexos										
36057-Vigo			15.237	11.841	11.974	8.328	4.882	1.841	512	83
Hombres										
36057-Vigo			7.073	5.234	4.842	2.974	1.480	445	103	18
Mujeres										
36057-Vigo			8.164	6.607	7.132	5.354	3.402	1.396	409	65

Tabla 2: Población mayor de 65 de Vigo. Fuente: INE (2011)

Como se puede ver, la realidad en todos los grupos de edad es que hay más mujeres que hombres mayores.

3.1.2. VALLADOLID: la 13ª ciudad de España en población

Valladolid es una ciudad perteneciente a la comunidad de Castilla y León y es capital de la provincia con la que comparte nombre. Su extensión es de casi 200 km² y su fundación se remonta al año 1072.

Según la revisión del padrón municipal del 2017 (INE), Valladolid cuenta con casi 300 mil habitantes, siendo la decimotercera ciudad más poblada de España.

Al igual que en el análisis poblacional de Vigo, respecto a los habitantes mayores de 65 años de la ciudad vallisoletana el número es casi de 65 mil. En la siguiente tabla se puede ver, dividido en grupos quinquenales, la población mayor en la ciudad de Valladolid:

Estadística del Padrón Continuo a 1 de enero de 2011. Datos por municipios.

00.- Nacional

Población por sexo, municipios y edad (grupos quinquenales).

Unidades: personas

	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	90-94	95-99	100 y más
Ambos sexos								
47186-Valladolid	19.020	14.114	13.156	9.772	5.976	2.189	633	89
Hombres								
47186-Valladolid	8.811	6.456	5.554	3.659	1.924	552	125	18
Mujeres								
47186-Valladolid	10.209	7.658	7.602	6.113	4.052	1.637	508	71

Tabla 3: Población mayor de 65 de Valladolid. Fuente: INE (2011)

Como pasaba en el caso de Vigo, la proporción de mujeres en cada grupo es mayor que la de hombres. Además, comparando tanto el número total de personas mayores como el de cada grupo quinquenal se observa la gran diferencia en cuanto al total de mayores de 65 años en ambas ciudades.

Dado que el número de habitantes total en ambas ciudades es muy parecido, con una diferencia de apenas 7 mil personas, es sorprendente la gran diferencia de población mayor dado que, en Valladolid hay 10 mil individuos mayores de 65 años más que en Vigo.

Si la diferencia de población total en ambas ciudades fuese más grande, este dato no sería demasiado relevante, pero dado que el censo poblacional nos demuestra que son ciudades demográficamente parecidas, la realidad es que la ciudad castellana está más envejecida que la ciudad gallega.

3.2. DESCRIPCIÓN DE LOS PROGRAMAS DE VIGO

Como se ha mencionado antes, la población mayor de 65 años actualmente en Vigo es de casi 50 mil personas lo que hace indispensable la existencia de programas y entidades que dirijan su actividad a este colectivo.

Afortunadamente, al llevar a cabo la búsqueda de propuestas dirigidas a los mayores, se ha podido comprobar que existe una variedad agradable de opciones dirigidas a cubrir necesidades de todos los tipos y adaptadas a distintos intereses. Por lo tanto, a continuación, se procederá a exponer los programas que se llevan a cabo en la ciudad gallega.

3.2.1. ATEGAL: Asociación Cultural Gallega de Formación Permanente de Adultos

ATEGAL basa su actividad en las **Aulas de la Tercera Edad**. Este programa nace, tal y como explican en su página web (ATEGAL 2016), por una propuesta del Jesuita Francisco Verdú Garrido en el año 1978, tomando como ejemplo las universidades para mayores que ya habían sido fundadas años antes. Estas Aulas se instituyeron en 22 ciudades de España para dar respuesta a las necesidades educativas de las personas mayores de 60 años. La institución de estas aulas pasó por una serie de etapas:

- Fase experimental (1978-1980): tras reflexiones y debates se establecieron las bases y los objetivos, así como la metodología a seguir y las áreas de actividades que se desarrollarían.
- Fase de consolidación (1980-1982): se aumentó el número de alumnos creando la necesidad de abrir más centros. Además, se innovó en actividades y programas.
- Fase de descentralización y expansión (1982-1984): cada vez las Aulas de la Tercera Edad se hacen más conocidas en España y también internacionalmente.
- Fase de normalización (1958-actualidad): el programa se siguió extendiendo hasta llegar al número actual de 98 Aulas por toda España.

En 1995 se crea la Asociación Cultural Gallega de Formación Permanente de Adultos gestionando todas las Aulas de la Tercera Edad de Galicia. Desde que se fundó, es miembro de la Confederación Española de Aulas de la Tercera Edad (CEATE).

La asociación es una entidad sin ánimo de lucro que colabora con la Xunta de Galicia para poder llevar a cabo todos los proyectos.

Uno de los objetivos principales de esta asociación es “la promoción sociocultural de las personas adultas que desean perfeccionar su formación integral contribuyendo así a la elevación del nivel cultural de la sociedad gallega” tal y como establecen en sus memorias anuales.

La forma de trabajar de ATEGAL es la siguiente, por un lado, tiene actividades permanentes que se llevan a cabo de octubre a mayo y se distribuyen en 4 áreas de conocimiento:

- Área Cultural: en la que se estudian idiomas, historia del arte e historia de Galicia, geografía, literatura, cine, etc.
- Área Ocupacional: realizan actividades de pintura, trabajo manual, teatro, informática...
- Área de Salud: esta se basa en actividades físicas como yoga, danza, taichí, talleres de memoria, charlas de alimentación saludable, caminatas, etc.
- Área de Ocio: celebran la Navidad, el magosto, el día de las Letras Gallegas, hacen viajes y visitas a museos y exposiciones, participan en congresos...

Estas áreas se llevan a cabo a través de seminarios que se realizan entre una y dos horas de duración a la semana en todas las sedes. Por otro lado, en cada localidad se pueden ofertar otras actividades complementarias.

ATEGAL analiza cada año los resultados de sus actividades, en el caso del año 2017, tal y como se ve en el gráfico el área que más llama la atención es la de salud. En el caso de Vigo están las tres muy equilibradas siendo la que más, el área Cultural.

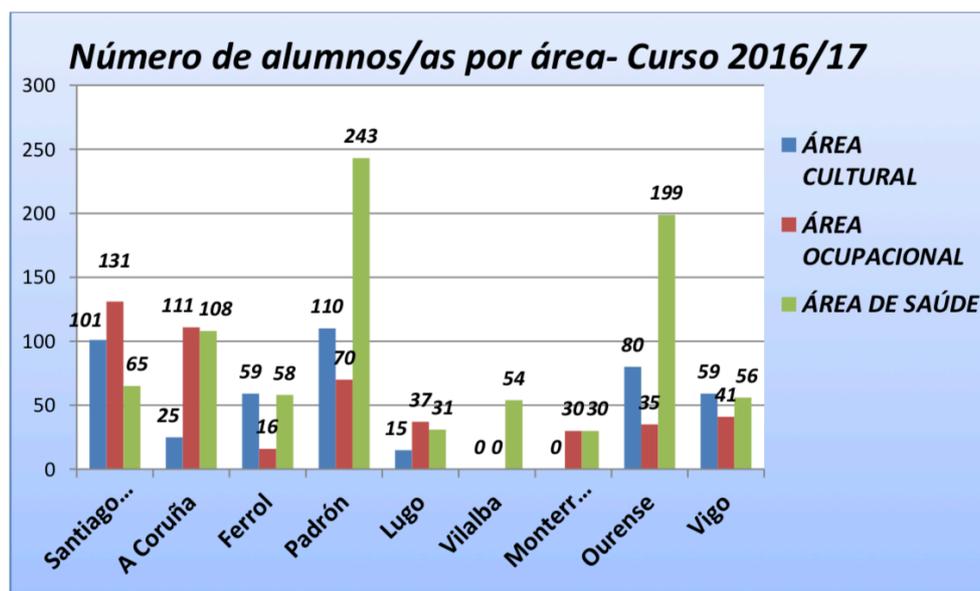


Ilustración 3: Participantes en el curso pasado de ATEGAL. Fuente: Ategal (2017)

Además de las Áreas que ofrecen de forma permanente entre los meses de octubre y mayo, ATEGAL desarrolla varios proyectos en colaboración con otras entidades, fundaciones, etc. Algunos de estos proyectos son:

- “Smart ATEGAL Ageing On way” en colaboración con la Fundación Vodafone: destinado a todas las personas mayores de 50 años de Galicia que tengan interés en las nuevas tecnologías y quieran aprender a sacarle el mayor partido. Además de en las propias sedes este proyecto se llevó a cabo en centros de día y residencias.
- “Neuronup e estimulación cognitiva” en colaboración con la Obra Social “La Caixa” se realizaron talleres de estimulación cognitiva.

- Charlas “Active post-working life”, en colaboración con la consejería de Política Social para empoderar a las personas mayores dando charlas sobre envejecimiento saludable.
- APP ATEGAL: es una aplicación desarrollada por la propia asociación destinada a ser un medio de comunicación entre los participantes y poder aportarles información de su interés. Con este proyecto fomentan el uso de las nuevas tecnologías.
- ATEGAL Senior Lab: en colaboración con empresas y marcas de tecnología se desarrollan productos pensados para los mayores.

3.2.2. Afundación: programa de envejecimiento activo.

Afundación (Fundación Galicia Obra Social) es una institución gallega privada sin ánimo de lucro que pretende dar respuesta a las demandas de la sociedad. Realizan una acción tanto educativa como social y cultural buscando el desarrollo completo de las personas.

Esta fundación gallega lleva a cabo diversos programas para dar respuesta a todos sus objetivos, uno de los programas que lleva a cabo es el de “Envejecimiento activo”.

El objetivo principal de este programa es “poner el valor la experiencia vital y profesional de los mayores, así como la difusión de una imagen social alejada de estereotipos y la divulgación del conocimiento y las buenas prácticas son la prioridad de nuestras actividades para personas mayores” (Afundación, 2018: 67).

El programa se lleva a cabo a través de tres líneas de actuación que serán explicadas a continuación. Estas actuaciones se llevan a cabo en lo que Afundación llama “espacios +60”, que son los centros repartidos por diversas localidades de Galicia. Cada espacio tiene sus actividades, horarios e instalaciones en los que las personas mayores de 55 años que quieran participar en este programa se pueden asociar.

Las actuaciones que se llevan a cabo son:

- **El valor de la experiencia.** Es indudable que la experiencia tanto vital como profesional con la que cuentan las personas mayores es mucho mayor que la de

cualquier persona joven por lo que una forma de aprovechar este talento y dar la oportunidad de que los adultos puedan participar socialmente es a través de estos talleres.

- Háblame de emigración: dentro de la actuación en la que se fomenta la experiencia de las personas mayores como forma de acercamiento entre mayores y estudiantes, se realizan encuentros en institutos en los que socios de la fundación que se ofrezcan voluntarios, cuenten sus historias de vida de emigración compartiendo experiencias, reflexiones y emociones. Afundación elabora un dossier donde exponen presentan a los participantes en esta experiencia. Además en su página web tienen un espacio dedicado a las historias de vida de los voluntarios.
 - Actividades intergeneracionales: en los espacios donde se desarrollan todas las actividades del programa, también se organizan encuentros en los que jóvenes y mayores se reúnen con una misma intención: poner de manifiesto la necesidad de luchar contra la discriminación por edad.
 - Voluntariado: otra de las formas de acercar a las personas mayores con otros colectivos es a través del voluntariado. Los socios de los Espacios +60 tienen la opción de participar voluntariamente transmitiendo experiencias, habilidades y conocimientos. Algunas de las actividades que se llevan a cabo son: ajedrez, idiomas, actuaciones de música y baile, talleres de cocina, etc. Además de estas actividades también se llevan a cabo talleres de venta de artículos artesanos elaborados por ellos mismos. Lo recaudado en los talleres se dona a otras organizaciones sin ánimo de lucro.
- **Desarrollo personal:** además de actividades que ayudan a mejorar la imagen de las personas mayores, *Afundación* lleva a cabo una serie de acciones relacionadas con la calidad de vida entre las que se encuentran:
- Hábitos saludables: a través de actividad física y mental adaptadas a las capacidades de estas personas se promueve la mejora de estos hábitos tan importantes como necesarios. Además de llevar a cabo estos ejercicios también se realizan acciones formativas como conferencias y cursos de nutrición.

- TIC: se realizan acciones relacionadas con la cultura digital. El objetivo de estas actividades es favorecer el uso práctico de las tecnologías: información y comunicación. Esto ayuda a las personas mayores a comprender la revolución tecnológica.
 - Saber+: acciones de aprendizaje de diversas materias como: finanzas, patrimonio y humanidades, idiomas, etc.
 - Expresión artística: estas actividades están destinadas a aquellos con inquietudes musicales, teatrales, artesanales o de pintura.
 - Ocio activo: organización de viajes tanto nacionales como internacionales, favoreciendo las relaciones sociales de la comunidad. Para el 2018 hay viajes programados a diversos puntos de Europa. También se realizan excursiones y recorridos para conocer el patrimonio gallego: museos, celebraciones tradicionales, etc.
- **Imagen social:** se realizan acciones que sirvan para renovar la opinión colectiva. A lo largo del año se hacen dos celebraciones: por un lado, 60+COUNTS el día Internacional de las Personas Mayores que se lleva a cabo en octubre. A través de una promoción en las redes sociales se ha logrado crear un mosaico de mensajes de apoyo. Por otro lado, en abril se celebra el Día Europeo de la Solidaridad Intergeneracional donde Afundación reivindica la necesidad de superar las discriminaciones por razón de edad.

3.2.3. Programa del ayuntamiento: envejecimiento activo

El Ayuntamiento de Vigo ofrece todos los años un programa de Envejecimiento Activo proponiendo actividades diferentes. Estas actividades se llevan a cabo en las asociaciones, centros de día o residencias que lo soliciten (pudiendo ser varias a la vez).

Las actividades que desarrolla las lleva a cabo de 3 formas diferentes:

- **Talleres para personas mayores:** el objetivo principal de este taller es la prevención de la dependencia, por lo que los destinatarios son personas de 65 años o más, que tengan autonomía total para realizar el taller solicitado y deben

estar empadronados en Vigo. Estos talleres son totalmente gratuitos. Algunos de los talleres que se ofrecen son: agilidad mental; canta con nosotros; humor positivo, mente en forma; movimiento saludable; nutrición activa; Pilates...

- **Viaja y conoce:** su objetivo principal es conocer el patrimonio de Galicia y del norte de Portugal. Al igual que los talleres están dirigidos a personas mayores de 65 años empadronadas en Vigo. Se realizan excursiones de un día de duración, visitas a poblaciones con interés cultural, visitas a lugares de interés paisajístico, jornadas de convivencia social, etc.
- **Charlas informativas de prevención para mayores:** La Concejalía de Política Social desarrolla a lo largo del año charlas informativas de prevención de la dependencia en centros cívicos, asociaciones, centros de mayores, etc. Las charlas suelen ser de hora y media de duración y se imparten por técnicos de la materia con el objetivo de hacer charlas participativas.

3.2.4. Programa para mayores de la Universidad de Vigo

Al igual que otros programas universitarios españoles, la Universidad de Vigo quiere acercar a las personas mayores la posibilidad de facilitar su desarrollo personal y social a través del Programa para Mayores en sus campus. Se trata de un programa que trata de acercar los estudios universitarios a las personas que en su momento no han podido estudiar, o a aquellos que, pese a ya haber estudiado, quieren volverlo a hacer.

Este programa universitario ofrece dos vías:

- **Ciclo intensivo:** dirigido a personas mayores de 55 años que tengan disponibilidad para realizar diversas actividades y participar en la vida académica sin necesidad de tener una titulación previa. Tiene una duración de 3 años, y se desarrolla a través de 54 créditos (540 horas). Su superación conlleva la obtención del título propio de la Universidad de Vigo de **Graduado Universitario Senior**.
- **Ciclo de especialización o integrado:** dirigido a las personas que superan el anterior ciclo o a personas mayores de 50 años que acrediten poseer un título



TRABAJO FIN DE MÁSTER

oficial de diplomado, ingeniero, o equivalente. Este ciclo dura dos años académicos, 36 créditos (360 horas). En este ciclo del programa, las personas que se matriculan acuden a clase y cursan asignaturas pertenecientes a diferentes titulaciones oficiales de la Universidad de Vigo al igual que el resto del alumnado con el mismo horario y en igualdad de condiciones. Lo único es que las personas que cursan este ciclo no tienen la obligación de pasar por los procesos de evaluación generales del grado. Su superación da lugar a la obtención del título propio de la Universidad de Vigo de Graduado Superior Senior.

La oferta de materias de la Universidad de Vigo para este programa es muy amplia y va desde historia, arte, salud, idiomas, nuevas tecnologías, sociología, ciencias y una larga lista de materias que se pueden cursar.

La lista de asignaturas del ciclo integrado son asignaturas que forman parte de las titulaciones oficiales por lo que se pueden encontrar economía, derecho, traducción, historia, geografía, biología, etc.

3.3. DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN EN VALLADOLID

Muy similar al caso de Vigo, como se explicaba antes, Valladolid tiene una cifra de población mayor de 65 años que sobrepasa las 50 mil personas. Siendo tan grande el número de mayores en la ciudad, es necesario prestarles la atención que necesitan creando actividades y programas que faciliten su socialización, aprendizaje, ocio, creación de hábitos saludables, etc.

A continuación, se expondrán las propuestas tanto de entidades sociales como públicas de la ciudad vallisoletana.

3.3.1. Programa municipal de aprendizaje a lo largo de la vida: FeCEAV

FeCEAV (Federación de Colectivos de Educación de Adultos de Valladolid) es una organización sin ánimo de lucro que entiende que la formación es un derecho prioritario de todas las personas para que estas puedan desarrollarse personal, social y laboralmente.

La actividad de esta federación comenzó hace más de 25 años en los que han participado en programas y proyectos tanto locales y provinciales como nacionales y europeos, todos ellos relacionados con el aprendizaje a lo largo de la vida.

FeCEAV actualmente está dividida en dos vías de actuación por un lado lleva a cabo el programa municipal de ALV (Aprendizaje a lo Largo de la Vida) y, por otro lado, lleva a cabo sus propios cursos y proyectos:

- **Programa municipal ALV:** es un programa que organiza a través de la Concejalía de Educación, Infancia e Igualdad, el Ayuntamiento de Valladolid. Se desarrolla a través de talleres en los que se trabaja la comprensión lecto-escritora, aprender español, clases de conducción, cultura básica, preparación para pruebas oficiales (ESO y acceso a la Universidad para mayores), talleres socioculturales e informática básica. Este programa va dirigido a un abanico mucho más amplio de población ya que pueden participar todas las personas mayores de 16 años carentes de una titulación básica. En su web se puede consultar la información sobre los módulos que se llevan a cabo.

- Además del programa municipal, FeCEAV ofrece una serie de **talleres y cursos** dirigidos a las personas adultas y mayores que quieran formarse en competencias básicas. Estos talleres se promocionan a través de su blog y se llevan a cabo en los centros cívicos de la ciudad y también en los centros y espacios de personas mayores.

La mayoría de los talleres que se realizan son relacionados con las nuevas tecnologías:

- Smartphone para todos: un proyecto en colaboración con la Fundación Vodafone. Realizan cursos de 6 horas dirigidos a personas mayores en los que se les forma sobre el manejo básico del teléfono, así como las aplicaciones básicas que recomiendan y las redes sociales.
- Curso de uso de Internet y Smartphone en Bibliotecas Municipales en el que se proporcionan nociones sobre el manejo de los recursos de las nuevas tecnologías a todos los usuarios de estas bibliotecas

Como se mencionaba antes, FeCEAV realiza su actividad en centros cívicos y de mayores en los que se van organizando grupos de actividades, por ejemplo: grupos de inglés que realizan salidas y excursiones a localidades y puntos de interés próximos a Valladolid, grupos de comandos lectores, cultura clásica, arte, juegos intergeneracionales, etc.

3.3.2. Fundación Rondilla: programa de educación para mayores.

La Fundación Rondilla está impulsada por la Asociación Vecinal con su mismo nombre. Nació con el objetivo de llevar a cabo programas educativos que fomenten la inserción sociolaboral.

El área de actuación de su actividad que dedican a la educación de personas adultas y aprendizaje a lo largo de la vida se desarrolla a través de cursos y talleres relacionados con diversos campos entre los que están la alfabetización, la formación básica, informática e internet, clases de español para extranjeros, cursos de inglés de

nivel básico y avanzado, grupos de teatro, grupos de tertulia literaria y taller de vitaminas para la memoria.

A través de estos talleres se pretende potenciar la realización personal de las personas mayores que no han podido acceder a los estudios en etapas anteriores de su vida o que simplemente quieren reforzar sus conocimientos en la actualidad.

Entre los objetivos que se propone la Fundación con este programa están: fomentar la autoestima, la confianza personal y lograr la participación de los mayores en la sociedad. Para lograrlo, utilizan una metodología participativa con la que se produce un intercambio cultural permanente de las personas que participan.

3.3.3. Programa de Envejecimiento Activo de la Diputación de Valladolid

Este programa se desarrolla dentro del Servicio de Acción Social dirigiéndose al colectivo de personas mayores de toda la provincia, con el objetivo ofrecer una atención integral a este colectivo, así como conseguir la promoción de la autonomía y la prevención de la dependencia, además de sensibilizar tanto a los mayores con la necesidad de un buen envejecimiento activo, como al resto de la población favoreciendo experiencias intergeneracionales positivas.

Para poder favorecer el envejecimiento activo, la Diputación de Valladolid apuesta por trabajar con las personas mayores a través de este programa, teniendo en cuenta cuestiones esenciales como son: todas las personas mayores, independientemente de sus características, puede **mejorar sus posibilidades** de salud, seguridad y participación; independientemente de la edad de las personas mayores se debe trabajar la promoción del envejecimiento activo ya que hay numerosos factores que pueden haber influido en su **historia previa** para no poder haber tomado medidas antes; las personas mayores forman un **colectivo muy heterogéneo** por lo que el programa se debe adaptar a todas las realidades; por último también recalcan la importancia de trabajar con la sociedad derribando todos los falsos mitos y prejuicios existentes del colectivo por eso realizan campañas de **sensibilización**.

Al igual que otros programas ya vistos, la actuación de este se divide en varias áreas de intervención:

- **Área de promoción de la autonomía y desarrollo personal:**
 - A través de cursos y talleres se trabajan todas las oportunidades formativas y de aprendizaje continuo que tienen las personas mayores. Estos cursos son impartidos por un equipo técnico que clasifica estos talleres en varias temáticas: hábitos y estilo de vida saludable, estimulación cognitiva, salud emocional y relaciones sociales. Estos cursos de promoción de la autonomía del programa de Envejecimiento Activo de la Diputación, están enmarcados dentro de una propuesta llamada “Años de Oportunidad”.
 - Desde el trabajo en grupo de las personas que acceden a los cursos, se puede acceder al servicio de apoyo individual en el que según el caso se realizan visitas domiciliarias, seguimiento telefónico, trabajo personal guiado, etc.
 - Estimulación cognitiva y psicomotriz en grupos pequeños a personas con leves pérdidas de autonomía
 - Acceso a nuevas tecnologías, experiencias de acercamiento, oportunidades de estar conectados y beneficiarse de las ventajas tecnológicas. Esto se realiza a través de cursos básicos de informática, talleres, etc.
 - Formación permanente: escuelas de invierno y de verano. Se abordan las necesidades detectadas del colectivo profundizando en temas de interés y fortaleciendo las redes de apoyo a través de ponencias, charlas, reflexiones en grupo y debates.
 - Olimpiadas de personas mayores cuyo objetivo principal es la estimulación física.

- **Área de Información y Sensibilización:** a lo largo del año se realizan campañas de información y sensibilización sobre el tema del envejecimiento, así como la promoción de una imagen social positiva del mismo:
 - Sección “la voz del aula” dentro de la revista “Sociales” en el área de Acción Social de la Diputación como medio de expresión libre para dar a conocer las iniciativas llevadas a cabo y como medio de sensibilización.

- Concurso literario sobre temas de sensibilización social destinado a personas mayores de 55 años. Con este concurso se pretende animar a la lectura y fomentar la creatividad de los mayores.
 - “Un camino para todas las edades”: en 2010, 56 personas recorrieron siete etapas del Camino de Santiago.
- **Área de Participación Social:** desde el programa se da apoyo al asociacionismo, voluntariado, participación en iniciativas comunitarias y en encuentros intergeneracionales: encuentros en centros educativos sobre cultura tradicional entre otros temas.

3.3.4. Programa Interuniversitario de la Experiencia de Castilla y León

Es una iniciativa de la Junta de Castilla y León en la que colaboran todas las universidades públicas y privadas de la Comunidad. Este programa se enmarca en las propuestas de envejecimiento activo y de aprendizaje a lo largo de la vida dando a las personas mayores la posibilidad de favorecer su crecimiento personal.

Es necesario recalcar que en Valladolid son dos universidades las que llevan a cabo el programa dirigido a personas mayores, pero para la realización de este trabajo se ha elegido la propuesta de carácter público para poder realizar una comparativa acorde con el programa de Vigo.

Los objetivos principales de este programa son facilitar el acercamiento de las personas mayores a la cultura y a la ciencia, así como favorecer las relaciones sociales tanto entre ellos como intergeneracionalmente, además de favorecer el crecimiento personal mediante reflexiones y diálogos entre los compañeros y el profesorado.

Las sedes donde se lleva a cabo este programa universitario están distribuidas por toda la comunidad, pudiendo participar aquellas personas mayores de 55 años que deseen actualizar sus conocimientos sin necesidad de tener una titulación previa.

Tal y como indican en su programa (2018), la iniciativa se lleva a cabo a través de 3 cursos y de las siguientes asignaturas:

- **Dos asignaturas obligatorias** por curso: en 1º se estudia psicología e historia; en 2º ciencia y tecnología y arte; y en 3º literatura y derecho. Cada asignatura tiene una duración de 20 horas.

- **Itinerarios:** cada persona realiza un itinerario por curso. Son optativos por lo que se puede elegir el que se quiera siempre y cuando haya disponibilidad en la sede elegida. Son de 45 horas de duración y se ofrecen los siguientes:
 - Ciencias puras y aplicadas
 - Humanidades
 - Geografía, historia y arte
 - Lengua y literatura
 - Ciencias de la vida
 - Ciencias sociales
 - Cultura, ciencia y sociedad
 - El conocimiento ante desafíos emergentes
 - Grandes obras, grandes autores

Además de las asignaturas obligatorias y los itinerarios elegidos, también se realizan actividades complementarias como conferencias, visitas, idiomas, informática, debates, talleres, etc.

Una vez que la persona haya acabado el programa, existe la posibilidad de realizar una ampliación de los estudios cursando un itinerario más.

3.4. COMPARATIVA ENTRE LAS PROPUESTAS VIGUESAS Y VALLISOLETANAS.

Como ya se ha indicado en el apartado 3.1, se trata de dos ciudades con bastantes similitudes respecto a los datos que nos interesan. Para empezar, son ciudades que, poblacionalmente hablando, tal y como se puede ver en la Ilustración I, están bastante igualadas.

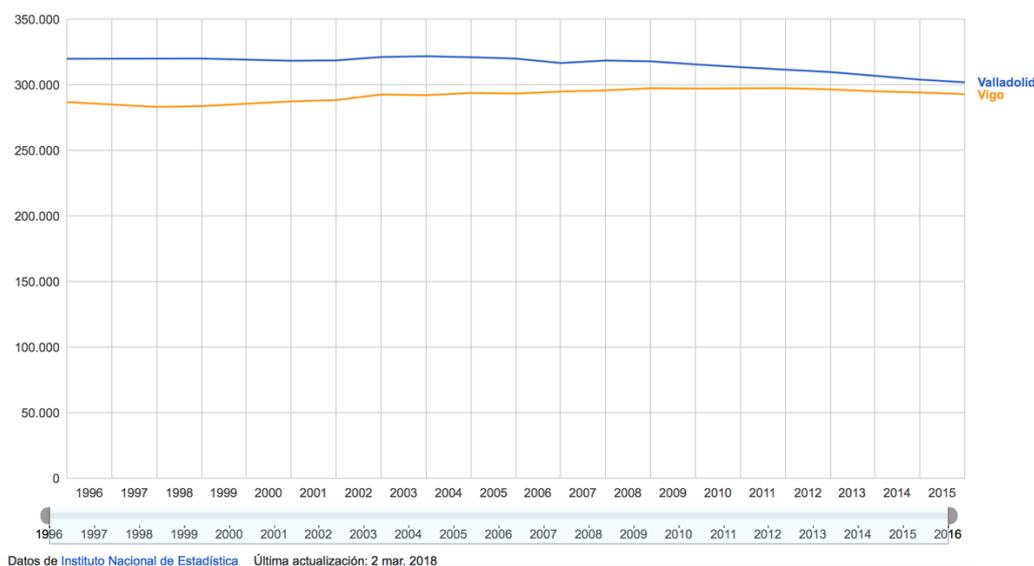


Ilustración 4: Comparativa de la población de ambas ciudades. Fuente: INE (2016)

En el primer punto de este epígrafe, se analizó la diferencia entre la población mayor de 65 años de ambas ciudades, lo que demostraba que Valladolid es una ciudad más envejecida que Vigo.

Como se ha podido ver, la oferta respecto a la educación de personas mayores y los programas de envejecimiento activo es amplia y en dos ciudades grandes las posibilidades son variadas (consultar anexo).

Por un lado, hay propuestas de actuación por parte de entidades de carácter social y sin ánimo de lucro, ya sea a través de una asociación, fundación o federación, da cabida a el trabajo con las personas mayores, fomentando su educación y su envejecimiento activo.

Por otro lado, se encuentran programas que promueve la administración de cada localidad, en Vigo como se observó, es el Ayuntamiento el que organiza un programa de envejecimiento activo al igual que en el caso de Valladolid, siendo esta vez, la Diputación provincial la encargada de hacerlo.

Por último, existen las propuestas universitarias, muy extendidas en la actualidad por todo el territorio nacional con el fin de fomentar la Educación de Adultos en el terreno formal y dar así acceso a aquellas personas que por sus circunstancias no han podido hacerlo antes.

Programas universitarios:

Respecto a estos últimos, los programas universitarios, existe una asociación a nivel nacional que se constituye por todas las universidades públicas y privadas del país que pretenden la formación universitaria de las personas mayores. Esta asociación es AEPUM (Asociación Estatal de Programas Universitarios para Mayores). Actualmente están constituida por 45 universidades entre las que se encuentran la de Vigo y la de Valladolid con sus correspondientes programas.

Según datos de AEPUM del curso académico 2017/2018 acudieron al Programa para Mayores de la Universidad de Vigo 636 personas y al Programa Interuniversitario de la Experiencia de Valladolid, 831 personas, y hay que tener en cuenta que en Valladolid hay otra universidad que lleva a cabo un programa universitario para mayores por lo que la diferencia entre las dos ciudades es muy significativa. Esto se puede deber a varios factores:

- Para empezar, el programa Interuniversitario de la Experiencia está organizado por la Junta de Castilla y León siendo coordinado a la vez en todas las universidades de la comunidad, frente al de Vigo, dado que es un programa únicamente de la Universidad de Vigo, solo se lleva a cabo en sus tres campus (Pontevedra, Vigo y Ourense) por lo que la falta de promoción puede ser una de las causas de esta diferencia.
- Además, pese a tener menos oferta de materias, el programa Interuniversitario de la Experiencia se presenta mucho más organizado que el de Vigo ya que

presenta una modalidad obligatoria que consta de dos asignaturas por curso, y una modalidad optativa en la que cada persona elige lo que prefiere cursar a mayores. En cambio, el programa que ofrece la Universidad de Vigo es mucho más abierto lo que puede llegar a causar rechazo por la falta de una organización más exhaustiva y clara.

Por lo tanto, como breve conclusión de las propuestas universitarias: ambos programas son de 3 años de duración; en cuanto el programa de Vigo la especialización es mayor ya que da la posibilidad de cursar materias de un grado obteniendo un título superior; la organización es mejor en el programa de Castilla y León ya que su simpleza facilita la accesibilidad.

Propuestas de la administración:

Como se ha visto, tanto la Diputación de Valladolid como el Ayuntamiento de Vigo ofrecen programas destinados al Envejecimiento Activo de la población residente en las correspondientes localidades.

En este caso nos encontramos con bastantes similitudes ya que el programa vallisoletano se divide en 3 áreas de actuación, al igual que Vigo. Dos de estas áreas coinciden en ambos programas:

- Por un lado, el área de actuación directa con las personas mayores es común en ambas. La propuesta que hace el Ayuntamiento de Vigo es a través de una serie de talleres que se desarrollan en los centros cívicos y de mayores de la ciudad donde se llevan a cabo actividades físicas, culturales y de ocio. El programa de la Diputación de Valladolid trabaja con los mayores de una forma más integral, ofreciendo los mismos talleres que el de Vigo, pero además una atención más directa e individualizada con aquellas personas que lo pudiesen necesitar. Por lo que en este caso el modelo vallisoletano vuelve a resaltar sobre el vigués ya que su campo de actuación, en comparación, se queda corto.
- Otra de las áreas en la que coinciden es la de intervención social con el resto de la población. Aquí actúan de formas diferentes: por un lado, en Vigo se

organizan charlas a lo largo del año con motivo de la prevención de la dependencia y la sensibilización al resto de la población con motivo de derribar todos los mitos de los que se ha hablado anteriormente en este trabajo. Por otro lado, la forma de llegar al resto de la sociedad en la propuesta de Valladolid es a través de artículos, concursos literarios en los que sean los propios mayores los que puedan contar, a través de relatos, sus propias vivencias y experiencias.

- Por último, el área en el que se diferencian totalmente es que en Vigo se ofrece una serie de excursiones y visitas culturales a puntos de interés cerca de la ciudad. Estas excursiones se realizan a lo largo del año y es una forma perfecta de poder realizar actividades en lugares diferentes que puedan aportar a las personas mayores experiencias innovadoras. En el caso de la tercera área de intervención en la propuesta de Valladolid es que trabajan en la participación social, fomentando los encuentros entre personas de diferentes edades, participando en iniciativas comunitarias donde puedan relacionarse con otras personas y compartir sus vivencias.

Como se puede ver, ambos programas de envejecimiento activo tienen puntos en común y formas de trabajar igual pero en otros criterios se diferencian bastante como por ejemplo en el área de intervención social, creo que para esto lo mejor sería combinar ambas propuestas y poder llevar a cabo tanto las charlas informativas (como en el caso de Vigo), como la propuesta de realizar artículos en revistas, concursos literarios entre mayores y la promoción de una actividad positiva hacia el envejecimiento (el caso de Valladolid).

Por lo tanto, cuando se desarrolla un programa de este tipo, creo que es buena idea estudiar y analizar qué se hace en otras ciudades y que sirva de inspiración para crear un modelo de programa que sea lo más integral posible hacia la atención de las personas.

Propuestas de las iniciativas sociales:

Las propuestas de iniciativas sociales son las que realizan entidades sin ánimo de lucro como en el caso de las que se van a analizar: federaciones, fundaciones y asociaciones. Estas entidades se dedican total o parcialmente a la atención de las personas mayores, su educación y su bienestar. Se han escogido las entidades con más relevancia en cada ciudad sobre el tema y se procederá, igual que en los dos anteriores casos a realizar un barrido de información de cada una para poder compararlos.

Como breve resumen de las propuestas:

- ATEGAL (Vigo): Asociación Cultural Gallega de Formación Permanente y de Adultos, Aulas senior. Desarrolla su actividad a través de cuatro áreas: cultural, ocupacional, salud y ocio. Además de su actividad principal de atender a las personas mayores con ese abanico de actuación, también lleva a cabo proyectos en colaboración con otras entidades sobre el fomento del uso de las nuevas tecnologías.
- Afundación (Vigo): Fundación gallega dedicada a la obra social que tiene un programa dedicado a las personas mayores en el que se trabaja a través de el valor de la experiencia: una oportunidad para que los mayores puedan transmitir todas sus vivencias a jóvenes en encuentros intergeneracionales; y el desarrollo personal: talleres culturales, de TICs, ejercicio físico, etc.
- FeCEAV (Valladolid): Es una Federación de colectivos de educación para adultos que además de llevar a cabo el programa municipal de educación para adultos, trabaja mediante talleres que realiza en centros cívicos y en centros de personas mayores para desarrollar habilidades tecnológicas, idiomas, grupos de lectura, grupos de excursiones y viajes, etc.
- La Fundación Rondilla (Valladolid): Además de dar formación a aquellas personas adultas que quieren insertarse en el mundo laboral, también da la oportunidad a las personas mayores que quieran formarse en competencias básicas, participar en grupos de teatro y de tertulia literaria, clases de inglés en diferentes niveles, etc.

Por lo tanto, se han presentado cuatro entidades sin ánimo de lucro que dedican su actividad a las personas mayores y que son muy diferentes entre sí. La diferencia principal es que, en el caso de las dos entidades viguesas, trabajan a nivel de toda la Comunidad de Galicia por lo que cuenta con muchas más oportunidades de desarrollo y de financiación, en cambio, las dos entidades de Valladolid son pequeñas iniciativas que desarrollan su actividad de una forma más humilde.

Un factor común de estas cuatro entidades es la importancia que se le da al fomento del uso de las nuevas tecnologías, ya que en todas se desarrollan talleres y proyectos en los que se les enseña a las personas mayores como pueden sacar el máximo partido a un Smartphone y utilizarlo para comunicarse y acceder a la información que más les interesa.

Además, también tanto FeCEAV como ATEGAL ponen importancia a las salidas culturales de sus participantes y ambas organizan excursiones a puntos de interés cercanos a la localidad.

Por lo demás, como se puede ver la forma de trabajar de estas asociaciones es muy distinta ya que FeCEAV trabaja a través de talleres que realiza en los centros cívicos de la ciudad y, por otro lado, las otras asociaciones tienen sus propias instalaciones en las que desarrollan su actividad.

Fundación Rondilla desarrolla su actividad a través de clases en las que abarcan las competencias básicas y temas de actualidad, y por otro lado grupos de trabajo de discusión y debate sobre literatura y temas culturales. Parecido a esto es la forma de trabajar de ATEGAL en su área cultural y ocupacional que dedica a trabajar en competencias básicas y desarrollo de habilidades.

En el caso de ATEGAL dedica un área de actuación a la salud, en el que se desarrollan temas sobre nutrición, ejercicio físico, y pequeños consejos para que se puedan mantener en forma. FeCEAV en algunos de sus talleres sí que lleva a cabo actividades físicas y charlas sobre salud por parte de expertos sobre el tema, pero en menor medida que la asociación viguesa.

Por último, la propuesta de Afundación es la única que dedica en exclusiva parte de su actividad a la imagen social, trabajando con los mayores como voluntarios para que puedan participar con otras asociaciones o organizaciones sin ánimo de lucro

aportando sus obras realizadas en los talleres de manualidades. Esta es una forma de sensibilización de la sociedad que el resto de las asociaciones vistas no realizan.

Respecto a la propuesta vallisoletana, creo que la más completa es la que realiza FeCEAV moviéndose por todos los centros de la ciudad realizando talleres, charlas informativas y proyectos. Además, gracias a las actividades que organiza, fomenta la socialización de las personas residentes en diferentes zonas Valladolid. Como inconveniente de esta propuesta creo que es la falta de organización de los talleres en áreas definidas tal y como hace ATEGAL en Vigo.

Como propuesta viguesa más completa, creo que es la de ATEGAL ya que como se expuso antes, tiene sus cuatro áreas de intervención bien definidas y organiza su actividad de una forma integral en la que se trabajan tanto la parte social, como cultural y de salud de las personas mayores. Sin embargo, al desarrollarse únicamente en sus instalaciones pierde la movilidad que tiene FeCEAV para llegar a toda la población de las distintas zonas de la ciudad.

Por lo tanto una buena propuesta de programa para las personas mayores sería una combinación de las actividades que realiza la federación de Valladolid con las de la Asociación de Vigo y juntar tanto las áreas que desarrolla ATEGAL con la movilidad y la accesibilidad que aporta FeCEAV para llevar sus talleres a toda la ciudad.

4. EVALUACIÓN Y CONCLUSIONES

Finalmente, ya llegados al punto de reflexionar sobre el trabajo realizado, no me es difícil sacar ciertas conclusiones sobre la situación actual de cómo se encuentran las personas mayores en la sociedad. Afortunadamente, a medida que va pasando el tiempo la situación mejora y las oportunidades que tiene este colectivo de participar en actividades de diferente índole son muchas más que si lo comparamos, por poner un ejemplo, con las que había hace 20 años.

De todas formas, nunca hay demasiadas propuestas en cuando a atención a colectivos vulnerables de ser aislados se refiere, por lo que siempre es bienvenido un trabajo de reflexión y análisis de propuestas como el que aquí se ha presentado, que pueda dar pie a hacer una propuesta de mejora de esos programas o incluso innovar en uno nuevo que refleje todos los puntos positivos de los programas vistos.

Además, es relevante el valorar la fuerza que cogieron este tipo de propuestas en la década de los 90 como se puede ver en la tabla de resumen de propuestas del anexo, todos estos programas surgieron en la década de los 90 o principios del año 2000. Fue en este momento cuando la Organización Mundial de la Salud, como ya se ha expuesto previamente, comenzó a utilizar el término de envejecimiento activo. Desgraciadamente, en la actualidad estos programas están llegando a un punto en el que ya no evolucionan y se mantienen igual que entonces por lo que también es necesario hacer resurgir la necesidad de renovación en las propuestas de intervención con mayores.

En la fundamentación teórica de este trabajo, se ha analizado para empezar el significado de la Educación Permanente, concepto que pretende reflejar la adquisición de conocimientos a lo largo de toda la vida, ya que desde que nacemos hasta que morimos, estamos continuamente aprendiendo. Como se explicaba, a veces se tiende a entender la educación como algo que solo tiene importancia en las primeras etapas de la vida, sin embargo, al ritmo que evoluciona la sociedad actual en cuanto a cambios tecnológicos, sociales y culturales, se empieza a ver necesaria una actualización constante de conocimientos.

En el siguiente punto se analiza a las personas mayores y su proceso de envejecimiento, y en relación con lo explicado en el párrafo anterior, muchos de los

mitos que están extendidos en la sociedad respecto a las personas mayores son debidos a la falta de unas buenas oportunidades de Educación Permanente que mantengan a las personas adultas informadas y actualizadas al ritmo adecuado.

Para terminar con la fundamentación teórica se analiza la educación para adultos y los programas de envejecimiento activo. La Educación Permanente que se explicaba antes, no se debe entender solo como la educación formal tradicional si no que se tiene que apreciar como la renovación de conocimientos y habilidades que permitan a una persona estar al día en la sociedad. En las personas mayores, esto se puede conseguir a través de programas educativos o programas de envejecimiento activo. Ambos tipos de programa permiten que las personas mayores se mantengan activas y en permanente evolución. Gracias a estos programas, se acabarán derribando todos esos mitos de los que se hablaba antes.

Todo lo anteriormente citado sobre Educación Permanente, de Adultos y programas de Envejecimiento Activo me dieron pie a cuestionarme sobre la actualidad del tema y valorar los programas que actualmente se llevan a cabo en las ciudades donde tengo más contacto. He tenido la suerte de que Vigo y Valladolid son ciudades muy similares en cuanto a población lo que me facilitó el trabajo.

A lo largo del análisis he podido valorar cuatro programas de cada ciudad y compararlos entre sí evaluando que puntos fuertes y débiles tiene cada uno y en qué puntos se podrían apoyar el uno del otro aportándose entre sí elementos que a lo mejor no se tienen en cuenta. Gracias a esto conseguí el objetivo principal de mi trabajo, que era el valorar estos programas y evaluar qué propuestas son mejores y cuales peores. Todo desde mi humilde punto de vista y con lo que he podido aprender a través de la investigación previa.

El siguiente paso en este trabajo y como futura línea de continuación que me gustaría poder llevar a cabo algún día sería la de elaborar un programa propio basado en las propuestas analizadas y en aportaciones personales. Realizando una propuesta de intervención que combine tanto la parte educativa como la parte de ocio y prevención de la dependencia en los mayores, así como la realización de campañas de sensibilización que ayuden a seguir derribando todos los mitos anteriormente citados.

Otra línea de continuación curiosa sería valorar programas que se lleven a cabo en otras ciudades de países europeos o incluso a nivel internacional, ya que también podrían aportar otras perspectivas que a lo mejor aquí no se están valorando actualmente pero que ejecutándolas, podrían causar una mejora significativa en la calidad de vida de las personas mayores.

Añadir como breve autoevaluación personal sobre el trabajo realizado que esta línea de investigación ha supuesto todo un reto para mí ya que, por mis estudios previos al máster, todo mi contacto con colectivos ha sido con niños o con personas discapacitadas pero nunca con mayores y, aunque haya sido a modo teórico por falta de tiempo para poder desarrollar una propuesta que llevar a cabo, la temática me ha sorprendido gratamente y he sabido desenvolverme consultando bibliografía adecuada que me permitiese adentrarme en la temática de lleno.

Además, cabe señalar la ayuda tanto de mi tutor, Xoán González, como de otro profesor de la facultad, Raúl de Prado, que siempre estuvo dispuesto a prestarnos ayuda a ambos. Respecto a las entidades a las que me he referido durante el trabajo, parte de la información ha sido recopilada de sus páginas web, memorias de actividades, blogs, noticias, artículos de revistas, etc. pero también me ha ayudado la información que me han facilitado tanto telefónicamente en el caso de las entidades de Vigo (por falta de disponibilidad para estar presencialmente allí entre semana), como personalmente en la Fundación Rondilla que me informaron sobre el programa de Educación para adultos y mayores que llevan ellos a cabo.

El envejecimiento, como se mencionó en su apartado correspondiente, es un proceso inevitable que todas las personas pasamos por lo que está en nuestra mano gestionarlo de la mejor forma posible. Esto es una invitación a reflexionar sobre nuestro futuro y la realidad que queramos vivir dentro de unos años. La sociedad está en permanente cambio, en consecución, todos los programas destinados a trabajar con colectivos tales como el de las personas mayores, deberían evolucionar a la par de su contexto.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Afundación (2016) Un año de nuevos retos. Memoria. Disponible en: <https://www.afundacion.org/es/mediateca?tipo=documentos>

Afundación (2018) Afundación con el envejecimiento activo. Disponible en: <https://www.afundacion.org/es/envejecimiento> [Última consulta: julio de 2018]

Afundación (2018) Háblame de emigración. Historias de vida. Disponible en: <http://falamedaemigracion.afundacion.org/es/historias-de-vida> [Última consulta: julio de 2018]

Ategal (2016) Historia de la entidad. Disponible en <https://www.ategal.com/historia/> [consulta: 19/06/2018]

Ategal (2017) Memoria de actividades de la Asociación. Disponible en <https://www.ategal.com/inc/uploads/2018/01/Memoria-Ategal-Curso-2017.pdf> [consulta: 03/07/2018]

Cabello Martínez, María Josefa (2002). *Educación permanente y educación social. Controversias y compromisos*. Málaga: Ediciones Aljibe

De Juanas, A. y Muelas, A. (2013) El aprendizaje de las personas adultas en la sociedad del conocimiento. En Perez, G. y de Juanas, A. (coords) *Calidad de vida en personas adultas y mayores*. Madrid: UNED

Delors, J. (1997). *La educación encierra un tesoro: Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI*. México: Correo de la Unesco.

Del Pozo Andrés, M.(coord.). (2004) *“Teorías e instituciones contemporáneas de educación”*, España, Biblioteca Nueva

Denis, T. y Humberto C. (2014) *La educación de adultos en retrospectiva: 60 años de CONFINTEA*. Brasil: UNESCO

Diputación de Valladolid (2017) Programa de envejecimiento activo. Servicio de Familia e Igualdad. Disponible en: http://www.diputaciondevalladolid.es/extras/personasmayores/Programa_de_Envejecimiento_Activo_Plan_de_Accion.pdf [Última consulta: julio 2018]

Diputación de Valladolid (2018) Años de Oportunidad. Objetivos, contenidos y metodología. Disponible en: http://www.diputaciondevalladolid.es/extras/personasmayores/2018/Cursos_y_Talleres_2018.pdf [Última consulta: julio 2018]

Duque, J. M. y Criado, S. (2008) La participación social de las Personas Mayores. Madrid: Secretaría de Estado de Política Social, Familias y Atención a la Dependencia y a la Discapacidad. Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO)

Facultad de Educación y Trabajo Social (2017) “*Guía docente de la asignatura. Trabajo de Fin de Máster*” Valladolid: Universidad de Valladolid.

Fernández, J.A. (2000). “El redescubrimiento de la Educación Permanente”. *Educación XXI*, 3, 21-51.

FeCEAV Valladolid (2018) Federación de Colectivos de Educación de Adultos de Valladolid. Aprendizaje a lo Largo de la Vida. [Blog] Recuperado de: <https://feceav-epa.blogspot.com>

Garcés, E.J. (coord.) (2003). *Actividad física y hábitos saludables en personas mayores*. Murcia: Instituto de Migraciones y Servicios Sociales, Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.

IMSERSO (2011). *Libro blanco del envejecimiento*. Madrid: Instituto de Mayores y Servicios Sociales

IMSERSO (2018). *Envejecimiento Activo, algunos indicadores*. Disponible en http://www.imserso.es/imserso_01/envejecimiento_activo/libro_blanco/index.htm [consulta mayo 2018]

Junta de Castilla y León (2018). Programa Interuniversitario de la experiencia de Castilal y León. Curso 2018-2019. Disponible en:

<http://www.jcyl.es/web/jcyl/ServiciosSociales/es/Plantilla100/1131977387587/ / / %2>

[9](#)

Lopez-Barajas Zayas, E. (2006) *Estrategias de formación en el siglo XXI (Life long learning)*. Barcelona: Ariel.

Martín Castaño, María Inmaculada (2009). “La necesidad de la educación permanente en el sistema actual”. *Revista digital Innovación y experiencias educativas*. No 24. Noviembre 2009. Granada, España. Pp. 1-8

Martín García, A. V., y Requejo Osorio, A. (2005). “Fundamentos y propuestas de la educación no formal con personas mayores”. *Revista de Educación*, 338, 45-66.

Martínez de Morentin, Juan Ignacio (2006). *¿Qué es Educación de Adultos? Responde la Unesco*. San Sebastián: Editorial Centro Unesco de San Sebastián.

Medina Ferrer, B., Llorent García, V., Llorent Bedmar, V. (2013) “Evolución y concepto de la educación permanente en España”. *Revista de Ciencias Sociales*, XIX, 511-522.

OMS (1989) *Envejecimiento saludable*. Ginebra: autor.

OMS (2002) “Envejecimiento activo: un marco político” en *Rev Esp Geriatr Gerontol* 2002; 37 (S2): 74-105. Disponible en http://ccp.ucr.ac.cr/bvp/pdf/vejez/oms_envejecimiento_activo.pdf [consulta 03/05/2018]

Pérez Serrano, G. (2004). *La calidad de vida en personas mayores*. Madrid: Libros Dykinson

Quintero Gallego, C. (2017). *Fundación Rondilla, memoria de actividades 2017*. Valladolid: Fundación Rondilla. Disponible en: <https://rondilla.org/public/files/memoria-2017-fundacion-rondilla-2.pdf>

Requejo, Osorio, A. (2003). *Educación permanente y educación de adultos: Intervención socioeducativa adulta*. Barcelona: Ariel.

Sánchez Torrado, Santiago (1991). *Educación de adultos y calidad de vida*. El Roure. Barcelona. España.

Sanromán Varela, M.J., Nuñez-Torrón, J. y Abelairas, I. (2017). Normas de funcionamiento del programa “Envejecimiento activo” Vigo: Concejalía de Política Social. Servicio de Personas mayores y Personas con Discapacidad. Disponible en: http://hoxe.vigo.org/movemonos/maiores_ocio_cursos.php?lang=cas#/

Universidad de Vigo (2018). Programa Universitario de Mayores. Disponible en: <https://www.uvigo.gal/estudar/que-estudar/programa-universitario-maiores> [Última consulta: julio 2018]

Varela Mallou, J. (2017). Evaluación del programa de envejecimiento activo de Afundación. Santiago de Compostela: Grupo USC-PSICOM

RELACIÓN DE ILUSTRACIONES Y TABLAS

Índice de ilustraciones:

Ilustración 1: Aumento de la esperanza de vida en España. Fuente: INE (2017).....	16
Ilustración 2: Previsión sobre la población envejecida en el año 2050. Fuente: Afundación (2017).....	17
Ilustración 3: Participantes en el curso pasado de ATEGAL. Fuente: Ategal (2017)....	30
Ilustración 4: Comparativa de la población de ambas ciudades. Fuente: INE (2016)....	42

Índice de tablas:

Tabla 1: Mitos sobre la población mayor. Fuente: Pérez (2004)	19
Tabla 2: Población mayor de 65 de Vigo. Fuente: INE (2011).....	26
Tabla 3: Población mayor de 65 de Valladolid. Fuente: INE (2011).....	27
Tabla 4: Resumen de propuestas de Vigo. Fuente: Elaboración propia	59
Tabla 5: Resumen de propuestas de Valladolid. Fuente: Elaboración propia.....	61



ANEXOS

Anexo 1: Ficha-resumen de las entidades y programas objeto de estudio

	VIGO			
	ATEGAL	AFUNDACION	AYUNTAMIENTO DE VIGO	UNIVERSIDAD DE VIGO
TITULARIDAD	Privada	Privada	Pública	Pública
DIRECCION	Travesía do Pino 2, Entrechán, 36205 Vigo	DIRECCIÓN: C/ Policarpo Sanz 26, 2º planta, Vigo 36202	Concepción arenal, 8 2ºpl. 36201, Vigo	Edificio Miralles. Campus Universitario s/n 36310 – VIGO
WEB	https://www.ategal.com	https://www.afundacion.org/es/envejecimiento	http://hoxe.vigo.org/movemonos/maiores_ocio_cursos.php?lang=cas#/	https://extension.uvigo.es/extension_gl/mayores/
TELEFONO	Tel: 986 481 600	986 120 071	986817769	986 813 626

	Mvl: 634 910 119			
MAIL	vigo@ategal.com	mais60vigo@afundacion.org	dxmaioresediscapacidade.politicasocial@xunta.es	maiores.vigo@uvigo.es
PROGRAMAS	Área ocupacional, Área cultural, Área de salud, Área de Ocio Proyectos relacionados con TICs	<ul style="list-style-type: none"> - Valor de la experiencia - Desarrollo personal - Imagen social 	<ul style="list-style-type: none"> - Talleres: ejercicio físico, agilidad mental, ocio, salud... - Viaja y conoce - Charlas de prevención de la dependencia 	<p>Ciclo intensivo: 3 años, 540 horas</p> <p>Ciclo de especialización: 2 años, 360 horas</p> <p>Asignaturas de libre configuración</p>
Nº DE PARTICIPANTES	156	1731 personas (en todos los espacios +60 de Galicia)	300 personas (estimación)	633 (En el curso académico 2017/2018)
AÑO FUNDACION	1995	2005 (estimación)	1998 (estimación)	2002

Tabla 4: Resumen de propuestas de Vigo. Fuente: Elaboración propia

	VALLADOLID			
	FECEAV	FUNDACION ROCILLA	DIPUTACION VALLADO LID	PROGRAMA INTERUNIVERSITARIO DE LA EXPERIENCIA
TITULARIDAD	Privada	Privada	Pública	Pública
DIRECCION	C/ Pelicano 15-A 47012 - Valladolid	C/ Nebrija 19, bajo 47010 Valladolid	Palacio de Pimentel C/ Angustias, 44 - 47003 Valladolid - España	Paseo de Belén, 1 - 47011 Valladolid - Spain
WEB	https://www.feceav.net/index.html	https://rondilla.org/fundacion-rondilla.html	http://www.diputaciondevalladolid.es/accion-social/programa_personas_mayores/	www.jcyl.es/servicios-sociales

TELEFONO	983210162	983251454	983 427 100	983- 423 000
MAIL	feceav@feceav.net	fundacion@rondilla.org	envejecimiento.activo@dip-valladolid.es	universidad.permanente@uva.es
PROGRAMAS	Programa de Aprendizaje a lo Largo de la Vida Talleres y cursos: TIC, ocio, salud, internet... Charlas de sensibilización	Cursos y talleres: alfabetización, formación básica, TICs, inglés, grupos de teatro y de tertulia literaria, etc.	<ul style="list-style-type: none"> - Promoción de la autonomía: cursos de diferentes temáticas, ejercicio físico, acceso a nuevas tecnologías... - Información y sensibilización - Participación social: voluntariado, asociacionismo... 	3 cursos: Asignaturas obligatorias: 2 por curso Asignaturas optativas: Un itinerario por curso
Nº DE PARTICIPANTES	400 participantes(estimación)	314 participantes (curso 2016/2017)	1800 participantes en toda la provincia (estimación)	831 (curso 2017/2018)
AÑO FUNDACION	En torno a 1990	2006	1990	2002

Tabla 5: Resumen de propuestas de Valladolid. Fuente: Elaboración propia