

Educación y envejecimiento: el envejecimiento constructivo

José Arnay, Javier Marrero, Inmaculada Fernández
Universidad de La Laguna

“La posición social del clasificado como viejo no es la consecuencia de su envejecimiento físico o psíquico, sino por su posición en relación con el mercado de trabajo y las relaciones y estructuras que éste determina....el espacio taxonómico de la ancianidad no tiene nada de biológico ni de natural, sino que es el resultado de una construcción social que tiene aspectos tanto práctico-legales como imaginarios y representacionales”

(Delgado, 2003: 13)

resumen/abstract:

Este artículo plantea una reflexión sobre las relaciones entre la educación superior y el envejecimiento, sus posibilidades y ventajas, analizadas desde las experiencias educativas de las Universidades para Mayores.

Se propone el concepto *de envejecimiento constructivo* como un concepto específico de los procesos de enseñanza y aprendizaje, frente a otras denominaciones que no toman en consideración estos procesos de educación formal. Se discute el papel que juegan los estereotipos sobre las personas mayores en este tipo de educación y se aboga por producir un cambio sociocultural en las visiones al uso en relación al envejecimiento. También se analizan las posibilidades de las personas adultas y mayores en situaciones de aprendizaje formal, que habitualmente se considera como algo circunscrito a los años que dura la vida laboral de las personas. Por último se propone la idea de promover una educación emancipadora para este tipo de experiencias.

This article reflects on the relationship between higher education and aging, their potential and advantages, analyzed from the educational experiences of the Universities for the elderly. We propose the concept of constructive aging as a specific concept of the teaching and learning, compared to other denominations that do not take into account these processes of formal education. We discuss the role of stereotypes about older people in this type of education and calls for a change sociocultural views for use in relation to aging. It also discusses the possibilities of adults and older in formal learning situations, usually seen as something confined to the years-long working life of people. Finally we propose the idea of promoting an emancipatory education for this type of experience.

palabras clave/keywords:

Educación, envejecimiento, envejecimiento constructivo, aprendizaje, emancipación.

Education, aging, constructive aging, learning, emancipation.

Introducción

De los múltiples aspectos que rodean al proceso de envejecimiento uno de los menos estudiados es el papel que juega la Educación Superior en el mismo. Es cierto que el sistema educativo español cuenta con una larga tradición en cuanto a la educación de personas adultas, pero es relativamente reciente la apertura de las universidades a este segmento de la población, mediante programas específicos de formación cuya principal finalidad no está ligada al logro de una acreditación académica de cara al mercado laboral.

Estas experiencias están dirigidas a personas adultas y mayores, normalmente a partir de cincuenta años, hasta los ochenta o más, que buscan en este tipo de educación una mayor satisfacción personal a varios niveles: personales, intelectuales, emocionales, relacionales, etc. Los destinatarios son parte de ese segmento social poco visible en los medios de comunicación, que cuando aparecen se muestran desde una óptica negativa y poco atractiva de esa etapa de la vida.

Pero el valor de estas experiencias educativas es que también sirve para manifestar, aún sea de una forma limitada, que lo que conocemos sobre las personas adultas mayores a menudo no se corresponde con su realidad de vida, sino con visiones cargadas de prejuicios, estereotipos negativos y gran desconocimiento general.

Es importante entender que el concepto de persona *mayor* es dinámico y también las variadas condiciones -sociales, económicas, sanitarias, personales, estéticas, etc- que conlleva. Las personas que ahora rondan los 65 años o más, es probable que poco o nada tengan que ver con otras de la

misma edad de generaciones precedentes. Los 65 años actuales, como señala la cita de Delgado, no son sino una especie de frontera burocrática, y por tanto arbitraria que, hasta hace muy poco, señalaba que la vida como persona mayor comienza oficialmente cuando se abandona el mercado de trabajo, es decir, con la jubilación.

Sobre ese etapa de la vida después de la jubilación existen dos visiones contrapuestas. La primera tiene un marcado cariz negativo, puesto que se considera la etapa final del ciclo vital y, en este sentido, las personas perderían capacidades físicas y mentales, convirtiéndose en inhábiles en toda una serie de actividades cotidianas y, lo que es peor, en *improductivas* (según la nomenclatura de la economía de mercado), que no inactivas.

Todo ello, en el mejor de los casos, si se logra mantener la línea de la pérdida de capacidades por encima del umbral de la discapacidad, porque en ese otro caso el proceso tendría un declive mucho más acusado. Desde esta visión se trata de un tiempo vital cargado de elementos desfavorables, que algunas personas mayores pueden incluso llegar a asumir como propias, utilizándolo para justificar, entre otras, el propio aislamiento social que sufren.

La segunda perspectiva considera a las personas mayores como sabias, expertas y merecedoras del respeto de los demás, por tanto, deberían gozar de un mayor poder de influencia. Pero esta visión conlleva una paradoja importante. Mientras cuantitativamente las personas mayores están cada vez más representadas socialmente con respecto a otros grupos de edad prevalece, en las sociedades desarrolladas con altas tasas de envejecimiento, la concepción social del envejecimiento, como hemos señalado, con

connotaciones negativas, e incluso de consecuencias peligrosas, por ejemplo, por poner en cuestión la sostenibilidad del, hasta ahora, llamado Estado de Bienestar.

Es probable que esta paradoja resulte de que la población de menos edad puede considerar que está asumiendo riesgos sociales y económicos importantes, porque la sostenibilidad del sistema de protección social puede no estar garantizado cuando a ellos les llegue su momento de utilizarlo, o puede que interpreten que las personas de más edad son sus competidores en un mercado de trabajo cada vez más exiguo.

Con todo ello, parece como algo del pasado el valor y el poder que se confería a la sabiduría y a la experiencia de los mayores del grupo. Hoy se produce una relación inversa entre el número de personas mayores y el estatus social que ocupan: cuantas más personas mayores, menor parece ser su consideración y peso en la sociedad.

¿Por qué se produce esta paradoja? Pues posiblemente debido al hecho de entender el envejecimiento ligado al valor económico de la persona que trabaja frente a quien no lo hace; por el beneficio del valor contable que representa, dado que dicho valor empieza a computar como *gasto* en el momento de la jubilación, con lo cual pierde su cualidad esencial en una economía de mercado.

Por todo ello es probable que el principal reto del envejecimiento en el siglo XXI no sea, como habitualmente se considera, el aumento cuantitativo de personas en este segmento de la población, sino los peligros de la marginación y la exclusión social o laboral por motivos de la edad, lo cual conlleva la inadaptación de esas personas para hacer frente a los nuevos retos que se

plantean desde la economía, la sociedad, la cultura, la política o la educación en sociedades globalizadas.

Si el envejecimiento no es un proceso estático ni homogéneo, entonces podemos entender las relaciones entre el envejecimiento y la educación como un proceso constructivo en una triple faceta. Primero, como un proceso de *autoconstrucción personal*, tendente a lograr la mejora de las capacidades y habilidades disponibles en cada momento, que trata de sacar el máximo de las potencialidades cognitivas, físicas, emocionales o relacionales más adecuadas en cada persona. Esto implica, además, mejorar la autopercepción de cada sujeto de su propio proceso de envejecer, adecuando el necesario equilibrio entre pérdidas y ganancias, equilibrio que no es exclusivo de esta etapa de la vida sino también de otras.

Segundo, el proceso de construcción también afecta al ámbito social del que formamos parte y a los contextos en donde interactuamos. Es necesario que la educación ayude a construir, junto a la visión personal, otras visiones sociales del envejecimiento. Ésta vendrá dada por la propia lógica demográfica, pero también porque es imposible tender un manto de invisibilidad a una parte tan importante de la población.

Mejorar esas visiones significa adelantarnos, con cierta previsión, al tipo de sociedades que les tocará vivir a los que ahora son jóvenes o muy jóvenes, que desconocen que sus vidas van a estar mucho más afectadas por el fenómeno del envejecimiento que en la actualidad.

En ese sentido promover una *educación para el envejecimiento* es importante para no mantener de forma indefinida y artificial

una cultura social de la permanente juventud. El autoengaño que produce vivir en sociedades donde el mercado de la *juvenilización* implica una denodada y permanente lucha contra el envejecimiento puede generar enormes beneficios económicos, pero a costa de propiciar unas expectativas imposibles de cumplir: convertirnos en millones de Dorian Grey.

Partiendo de estas tres ideas genéricas sobre las relaciones entre el envejecimiento y la educación, este artículo aborda otros tres aspectos algo más concretos sobre las prácticas de enseñanza y aprendizaje en relación a este tipo de educación.

La primera es que los espacios de enseñanza y el aprendizaje, como pueden ser las universidades, deben estar al servicio de la educación y la formación de las personas mayores para *construir nuevas visiones personales del mundo* en esas etapas de sus vidas. Es decir, para considerar abiertas todas las posibilidades de interpretación de la realidad, con independencia de la edad. Numerosas evidencias en todos los campos del conocimiento científico, pero también la literatura, el cine o la música aportan datos de que la edad, incluso la más avanzada, puede ser un factor de calidad creativa que no debemos desperdiciar en absoluto. Pero para ello es necesario que la educación también contribuya a un cambio cultural de los estereotipos negativos que aún inundan nuestra sociedad.

Segundo, que esa acción específica de la educación daría lugar a una construcción cognitiva partiendo de tareas y situaciones de aprendizaje mediante procesos de interacción social de las personas en contextos específicos, todo ello con el fin de promover nuevo conocimiento, reinterpretaciones y reorganizaciones de ideas y concepciones

sobre la realidad. Es a esa posibilidad a la que denominamos *envejecimiento constructivo*.

Tercero, que esta educación, contemplada como proceso diacrónico en la vida de las personas, debe ir más allá de una visión utilitarista de la formación, que en estos tiempos parece destinada exclusivamente a la vida laboral. Es precisamente la larga vida postlaboral la que ofrece una magnífica oportunidad para construir una *perspectiva emancipadora* de la propia vida: la vivida y la por vivir.

Realizamos primero el análisis de las percepciones sobre el envejecimiento; en segundo lugar, el análisis de percepciones sobre las capacidades de las personas mayores para aprender; y, por último, proponemos que una educación emancipadora debe transformar varios de los cánones de la educación tradicional.

1. ¿Qué percepciones tenemos sobre el envejecimiento?

Proponer el concepto de *envejecimiento constructivo* puede parecer una pretensión desmedida pues todavía celebramos la idea del envejecimiento activo, posiblemente el concepto más conocido que trata de ofrecer una imagen positiva del envejecimiento y que entiende que la actividad, en general, puede mejorar la calidad de vida de las personas mayores, muchas veces sin caer en la cuenta que dicha denominación presupone que la persona que envejece es esencialmente pasiva, lo cual es un contrasentido.

En realidad, la propuesta no es a favor de un *envejecimiento constructivo para todos*, puesto que hay que circunscribirlo exclusivamente a los procesos de enseñanza y aprendizaje que se realizan en contextos educativos formales, como pueden ser las universidades. O, dicho de otra forma, so-

lamente en los procesos formales es posible que determinado tipo de construcción cognitiva tenga lugar, como explicamos más abajo.

Triado, Celdrán, Conde, Montoro, Pinazo y Villar (2008) hacen una enumeración de las

siete denominaciones distintas sobre el envejecimiento, cada una de las cuales tiene unos objetivos específicos, siendo en unos casos el propio sujeto y, en otros, la comunidad quien se beneficia de las actitudes y acciones que desencadenan los distintos tipos (ver Tabla 1).

Tabla 1. Distintos tipos de envejecimiento según distintos organismos y autores.

Denominación	Objetivo	Beneficiario
Envejecimiento saludable (1)	Salud	El propio sujeto
Envejecimiento activo (2)	Implicación activa en el proceso de Envejecimiento: bienestar físico, psicológico, intelectual	
Envejecimiento con éxito (3)		
Envejecimiento competente (4)		
Envejecimiento satisfactorio (5)		
Envejecimiento óptimo (6)	Participación social	La comunidad
Envejecimiento productivo (7)	Contribución social	

(1)OMS (1990), *Healthy Ageing*. Ginebra: WHO; FRIES (1989), *Aging well*. Reading. Mass: Addison-Wesley Pub. (2) OMS (2002) *Active Ageing*. Ginebra. WHO. (3, 4, 5, 6) BALTES Y BALTES (1990). *Successful Aging*. Nueva York: Pergamon Press; KLEIN Y BLOOM (1997). *Successful Aging* Londres: Plenum Press; ROWE y KAHN (1998), *Successful Aging*. Nueva York: Pantheon Books. (7) CARO y SÁNCHEZ (2005). Envejecimiento productivo. Concepto y factores explicativos. En: PINAZO y SÁNCHEZ (Dir.). *Gerontología actualización, innovación y propuestas*. Madrid; Pearson Educación. BASS, CARO Y CHEN (1993). *Achieving a Productive Aging Society Westport*: Auburn House; MORROW-HOWELL, HINTERLONG y SHERRANDEN (Eds.) (2002). *Productive Aging Concepts and Challenges*. Baltimore, MD: The Johns Hopkins University Press.

Fuente: Triadó, C et al (2008). *Envejecimiento productivo: la provisión de cuidados de abuelos a nietos. Implicaciones para su salud y bienestar*. Informe de investigación. Madrid. IMSERSO.

Esas denominaciones tratan de mostrar una imagen positiva del envejecimiento, tal vez como contrapeso a las visiones negativas, aunque resulta evidente que la gente de la calle elabora sus creencias a partir de percepciones y experiencias directas con las cuales construye sus propias ideas sobre la realidad. Por ejemplo, es un hecho que muchas personas conviven día a día con

otras personas que muestran la pérdida de su capacidad funcional, o conocen las malas condiciones económicas de las personas que cobran pensiones que les aproximan al umbral de la pobreza, o la pérdida de determinadas prestaciones sociales, sanitarias o farmacéuticas -como está ocurriendo en el momento histórico que vivimos-, que genera un envejecimiento en riesgo.

Parece cierto que esas siete propuestas sobre el envejecimiento *en positivo* chocan con las percepciones sociales negativas que se detectan en algunos trabajos e investigaciones y que pondrían de manifiesto la contradicción entre aquello que se propone como modelos a seguir y lo que las personas creen realmente.

Debemos tener en cuenta que las personas que pertenecen a una misma cultura o grupo social comparten una serie de representaciones sobre su entorno, conocimiento que impregna cualquier acción y pensamiento en la vida cotidiana, es el denominado conocimiento del *sentido común* (Villar, 1998).

Esas representaciones personales pero socialmente compartidas permiten conocer los modos de elaboración del pensamiento social por el cual las personas construyen, y son construidas, desde una realidad social concreta. Constituyen sistemas de conocimiento e interpretación en los que es posible encontrar estereotipos, valores, creencias y normas que después se transforman o pueden dar lugar a actitudes y conductas, tanto positivas como negativas.

En tal sentido las percepciones sobre las personas mayores que representan el imaginario social, se encuentran divididas, como apuntamos, en dos posiciones opuestas. Por un lado, las que fomentan mitos y estereotipos negativos sobre esta etapa de la vida; desde la incapacidad para realizar trabajos y aprendizajes, hasta la involución, la enfermedad, la dependencia, el declive, la pobreza o la desintegración social.

En el otro extremo estarían las visiones colectivas sobre los beneficios que se alcanzan en la vejez, como la experiencia, la sabiduría, o la definición como grupo so-

cial activo, dinámico y creativo. Desde esta otra parece como si fuera necesario llegar a determinada edad para lograr tales aspectos que, además, no serían atribuibles a todas las personas de esos grupos por igual, y que éstas fueran facetas y cualidades desconocidas en otras etapas de la vida.

Tanto unas como otras forman parte de un conjunto de estereotipos, tanto negativos como aparentemente positivos pero, en definitiva, estereotipos que no tienen por qué corresponder con la realidad, más aún tomando en consideración que hay diversos tipos de envejecimiento, señalados cada uno de ellos por la propia heterogeneidad de las personas.

Los estereotipos negativos sobre las personas mayores afectan al concepto personal y al modo de percibir el envejecimiento en general, generando la profecía autocumplida (Montorio, Izal, Sánchez y Losada, 2002; Losada, 2004; Pinazo, 2005). Al mismo tiempo generan actitudes negativas y prejuicios de la población hacia los mayores. Estos dos factores pueden desembocar en conductas discriminatorias, edadismo, negligencia o maltrato pero, como si de un efecto boomerang se tratara, las actitudes negativas de la población, a su vez, dan lugar a actitudes negativas de los propios mayores hacia el envejecimiento que, junto con las conductas discriminatorias generan en sí mismos aislamiento social, pasividad, baja autoestima y el rechazo a la vejez propia.

La representación que la sociedad española hace de su población mayor y anciana aparecen en distintos trabajos e investigaciones, de los que valgan como ejemplos las expuestas en el Barómetro del Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS, 2009) o la Encuesta de Mayores (IMSERSO, 2010).

Cabe señalar que en ninguno de los dos casos se hace una distinción entre la población mayor y la anciana. Esto es importante porque la percepción de la sociedad puede variar cuando se distinguen y se explican las diferencias entre los dos grupos de edad. Del mismo modo la percepción sobre el envejecimiento y la vejez puede ser distinta para los miembros de un grupo y otro.

Los datos del Barómetro del CIS (2009) se basan en una encuesta realizada a 2.481 personas, mayores de 18 años, de todo el ámbito nacional. La pregunta era ¿cuál de las siguientes frases representa mejor la idea que Ud. tiene, en general, de las personas mayores, de la tercera edad?, ¿y en segundo lugar?. Los resultados se representan en la Tabla 2.

Tabla 2. Representación social sobre las personas mayores, de la tercera edad (en porcentajes)

	Representa mejor	En segundo lugar
No pueden valerse por sí mismas y necesitan cuidados	36.2	13.6
Suponen un carga	3.0	5.9
No tienen obligaciones	3.8	4.7
Son activas y disfrutan de la vida	6.2	6.2
Ayudan a sus familias y a otras personas	13.1	15.0
Están muy solas, sin apoyo familiar o social	11.5	23.1
Son diferentes, cada una con una situación distinta	23.4	17.4
Otra respuesta	0.8	0.9
No sabe	1.5	9.5
No contesta	0.4	3.7
N	2481	2481

Fuente: Barómetro CIS (Mayo, 2009).

El mayor porcentaje de respuestas, dadas en primer lugar, lo obtuvo aquella que atribuye que se trata de personas que no pueden valerse por sí mismas y necesitan cuidados (36.2%) y, en segundo lugar, aquella que señala que se trata de personas que están muy solas y sin apoyo familiar o social (23.1%). Es decir, se refleja la tendencia a considerar que el envejecimiento tiene rasgos esencialmente negativos, aunque también aparece, a mayor distancia porcen-

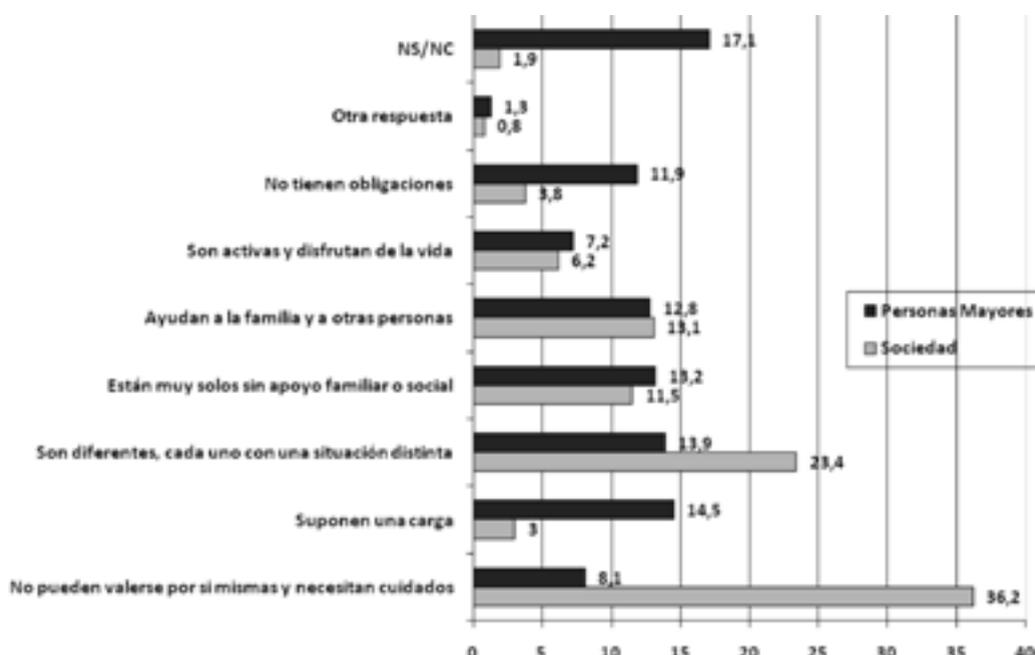
tual, quienes consideran la faceta de ayudar a sus familias y otras personas (13.1% en primer lugar y 15.0% en segundo lugar).

Por su parte, la encuesta sobre *Las Personas Mayores en España* (IMSERSO, 2010), realizó el estudio de la actividad, condiciones y perfiles de las personas mayores en España, así como su entorno familiar. La diferencia respecto a los datos del CIS es que se distinguen entre las opiniones de la sociedad en su conjunto y el grupo de edad de 65 años y más,

presentando los resultados de unos y otros por separado. En cuanto a los estereotipos negati-

vos sobre las personas mayores, la representación es la que muestra la Figura 1.

Figura 1. La voz de los mayores y de la sociedad. Estereotipos negativos sobre las personas mayores. (en porcentajes).



Fuente: Las Personas Mayores en España (IMSERSO, 2010).

Lo que se deduce de los resultados de los dos estudios, en cuanto a los estereotipos negativos en la sociedad española, es que están tan extendidos en la sociedad como asumidos por los propios mayores. Es de resaltar que el 14.5% de las personas mayores de 65 años, consideran a las personas mayores una carga, porcentaje más elevado que el que representa la opinión de la sociedad española en su conjunto, ya que sólo el 3% considera que las personas mayores son una carga.

Sin embargo, en cuanto a la dependencia, la sociedad en general considera que el

36.2% de los mayores necesita cuidados y son incapaces de valerse por sí mismos, mientras que este dato choca con la respuesta de los propios mayores, ya que sólo el 8.1% reconoce que necesita cuidados y es dependiente.

En el año 1998 la *American Psychological Association* (APA) publicó una guía que contenía una lista de los estereotipos negativos sobre las personas mayores que las personas que trabajan en Ciencias de la Salud deberían evitar en sus prácticas profesionales. Los estereotipos están acompañados de una serie de hechos que los des-

mitifican, tal y como aparecen en la Tabla 3.

Por su parte los estereotipos positivos han idealizado esta etapa de la vida al considerar que la persona mayor queda liberada de las cargas familiares y laborales, alcanzan la plena libertad de emplear su tiempo y sus recursos en lo que realmente le gusta hacer. La experiencia acumulada les puede

servir para alcanzar prestigio social, prudencia, sabiduría, independencia y felicidad. De ahí que las personas mayores, en algunos ámbitos profesionales, como la política o la vida académica, puedan alcanzar más prestigio a medida que avanza su edad. No ocurre lo mismo en el desarrollo profesional en otros sectores que requieren menor cualificación, tales como la agricultura o la industria.

Tabla 3. Mitos y hechos sobre las personas mayores.

Mito	Hecho
Las personas mayores son muy parecidas	Es un grupo de edad donde existe, tanta diversidad como en cualquier otro
Suelen ser personas aisladas	Las personas mayores mantienen estrecho contacto con familiares y amigos.
Son personas enfermas, débiles y dependientes	La mayoría viven de forma independiente.
Frecuentemente sufren un pronunciado deterioro cognitivo	Para la mayoría de las personas mayores, si hay disminución de algunas capacidades intelectuales, no son lo suficientemente graves como para causar problemas en la vida cotidiana
Están deprimidos	Las personas mayores que viven en comunidad, tienen tasas más bajas de depresión diagnosticada que otros grupos de edad más jóvenes
Son personas inflexibles, difíciles de tratar y rígidas	La personalidad se mantiene constante a lo largo de toda la vida
Raramente se enfrentan al deterioro asociado al envejecimiento	La mayoría de las personas mayores se adaptan con éxito a los cambios.

Fuente: American Psychological Association (1998)

Si los agrupamos, los estereotipos negativos son más comunes cuando se trata de las representaciones negativas e incluso peyorativas de vejez. Carvajo (2009) hace una categorización de cuatro tipos de estereotipos, a) desde la *perspectiva cronológica*, b)

desde la *biológica o de la salud*, c) desde la *psicológica o personal* y d) desde la *sociológica*. Según estas categorías, y teniendo en cuenta los estereotipos citados por los distintos autores (APA 1998; Losada Baltar 2004; Palmore 1999; Carvajo, 2009),

los estereotipos negativos más comunes en torno al envejecimiento y la vejez, serían:

a) *El estereotipo cronológico*: se basa en el número de años vividos. Así una persona *vieja* sería la que tiene muchos años. En las sociedades preindustriales los hombres más poderosos y sabios del colectivo eran los que tenían más años, precisamente porque eran una minoría. Los mayores del grupo ocupaban un estatus dominante y su autoridad se imponía mediante normas culturales que servían para guiar al grupo. Ya hemos señalado que, en la actualidad, las personas mayores están más representadas cuantitativamente, pero han perdido todos los privilegios de estatus en la comunidad, precisamente también por el hecho de tener más años.

b) *El estereotipo biológico*: hace referencia al envejecimiento como pérdida de la salud, etapa de declive físico sin retorno, impotencia sexual, fragilidad y deterioro físico con los signos propios de la vejez (flacidez, canas, arrugas, etc).

c) *El estereotipo sociológico*: describe a esta etapa como improductiva y consecuentemente las personas mayores pierden interés para la comunidad, quien las describe como inútiles, incapaces de adaptarse a los cambios y aisladas, incluso en algunos casos, pobres y abandonadas. Sin embargo, las personas mayores en las sociedades contemporáneas se han constituido como un pilar fundamental en las familias, suelen cuidar de los nietos y mantener a los hijos que tienen menos posibilidades de emanciparse. Sí es verdad que experimentan la pérdida de parejas,

amigos y seres queridos coetáneos en mayor proporción que en otras etapas de su vida, pero también ocurre que después de los 65 existen amplias relaciones sociales, tanto familiares como de amigos.

d) *El estereotipo psicológico*: ha hecho de la vejez una etapa de deterioro y pérdida de la capacidad sensorial, cognitiva, de la memoria y la atención. También hace un atributo injustificado de las personas mayores como más proclives a padecer enfermedades de tipo psicológico, como depresión y ansiedad. Sería conveniente precisar que bajo el concepto de depresión se pueden denominar estados de ánimo de tristeza, abatimiento o desánimo y, en cualquier caso, ha sido catalogada como la enfermedad de la modernidad, sin haber una relación directa entre el factor edad y la depresión.

En conclusión, son varias las posibilidades que tenemos para interpretar el papel de las percepciones sociales sobre las personas mayores. Podemos decir que las percepciones negativas no son erróneas, sino que responden a lo que numerosas personas, de distintas edades piensan y creen, incluidas las propias personas mayores. Negar esta evidencia no conduce sino a un optimismo nihilista que de poco sirve para nuestros propósitos.

También podemos interpretar que las percepciones sobre el envejecimiento son múltiples y variadas, unas acertadas y otras –las más– erróneas. Tal vez sea interesante plantear que la coexistencia de distintas y, a veces, contrapuestas visiones del envejecimiento forma parte de la realidad social. No se puede pretender que las personas in-

terpreten lo que nos interesa a los profesionales, sino que los profesionales debemos proponer modelos alternativos que puedan explicar otras cosas a las que piensan las personas, saber por qué las piensan y cómo se puede introducir elementos que mejoren esas visiones.

Es cierto que con visiones tan negativas es difícil, en principio, educar y educarnos como adultos mayores. Muchas personas adultas mayores consideran que sus vidas como tales debe ser aceptar resignadamente sus progresivas limitaciones funcionales. La edad parece que lo explica todo. Otras, sin embargo, elaboran visiones diferentes de sus vidas y trata de optimizar al máximo sus posibilidades y minimizar los déficits.

En cualquier caso, parece necesario desarrollar un conocimiento mayor sobre los perfiles de unos y otros: ¿qué aspectos hacen que una persona encare de una manera A su envejecimiento y otra lo haga de una forma B y la otra de una forma C?. Lo que hoy sabemos en psicología cognitiva nos hace pensar que no existe un número ilimitado de formas de pensar ni de creencias sino, más bien, que existe un conjunto de conocimiento y creencias que pueden ser agrupadas dentro de un número bastante limitado de teorías personales sobre qué es mi envejecimiento frente al de los otros (p.e. de cuatro a siete).

Por último, si se logra determinar lo anterior estaríamos en mejores condiciones para conocer, recuperar y educar en una idea diferente y actualizada del envejecimiento, es decir, promover estrategias para que las personas, no sólo piensen, sino que hagan cosas diferentes para ellas mismas y las demás, incluso aquellas que parten de niveles simples de interpretación de su vida y de la realidad.

2. ¿Las personas mayores son capaces de aprender?

Una creencia socialmente importante y extendida es que en el envejecimiento la capacidad de aprendizaje de las personas es muy limitada o nula. Este estereotipo se deriva de la mezcla de varios de los anteriormente señalados. La edad (estereotipo cronológico) es un factor que limita las ganas (estereotipo biológico) y las capacidades para aprender (estereotipo psicológico), porque en nuestra vida aprender tiene un carácter instrumental encaminado al fin de formarnos para trabajar y cuando pasas a ser improductivo el aprendizaje pierde todo su valor (estereotipo sociológico)

Si desde la primera juventud se produce un leve declive en las funciones cognitivas, no se produce necesariamente una pérdida tan drástica al llegar a los sesenta o setenta años, aunque evidentemente las consecuencias de ese declive serán mayores a medida que transcurran los años. Es justo valorar que no en todas las personas el decrecimiento es el mismo, ni tiene las mismas consecuencias dado que esto depende, entre otras cosas, del propio desarrollo cognitivo de cada persona, pero también del tipo de prácticas que lleven a cabo en su vida cotidiana.

La actividad intelectual y el aprendizaje no sólo son posibles en el proceso de envejecimiento sino recomendables para desarrollar mayor plasticidad cognitiva a lo largo de toda la vida adulta. En cuanto a la creencia extendida de que las personas mayores no son capaces de aprender porque el deterioro cognitivo está altamente representado en esta etapa, se puede decir que a lo largo de todo el ciclo vital se producen cambios en el funcionamiento cognitivo en los que

se ve implicado, en mayor o menor medida, el aprendizaje, no sólo durante la vejez.

A lo largo de los primeros años de vida y hasta el final de la adolescencia se produce un acelerado desarrollo en la capacidad de aprender en todos sus ámbitos: tipo de tarea, tiempos y consolidación de lo aprendido en estructuras de conocimiento, etc. Tras la primera juventud se produce un lento declive en el funcionamiento cognitivo fluido, producido por una ralentización de las conexiones neuronales, lo que lleva a tiempos de reacción más largos ante los estímulos.

Así se ven afectados los tiempos necesarios para producir aprendizaje, sobre todo en tareas fluidas. Aún así es imprescindible tener en cuenta que no todos los sujetos se ven afectados de igual manera en este decrecimiento de su funcionamiento cognitivo y esto depende de los niveles educativos, profesionales y, en general, del desarrollo cognitivo individual (Arnay, 2007).

El declive en la función cognitiva a lo largo del tiempo se puede compensar con la práctica. Las investigaciones sobre el deterioro cognitivo en la vejez encuentran una relación positiva entre la participación en actividades intelectuales y sociales y el mejor funcionamiento y mayor plasticidad cognitiva en las personas mayores (López y Calero 2009; Whalley, 2006).

Whalley, por ejemplo, afirma que la plasticidad (capacidad de las neuronas para cambiar su estructura y función), que puede encontrarse en muchas funciones del cerebro, es la primera respuesta cerebral a la ralentización provocada por el envejecimiento y este es uno de los indicadores por los que el autor afirma que el cerebro continúa desarrollándose mientras envejece. El

declive que aparece en las funciones cognitivas de la memoria y velocidad mental que comienza a aparecer al principio de la edad adulta, alrededor de los 25 años, *queda más que compensado por la adquisición y consolidación de otras habilidades mentales y mayores destrezas para resolver problemas* (Whalley 2006: 58).

Las propuestas sobre el envejecimiento y la educación de las personas mayores señalan que no sólo es posible el aprendizaje de las personas mayores sino que además mejora la calidad de vida de los educandos, aporta sentido y significado a las cosas que hacen y considera que el aprendizaje educativo formal permite establecer nuevas relaciones cognitivas que no sería posible establecer por otras vías (Arnay, 2006).

El enfoque del envejecimiento constructivo nace a partir de las experiencias educativas en las Universidades para Mayores como resultado de la búsqueda de las razones que justifican los procesos de enseñanza y aprendizaje frente a otras posibles actividades (físicas, de ocio, culturales, etc.). Plantea que el envejecimiento es una etapa llena de múltiples posibilidades de realización personal, intelectual, afectiva y relacional que permite demostrar las posibilidades que desarrollan las personas mayores en situaciones de aprendizaje, los cambios que se producen en el alumnado, en sus comportamientos, actitudes, habilidades y perspectivas sobre la realidad demuestran que esta etapa de la vida está abierta a nuevos, variados e importantes cambios en el pensamiento y la acción (Arnay, 2006).

Mientras el sistema educativo formal se ocupa, a través de sus distintos niveles, de educar a niños, niñas y adolescentes para la vida adulta, la Educación Superior es una etapa educativa no obligatoria cuyo

objetivo final es la inserción en el mercado laboral de sus egresados. Pero ¿qué ocurre cuando los objetivos de quiénes demandan educación son otros? O dicho de otro modo, ¿qué sucede cuando quienes desean aprender son personas que ya se han insertado en el mundo laboral e incluso ya han salido de él?

Algunas investigaciones relacionan el papel del aprendizaje en el envejecimiento activo (Orte, 2006). Estos últimos concluyen que las necesidades de aprendizaje de los mayores, la habilidad de permanecer activo a nivel físico, mental y social depende, en parte, de la participación continuada en el aprendizaje y la educación. Ya el fundador de la primera Universidad para Mayores en 1973, el profesor Pierre Vellas, planteó que la mejora de la calidad de vida era uno de los elementos claves en el surgimiento de estos programas.

El envejecimiento constructivo constituye un paso más en la relación entre la educación y las personas mayores. Mientras el envejecimiento activo supone *hacer* muchas cosas, participar en distintas actividades culturales, artísticas, de actividad física, de participación social, con el objetivo de mejorar la calidad de vida durante más tiempo, el envejecimiento constructivo implica *sentir, pensar*, con la finalidad de dar sentido y significado a las cosas que se hacen, considerando que el aprendizaje educativo formal permite establecer nuevas relaciones cognitivas que no sería posible establecer por otras vías.

El envejecimiento constructivo toma en consideración aspectos de los otros tipos de envejecimiento señalados pero incorpora de forma fundamental el papel de la educación como *un contexto específico y único* para promover determinados aprendizajes,

que serían difíciles de alcanzar mediante otras tareas y otros contextos, los habituales en donde transcurre la vida cotidiana de las personas.

El papel de la educación sería, en tal sentido, promover situaciones, tareas y demandas propias de los procesos de enseñanza y aprendizaje que, lógicamente, conllevan y movilizan aspectos distintos a lo que hacen los siete tipos de envejecimiento propuestos hasta ahora.

4. Una educación para la emancipación

Si entendemos que el envejecimiento constructivo se promueve por la acción educativa formal, y más en concreto en las Universidades para Mayores, está claro que es de suma importancia que no se caiga en los usos y costumbres que suelen acompañar los procesos tradicionales de enseñanza y aprendizaje universitarios.

Sin que podamos extendernos mucho en esta cuestión sí nos parece importante señalar que lo que esa educación debe buscar es la emancipación de la persona, que conlleva romper los límites predeterminados por la biología, que siempre están ahí, pero entender que todas las etapas de la vida son susceptibles de permitir una cierta evolución, aún dentro del patrón de disminución de capacidades. Esto significa que la vida no se define solamente en un momento o una etapa concreta, sino que siempre existe la posibilidad de nuevas adaptaciones sujeto-contexto, de construir nuevas interpretaciones de la realidad que nos circunda, o de reinterpretar datos de una situación o de un problema de otra manera: siempre es posible construir nuevas miradas, nuevos enfoques.

*“El hombre existe –existe-
re- en el tiempo. Está dentro.
Hereda. Incorpora. Modifica.
Porque no está preso en un
tiempo reducido, en un hoy
permanente que lo abrume.
Emerge de él. Se moja en él.
Se hace temporal”*

(Paulo Freire, 1969: 30)

Pero para que esto sea posible es necesario que la persona mayor se encuentre en una situación en donde eso ocurra, debe haber educación. Esto es, una acción intencional que promueva, a través de la enseñanza, un proceso de reelaboración consciente y guiado del conocimiento sobre la realidad. No como un acto aislado y espontáneo, sino como una propuesta consciente y sistemática, donde la persona se ve confrontada con otros modelos, otras representaciones de la realidad, otras opiniones e interpretaciones. Ese debería ser el papel de la educación en cualquier momento de la vida, también durante el envejecimiento.

Esa educación no es la que actualmente predomina en las instituciones de Educación Superior, ni siquiera con la benevolente filosofía boloñesa. Por eso, debemos reivindicar otras funciones educativas emancipadoras. En concreto sería importante que la enseñanza destinada a personas mayores se pusiera al servicio del aprendizaje para facilitar al menos tres cuestiones importantes:

a) *El sistema de deseos y proyectos*: la educación debe servir como plataforma de proyección que nos permita entender la realidad como parte de los deseos, es decir, ligando conocimiento y sentimientos. El divorcio que se produce en tal sentido no permite una implicación emocional y afectiva, lo

cual lleva a una asimilación *en frío* del conocimiento, lo cual acaba convirtiéndose en una asimilación poco significativa y descontextualizada.

Todo aprendizaje debería formar parte de un proyecto de indagación personal, de búsqueda de razones, de argumentos, de explicaciones. Lo contrario es convertir el aprendizaje en un acto mecánico y reiterativo que no persigue ninguna finalidad concreta, lo cual no le permite al sujeto ejercer el debido control y contrastación de aquello que aprende.

b) *Las creencias sobre el funcionamiento del mundo y sobre lo que podemos esperar de él*: la educación y el aprendizaje, en la actualidad, se convierten en instrumentos imprescindibles para comprender mejor el mundo que vivimos. Comprender *mejor* significa introducir un matiz valorativo importante; no se trata de saber más, sino tener mejor. Saber no es acumular, sino tener actitudes para organizar, reorganizar y confrontar los datos que vamos obteniendo sobre la realidad a través de los distintos medios a nuestro alcance.

Esto significa que lo que hoy creemos saber puede sufrir cambios si no tenemos verificación que corrobore nuestras creencias con los datos que nos proporcionan desde el ámbito educativo las distintas disciplinas. Esto implica que, en caso necesario, un choque excesivo entre nuestras creencias y los datos proporcionados nos debe llevar a la posibilidad de estar equivocados, asumir la equivocación y buscar la interpretación más adecuada o mejor para nuestra comprensión.

Implica también el dominio de un cierto perspectivismo que nos permita enten-

der que mis explicaciones no son las únicas, ni las mejores, sino una más entre otras muchas, con lo cual siempre es posible adoptar otros puntos de vista si pensamos que son mejores que los nuestros. Estas creencias no sólo involucran determinados conceptos sobre el mundo sino valores personales, lo que nos lleva a plantear que dependiendo de la profundidad del cambio puede significar que nuestros valores puedan sufrir cambios si no soportan la prueba de la contratación entre la propia creencia y los datos de la realidad.

- c) *Las creencias sobre sí mismo y sobre su capacidad para enfrentarse a situaciones y problemas:* Uno de los aspectos más interesantes de nuestras experiencias educativas con personas mayores es poder comprobar que en una amplísima mayoría el alumnado confía plenamente en sus capacidades y destrezas para aprender. Esa autopercepción positiva de las propias capacidades y destrezas juega un papel muy importante en los aprendizajes que se quieran llevar a cabo. Sin esa capacidad sería muy difícil ni siquiera tomar la decisión de asistir a las clases, pero también resultaría complicado mantener las ganas de continuar a lo largo de una serie de años, como le ocurre a la mayoría del alumnado de las Universidades para Mayores, que permanecen más años que los que corresponden a la oferta educativa que se realiza.

Referencias

- American Psychological Association (1998). *What practitioners should know about working with older adults*. Recuperado el 30 de septiembre de 2011 en <http://www.apa.org/pi/aging/resources/guides/practitioners-should-know.aspx#>
- Arnay, J. (24 de Mayo de 2007). Envejecimiento de la población y necesidades de la formación de los mayores. *La formación permanente en la estrategia europea*, Presentación del Proyecto AEPUMA. Madrid: IMSERSO (pp. 1-13)
- Arnay, J. (2006). La contribución de las Universidades al envejecimiento constructivo (pp. 1-20). *Seminario Internacional sobre la situación del envejecimiento*. Madrid: IMSERSO.
- Carvajo, M. D. (2009). Mitos y estereotipos sobre la vejez. Propuestas de una concepción realista y tolerante. *Ensayos. Revista de la Facultad de Educación de Albacete* (24), 87-96.
- Centro de Investigaciones Sociológicas. (2009). *Barómetro 2009. Estudio 2801*. Madrid: CIS.
- Delgado, M. (2003). La construcción social de la vejez. *Jano*, 12-14.
- Freire, P. 1969, *La educación como práctica de la libertad*, México-Argentina: Siglo XXI.
- IMSERSO -CSIC. (2009). *Un perfil de las personas mayores en España 2009*. Madrid: Portal Mayores.
- IMSERSO (2010). *Las personas mayores en España*. Madrid: IMSERSO.
- López, Á., y Calero, M. D. (2009). Predictores del deterioro cognitivo en ancianos. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 4 (44), 220-224.
- Losada, A. (2004). *Edadismo: consecuencias de los estereotipos, del prejuicio y la discriminación en la atención a las personas mayores. Algunas pautas para la intervención*. IMSERSO. CSIC. Madrid: Portal Mayores.
- Montorio, I., Izal, M., Sánchez, M., y Losada, A. (2002). Dependencia y autonomía funcional en la vejez. La profecía que se autocumple. *Revista Multidisciplinar de Gerontología*, 2 (12), 61-68.
- Orte, C. (2006). *El aprendizaje a lo largo de toda la vida*. Madrid: Dykinson.
- Palmore, E. B. (1999). *Ageism. Negative and Positive*. New York: Springer Publishing Company.
- Pinazo, S. (2005). Estereotipos de las personas mayores ¿qué significa ser mayor? *Mitos y Realidades de las Personas Mayores* (pp. 7-22). Bilbao: Hartu-Emanak.
- Triadó, C., Celdrán, M., Conde, J.L, Montoro, J., Pinazo, S. y Villar, F. (2008). *Envejecimiento productivo: la provisión de cuidados de los abuelos a los nietos. Implicaciones para su salud y bienestar. Informe de investigación IMSERSO*. Madrid: IMSERSO
- Villar, F. (1998). *Representación social del envejecimiento a lo largo del ciclo vital*. Tesis. Doctoral. Universidad de Barcelona.
- Whalley, L. (2006). *Cuando el cerebro envejece*. Barcelona: Entretres.

Fecha de recepción: 28/08/2012
Fecha de aceptación: 30/10/2012