

## JUBILACIÓN Y ALTERNATIVAS PARA UN OCIO CREATIVO

Gerardo Hernández Rodríguez  
*Universidad de La Coruña*

Frecuentemente se identifica jubilación con inoperancia, incompetencia o inactividad y ocio con holganza, con no hacer nada. Ni lo uno ni lo otro es cierto.

En este capítulo pretendemos poner de manifiesto, por un lado, cual es la realidad de la jubilación, sus características, sus consecuencias y sus posibilidades y, por otra parte, que ese infinito tiempo libre del que disponen las personas jubiladas puede ser convertido en un tiempo de ocio positivo, en el que enriquecer la jubilación desde actividades creativas, que ilusionen y gratifiquen.

Asimismo, veremos a las personas jubiladas no solo desde la faceta de quienes han cesado en una actividad profesional, sino también en su condición de abuelos, para aquellos que lo son, en sus distintos tipos y en sus diferentes ocupaciones relacionadas con este rol.

Desde el punto de vista social y profesional, la jubilación es la situación a la que pueden acceder las personas que, atendida la circunstancia de la edad, cesaron voluntaria o forzosamente en su trabajo profesional por cuenta ajena o por cuenta propia; es el término del desempeño de tareas laborales remuneradas a causa de la edad. Cada país establece el momento cronológico de la vida en que se produce la jubilación.

Sin embargo, creo que, aquí y ahora, nos interesa comentar en otro sentido el significado de la jubilación.

Hay lenguas –en inglés, concretamente– en las que jubilarse significa retirarse, de *retirement*; en español, jubilarse, jubilación, viene del latín *jubilatio*, que

significa viva alegría, júbilo, y especialmente la que se manifiesta con signos exteriores.

Es evidente la diferencia de enfoque que en cada sociedad se da al mismo hecho:

- Retirarse es apartarse, aislarse en soledad.
- Jubilarse es alegrarse, regocijarse, divertirse, exultar, gozar.

Sin duda, nos vence la tentación de quedarnos con esta segunda acepción. Pero depende de la propia persona que se jubila, el que el hecho de jubilarse implique las connotaciones expresadas, del ánimo con que se enfoque su nuevo estado, de los recursos que de sí misma saque para vivir positivamente esta etapa de su existencia.

La jubilación, de hecho, supone la interrupción de la vida laboral, el replanteamiento de la vida familiar, la disponibilidad de más tiempo libre, la necesidad de ocupar el abundante ocio, la reducción (la mayoría de las veces) del poder adquisitivo por ser –generalmente– las pensiones de menor cuantía que los ingresos habituales. Pero también supone la posibilidad de dedicarse a actividades diferentes, de recuperar el tiempo a compartir con el cónyuge y el resto de la familia, la perspectiva de hacer cosas que siempre se han querido hacer y para las que antes no se encontraba la oportunidad o el momento, de gestionar adecuadamente el tiempo libre y el ocio, haciendo que éste sea creativo.

Pero para todo ello es necesario mentalizarse y prepararse con suficiente antelación. En este sentido, la Recomendación n°40 de la I Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento planteaba que “los gobiernos deberán tomar o fomentar medidas para que la transición de la vida activa a la jubilación sea fácil y gradual, y hacer más flexible la edad de derecho a jubilarse. Estas medidas deben incluir cursos de preparación para la jubilación y la disminución del trabajo en los últimos años de la vida profesional”. Ya son diversas las experiencias puestas en marcha en nuestro país por diferentes entidades tanto públicas como privadas, facilitando a los trabajadores jubilados o en trance de jubilación cursos y programas de adaptación y preparación para la jubilación, como es el caso de UNIÓN-FENOSA, pionera en España en esta experiencia y que va ya, en el año 2008, por sus XXVIII Jornadas.

El pasar de persona económicamente activa a pensionista o jubilado supone, a su vez, el incorporarse, por decreto, a la ancianidad ya que, comúnmente, se incluye en esta categoría socio-demográfica a toda persona que ha dejado su actividad profesional o laboral.

Con esta ancianidad decretada la sociedad pierde, a su vez, el concurso valioso de muchas personas capacitadas y aptas para el desempeño de su actividad profesional, básicamente en los campos de la docencia, la investigación y la

creatividad, al tiempo que ha de verse impelida a buscar actividades ocupacionales para un sector cada vez mayor de la población que, mientras tenga facultades para ello, no quiere verse postergado a la categoría de parásito social.

Por consiguiente, uno de los retos que ha de afrontar nuestra sociedad, para paliar en la medida de lo posible estas desigualdades sociales, fruto de una dinámica demográfica concreta, son la cobertura de las necesidades asistenciales y económicas de la población jubilada y anciana, la preparación para la jubilación de personas que se encuentran entre los 55 y los 65 años y la creación o el desarrollo de recursos para la ocupación del tiempo libre.

Tradicionalmente se viene identificando la ancianidad con la jubilación. Y esto, en la medida en la que las jubilaciones llegan a las personas contando éstas con menos edad y en mejor estado de salud física y mental, implica una ancianidad decretada con las repercusiones emocionales, económicas, sociales, de ocupación del tiempo libre, de identidad y de otra índole que es fácil suponer.

Dada la actual esperanza de vida media, son muchos los años que tienen por delante los jubilados, y máxime los trabajadores que accedan a la jubilación anticipada y que se sientan jóvenes con razones objetivas para ello, pero no preparados mentalmente ni en su entorno socioeconómico para afrontar la nueva situación para que la jubilación se derive, efectivamente, en júbilo.

Además, en una sociedad caracterizada por el culto a la eficacia y la productividad, por un acusado economicismo, se tiende a marginar a las personas consideradas económicamente no activas y, por tanto, improductivas, llegando a caer en despropósitos tales como instalar en las calles, como ocurre en las de Pozuelo de Alarcón, en la provincia de Madrid, unas señales de tráfico nada apropiadas. La realidad de millones de jubilados no tiene nada que ver con esta imagen asociada a un anciano achacoso que precisa de un bastón para caminar en una postura encorvada.

Tal y como destaca el profesor Ricardo Moragas (1989), el significado y las características del trabajo en la sociedad contemporánea están experimentando cambios evidentes. Las actuales tecnologías dejan desfasadas y obsoletas en poco tiempo a ciertas profesiones, y requieren la adaptación o el reciclaje de aquellos trabajadores o profesionales que las desempeñan, cuando no su cese en el ejercicio de las mismas. Sin embargo, la mayoría de estas personas están todavía capacitadas para su dedicación a alguna actividad.

En nuestra sociedad desarrollada, industrializada y urbana, el adulto que deja el trabajo y se jubila pasa a formar parte de un grupo social distinto, con una posición claramente diferenciada y definida por su separación de la población “activa”, su falta de rentabilidad potencial presente y futura en el sistema producti-

vo y su inclusión en una normativa especial concreta: la de jubilado o miembro de las “clases pasivas”.

De entre dos personas de la misma edad, de las cuales una siga desempeñando una actividad laboral remunerada y otra que se haya jubilado, para nuestra sociedad, la primera será un adulto capaz de valerse por sí mismo, mientras que la segunda pasa a ser un individuo ajeno al desarrollo socioeconómico y beneficiario de la asistencia social.

En este tipo de sociedad, quizá no se caiga en la cuenta muchas veces de que el grado de progreso y desarrollo alcanzado se debe, precisamente y en gran medida, al esfuerzo, los saberes y el trabajo de quienes han alcanzado la edad de la jubilación –y de otros que no llegaron a ella–, y a los que corresponde, en justicia, ser acreedores de los beneficios y la consideración sociales debido a su innegable y prolongada aportación.

FACTORES EN EL PROCESO DE JUBILACIÓN	
ACTIVO	PASIVO
Aptitud funcional plena	Aptitud funcional reducida
Enfasis en la apariencia externa, joven = bello	Apariencia externa contraria a lo ideal, viejo = feo
Status productor-consumidor. A mayor poder económico, mayor status	Status perceptor pasivo de renta-pensión. Bajo poder económico sin posibilidades de mejora
Independencia económica basada en el trabajo	Dependencia económica externa: pensión
Autorrealización por objetivos Profesionales-económicos	Sin posibilidades de realización profesional-económica
Respuesta a problemas basados en la creatividad	Respuesta a problemas basados en la experiencia
Ampliación de contactos sociales	Limitación de contactos sociales

La adaptación a la jubilación es un proceso. Un proceso en el que, en todo caso, hay que tener presente lo que significa acostarse *activo* y levantarse *pasivo*. Y estos matices diferenciadores entre la situación de *activo* y la de *pasivo*, así como los factores condicionantes de la decisión de la jubilación y las alternativas a la jubilación quedan reflejados en los ya clásicos y conocidos cuadros anterior y siguientes.

Las actitudes iniciales ante la jubilación son ambivalentes. Muchos trabajadores esperan con ansiedad este momento. La fuerza y la dirección del deseo están relacionadas con la satisfacción que experimentan en su trabajo. Generalmente, cuanto más alto es el nivel educativo y el tipo de trabajo, menos desean jubilarse las personas y es más probable que continúen trabajando después de los sesenta y cinco años. En cambio, los trabajos físicos, alienantes o tediosos llevan asociado el deseo de una jubilación lo antes posible.

<b>FACTORES CONDICIONANTES DE LA DECISIÓN DE JUBILACIÓN</b>	
<b>INSTITUCIONALES</b>	<b>PERSONALES</b>
Ciclo económico: Reestructuración de sectores. Posibilidades de empleo	Estado de salud
Tendencias de legislación social. Cambio en las pensiones	Motivación e intereses en otras actividades
Políticas de organización, trato a los trabajadores de mayor edad	Finanzas personales y posibilidad de otros ingresos
Puesto de trabajo desempeñado, exigencias y futuro del mismo	Actitud familiar; responsabilidades familiares; existencia de personas dependientes
Actitud social hacia la jubilación	Deseo de cambio o de nueva actividad
	Satisfacción en el trabajo

Ante las reticencias, los rechazos, las desconfianzas, el desinterés o la apatía por parte de organismos, empresas y de los propios trabajadores a la hora de planificar, impartir y beneficiarse de los programas de preparación para la jubilación, procede proponer una serie de medidas y actuaciones que sirvan ante todo, para reflexionar sobre la acción beneficiosa de los programas y cursos de preparación para la jubilación y, después, para potenciar su implantación y estimular e inducir a sus beneficiarios, los futuros jubilados, a acceder a los mismos.

- Han de ser reformadas las opiniones negativas de una parte de la población, en relación con el hecho de la jubilación.
- El jubilado es una persona capaz de llevar a cabo, a lo largo de su vida, actividades acordes con su estado de salud física y mental. No hay por que considerarle “a priori”, un ser deficitario.
- Se han de valorar debidamente los beneficios de la preparación para la jubilación. Sería necesario superar los obstáculos económicos para la reali-

zación de estos programas. El invertir en ellos es “humanamente rentable”, aunque no se considere “económicamente productivo”.

- Cabe destacar, asimismo, el papel que en este cometido pueden tener los medios de comunicación social, ya sean escritos o audiovisuales, con la implantación y difusión de los cursos de preparación para la jubilación a distancia, a fin de que lleguen a aquellos lugares y personas que, de no ser por estos medios, no podrían beneficiarse nunca de estos cursos.

<b>ALTERNATIVAS A LA JUBILACIÓN</b>	
<b>FLEXIBLE O VOLUNTARIA</b>	<b>PASIVO</b>
No discrimina por razón de la edad, respeta el derecho constitucional al trabajo	Todos los individuos son tratados igualmente evitando discrecionalidades
Aprovecha los conocimientos de trabajadores experimentados con beneficios para el individuo y la sociedad	Evita pruebas o demostración de aptitudes de los trabajadores y consecuencias negativas para los no aptos
Reduce los gastos de la seguridad social si se dilata la jubilación	Facilita la promoción y empleo de los trabajadores jóvenes, fomenta la solidaridad y evita enfrentamientos intergeneracionales
Dificulta la previsión de necesidades financieras para pensiones	Permite la previsión de necesidades financieras para pensiones
El sujeto decide el momento. Libertad y autonomía personal	El momento se impone al sujeto; obligatoriedad y falta de reconocimiento a la autonomía
Crece la tendencia a retirarse anticipadamente	La obligatoriedad puede presentar efectos negativos

Las diferentes teorías valoran de forma distinta la influencia de la jubilación en la satisfacción vital y personal. Aunque ya sobradamente difundidas, las traemos aquí de nuevo a título recordatorio e ilustrativo:

- Teoría de la continuidad. Asume que la jubilación produce un cambio poco significativo, tanto en las actitudes como en las actividades, de tal manera que su significado personal está muy relacionado con la forma de vida anterior a ella.
- La teoría de la actividad sostiene que la mejor forma de adaptarse a la nueva situación es mantener unos niveles adecuados de actividad que compensen las posibles pérdidas derivadas del final de la vida laboral.

- La teoría de la consistencia mantiene que la relación entre la jubilación y la satisfacción vital viene determinada por la media en que se cumplan las expectativas que tiene la persona respecto de su nuevo estado. La salud y los aspectos económicos aparecen como variables mediadoras significativas de la satisfacción posterior a la jubilación.
- La teoría de la desvinculación considera que la jubilación supone para la persona un progresivo alejamiento de sus roles o papeles en la sociedad, así como el distanciamiento de la sociedad respecto de ella.

La jubilación hay que entenderla como un proceso que comienza antes de la edad oficial de jubilación y que se prolonga bastante después de este momento, que abarca diferentes fases. Recordemos cuales son las ya también clásicas seis etapas.

- *Fase de prejubilación:* se caracteriza porque la persona que se va a jubilar va tomando conciencia del significado de la jubilación. Durante esta fase se anticipa cómo será la jubilación.
- *Fase de jubilación:* puede llevarnos a tres tipos de vivencias alternativas.
  - La luna de miel, que se caracteriza porque las personas intentan hacer todo lo que desearon hacer y no pudieron en los años anteriores. No todas las personas experimentan este periodo. Algunos que se han preparado y han cultivado algún tipo de actividad previa no pasan por esta fase.
  - La de rutina, que se caracteriza porque se tienen actividades y grupos estables, con lo que únicamente hay que cambiar el tiempo dedicado a estas actividades.
  - La de relax y descanso, que se caracteriza por una reducción temporal de la actividad, de forma opuesta al incremento que se produce en la luna de miel.
- *Fase de desencanto y depresión:* aparece cuando la persona jubilada comprueba que sus expectativas, ideas y fantasías sobre la jubilación no se cumplen.
- *Fase de reorientación:* las personas deprimidas pasan por una fase de reevaluación y elaboran propósitos y proyectos más realistas de su experiencia como jubilados.
- *Desarrollo de un estilo de vida rutinario posterior a la jubilación:* se generan medios para afrontar rutinariamente los cambios producidos como consecuencia de la jubilación. Aquellas personas con una rutina satisfactoria de jubilado son conscientes de sus capacidades y limitaciones,

conocen lo que se espera de ellos y tienen asumido su propio rol o papel.

- *Fase final del proceso de jubilación:* para algunas personas, el rol o papel del jubilado es irrelevante debido a que vuelven al trabajo o, más probablemente, debido a una enfermedad o a una incapacidad.

### El ocio y el tiempo libre

El ocio, según un concepto simplista que parece contraponerse al de “negocio” (negación del ocio) es el tiempo de “no hacer nada”. Y se llega a esta conclusión porque para el ser humano actual su jornada se divide en tres partes:

- Unas cuantas horas dedicadas a satisfacer las necesidades más elementales: alimentarse, dormir.
- Otras horas, muchas, en la dedicación lo que comúnmente entendemos por “trabajar” (en el caso de muchos jóvenes estudiar) y en las que se incluye el tiempo empleado en los desplazamientos del domicilio al lugar de trabajo o estudio y regreso.
- El resto del día es lo que pasa a formar parte de nuestro “tiempo libre”.

La OCDE, por su parte, propone cuatro categorías de tiempos en la vida de cada persona:

- Tiempo destinado a las necesidades esenciales elementales.
- Tiempo dedicado a las actividades ligadas a las responsabilidades.
- Tiempo dedicado a las obligaciones contratadas.
- Tiempo libre.

Este tiempo libre o tiempo de ocio o para el ocio debería emplearse, en teoría, para que cumpliera tres funciones:

- Recuperar al individuo de la fatiga laboral descanso,
- Facilitarle los medios adecuados para el desarrollo de su personalidad y
- Proporcionarle diversión.

La OCDE recomienda que la duración del tiempo libre debe darse preferentemente junto a la de las otras categorías de tiempo. Lo cual significa que han de establecerse los denominados *presupuestos de tiempo* o secuencia y duración de las actividades desarrolladas por una persona a lo largo del día. En el caso de los mayores, y particularmente si están jubilados, implica generalmente una distribución en tres de las cuatro categorías referidas, toda vez que las obligaciones contratadas ya no se dan en esta etapa de su vida.

Estas tres funciones constituyen una meta menos ambiciosa que la que se proponían los griegos, pero más realista y adecuada a nuestra civilización actual. A esta realidad correspondería una definición, ya más rigurosa que la dada al principio de este epígrafe, como la formulada por Dumazedier (1962): “*Un conjunto de ocupaciones a las que puede aplicarse voluntariamente el individuo, ya sea para descansar, para divertirse o para desarrollar su voluntaria participación social, su información o su formación desinteresada, después de haberse liberado de todas sus ocupaciones profesionales, familiares o sociales*”.

El de ocio, conforme señala Gil Calvo (1995), debe sustentarse en dos supuestos básicos: el primero en que lo que se haga en ese tiempo ha de implicar actividades voluntarias, libremente elegidas y no impuestas por ningún estado de necesidad y el segundo que no sean actividades lucrativas, independientes de cualquier clase de retribución diferida, pues su única recompensa inmediata ha de ser la misma participación.

Porque nos parecen no sólo ilustrativas, sino también interesantes a efectos de análisis, vamos a detallar a continuación las dimensiones del tiempo de ocio, según Cuenca (2004), citado y desarrollado por Caballo y Caride (2005), porque al ser el ocio una vivencia, puede manifestarse de muy diferentes formas. Son las siguientes:

- *Lúdica*: que se puede ejemplificar en las experiencias ligadas al juego y a la diversión, a las prácticas deportivas, a la recreación, a las aficiones y a otros pasatiempos, en cualquier momento de la vida.
- *Creativa*: que se configura en torno a la experiencia artística, expresiva y cultural, y relaciona el ocio con las diferentes manifestaciones de la expresión estética, musical, icónica, etc., entendiendo siempre la creatividad como la producción de respuestas novedosas mediante formas y contenidos que impliquen algún tipo de significado para las personas o los contextos en que se inserten.
- *Festivo-comunitaria*: considerada como un exponente de la identidad cultural y social, la fiesta –en el sentido ya sea tradicional, ya moderado– es concebida como una muestra extraordinaria del ocio compartido, frente a las vivencias más individuales del mismo.
- *Ambiental-ecológica*: aparece vinculada al desarrollo de la recreación al aire libre, e integrada en los contornos de la naturaleza y/o del mundo urbano.
- *Solidaria*: Considera el ocio como una vivencia personal, comprometida y altruista, en que predomina la voluntad de cooperar desinteresadamente en tareas de ayuda a otras personas o colectivos, en particular a aquellos que presentan carencias o necesidades.
- *Educativa*: como tal, reconoce el valor pedagógico de las iniciativas y prácticas que se promueven en el tiempo libre y abre el aprendizaje a

nuevas oportunidades formativas, actitudes, aptitudes, competencias, habilidades... que contribuyen a la formación y el desarrollo integral de las personas.

Los jóvenes valoran el ocio como algo fundamental en sus vidas y como algo con lo que compensar el tiempo de dedicación escolar o profesional y la (relativa) disciplina familiar. Se han producido importantes cambios tanto en los tiempos como en los espacios de diversión.

Con las personas mayores ocurre algo semejante. Ahora disponen de un tiempo y unas oportunidades de las que, en su día, carecieron sus antecesores cuando tenían la edad que ellas tienen ahora, entre otras razones porque la esperanza de vida era menor y pocos eran los que llegaban a las edades que ellos han alcanzado en la actualidad, y con las facultades físicas y mentales que les caracterizan y de las que un número importante de ellas disfrutaban. Los mayores que ya están jubilados, a diferencia de los jóvenes, valoran el tiempo de ocio para compensar los muchos y largos años pretéritos dedicados al trabajo y para ocuparse en actividades que entonces no se les ofrecían o a las que tenían difícil acceso.

Las personas, por lo general, tienden a relacionarse con otros de su misma edad con los que comparten unas pautas de conducta y unas características psicológicas concretas, formando grupos de individuos que desde un primer momento comparten una cierta afinidad. Y a medida que las relaciones se consolidan, los amigos se confirman como agentes de mutua socialización.

Así, pues, el grupo de iguales deja sentir su influencia en la configuración de un conjunto de conductas, actitudes y valores, entre los que cuentan los que tienen que ver con el aprendizaje e interiorización de estilos de vida y conductas relacionadas con la ocupación del tiempo de ocio.

Si bien esto es así para la generalidad de la población, en el caso de los mayores se busca, asimismo, una interrelación y una interacción con personas de otros grupos de edad con lo que enriquecer su tiempo de ocio, sus conocimientos y seguir sintiéndose personas miembros de una sociedad plural y no verse excluidos, marginados o encasillados en el grupo de “los viejos”.

Si medir cualquier faceta de la vida humana resulta frecuentemente complicado, en el caso del ocio en general, y en el de las personas mayores en particular, esta dificultad puede ser aun mayor. Por eso es preciso el empleo de determinados indicadores y, en este punto, vamos a seguir los pasos marcados por M<sup>a</sup> Luisa Setién (1993) quien, a este respecto, considera que son tres los apartados en que se concentran estos indicadores, a saber:

- Cantidad de tiempo libre disponible.
- Actividades que se llevan a cabo en ese tiempo libre.

- Equipamientos culturales y de entretenimiento: bibliotecas, teatros, parques, etc.

El ocio, que se manifiesta a través de una serie de actividades que se realizan en un tiempo liberado de obligaciones, adquiere en el caso de los mayores una carta de naturaleza particular, ya que su tiempo de ocio es tanto como el que ellos quieren tener después de realizar unas actividades a las que, generalmente, no están obligados por compromisos profesionales. Y en este sentido, una de las consideraciones que primero se han de formular es el mayor o menor desembolso económico que esas actividades requieren y que no siempre está al alcance de unas economías cuya principal fuente son unas pensiones que suelen estar sujetas a limitaciones.

Ciertamente que los equipamientos de algunas de estas actividades son costeados con fondos públicos, por eso es importante que estas infraestructuras sean adecuadamente aprovechadas para que la inversión no se traduzca en despilfarro social y los indicadores antes citados nos dirán razón del aprovechamiento de las mismas. De ahí la importancia de que la información sobre instalaciones y actividades sea llevada a cabo de forma que los mayores, que disponen de abundante tiempo libre para el ocio, puedan conocerlas y utilizarlas.

Evidentemente, para medir el aprovechamiento de los diferentes aspectos del ocio, son válidas unas dimensiones tales como:

- Tiempo disponible para el ocio.
- Utilización del tiempo libre.
- El valor del ocio.

El tiempo liberado de obligaciones es el primer recurso para el ocio y el tiempo libre se toma como una categoría residual. Sin embargo, los mayores han de gestionar esta categoría no como algo residual de otras actividades a las que se ven obligados por un compromiso profesional, sino como una parte principal de su tiempo, haciéndole creativo y procurándole el mayor contenido posible. Es, en realidad, de este espacio cronológico del que han de deducir el tiempo que, aparte del destinado a las necesidades básicas, deseen emplear en actividades a las que se sientan abocados o, en su caso, comprometidos e incluso obligados. En la actualidad, las obligaciones reales o creadas de los “abuelos canguros” suponen, para muchos de ellos, una ocupación tal de su tiempo que, nuevamente, ven restringido al mínimo su tiempo libre para el ocio.

Por eso, para valorar adecuadamente la utilización y aprovechamiento de ese tiempo de ocio en los mayores, y en qué medida redundan principalmente en ellos y no en dedicaciones a otras personas (hijos/as, nietos, nueras, etc.), además del “qué” se hace, ha de conocerse también el “dónde”, el “con quién” y el “para quién” se llevan a cabo esas actividades. Estos son los cuatro elementos

esenciales para la descripción de la forma en que las personas mayores ocupan su tiempo libre.

La clásica clasificación que se hace para la valoración del tiempo libre para la población en general: días laborables, sábados, domingos y festivos y vacaciones, no siempre nos sirven en su aplicación a las personas mayores. Los jubilados, como los desempleados, “disfrutan”, supuestamente, del mismo tiempo libre a lo largo del año, por lo que las vacaciones no tienen razón de ser para considerarlas en esta valoración. Las ocupaciones o actividades en otros días dependerán, por consiguiente, no tanto de la ocupación de los mayores como de que la naturaleza de tales actividades permita que se lleven a cabo en días “laborables” o “festivos” por la disponibilidad, en su caso, de los lugares o las instalaciones en las que se han de realizar.

Consecuentemente, en el caso de los mayores, la dimensión de cantidad de tiempo libre no parece tan relevante como la que nos viene dada por los indicadores de “Satisfacción con la cantidad de tiempo libre real”, el de “Aspiraciones respecto a la cantidad de tiempo libre” y el de “Utilización del tiempo libre” o actividades que se realizan durante el tiempo libre y grado de satisfacción con las mismas.

Esta satisfacción estará, asimismo, condicionada por la frecuencia con la que estas actividades se llevan a cabo, con el lugar donde se realizan y con las interacciones que el tiempo libre propicia o favorece.

Siguiendo a M<sup>a</sup> Luisa Setién (1993) concluimos que el ocio es una actitud hacia el desarrollo humano, un deseo de superación, un reducto donde dar rienda suelta a la creatividad y a la libertad, lo cual implica una valoración subjetiva del mismo a través de la cual se mide si el ocio es valorado positiva o negativamente. Y no siempre es percibido como algo positivo. Valga como referencia el célebre dicho: “la ociosidad es la madre de todos los vicios”, habiendo quien añade “y el vicio de todas las madres”, quizá porque, ciertamente, para las madres dedicadas plenamente a las responsabilidades domésticas y la crianza y educación de los hijos, el ocio es, realmente, “un vicio”. Por eso el ocio no ha de ser tenido ni empleado como sinónimo de ociosidad, sino que ha de adquirir y mantener su faceta creativa, y máxime en el caso de las personas mayores que ya no estén sujetas a obligaciones profesionales.

El ocio, incluso el ocio creativo, puede tener que competir con otros valores. El ocio, como ya ha quedado expuesto, puede ser valorado positiva o negativamente, pero, como nos recuerda también M<sup>a</sup> Luisa Setién (1993) otras facetas de la vida pueden poseer un alto valor para el ser humano y entrar en contradicción, o en competencia con el valor que se le asigna al ocio. La necesidad de más ingresos económicos, la necesidad o el deseo de dedicarse a la familia, la voluntad de adquirir mayor o mejor formación, etc. pueden ser ubicadas en diferentes lugares

dentro de la escala de valores de los individuos o de los diferentes grupos de la población.

### Actividades culturales

Una de las actividades que más frecuentemente son llevadas a cabo por las personas mayores es el turismo. Pero este turismo puede revestir diferentes manifestaciones, tales como el orientado a la estancia en zonas de playa, en urbanizaciones expresamente concebidas para personas de esa edad, el denominado “termalismo social”. Sin embargo, esta actividad realizada por los mayores, tiene también otra dimensión en la que quisiéramos fijar nuestra atención toda vez que no es a la que se da mayor difusión y que, por otra parte, puede ser entendida, erróneamente, como un turismo “de clases altas” por asociarlo con elementos reservados a personas “con una determinada formación”, cayendo en el intolérable tópico de considerar a una gran mayoría de las personas mayores con bajo nivel cultural y poco interesadas en cuestiones de esta naturaleza. Me estoy refiriendo al turismo relacionado con el patrimonio cultural. Actividad que cuenta con una alta demanda y valoración por parte de las personas mayores en España, que se orientan hacia el mismo en número creciente y cada vez con mayor frecuencia

Oscar de la Torre (1990), citado por José Leira (2004), define el turismo como un fenómeno social que consiste en el desplazamiento voluntario y temporal de individuos o grupos de personas que, fundamentalmente por motivos de recreación, descanso, cultura o salud, se trasladan de su lugar de residencia habitual a otro, en el que no ejercen ninguna actividad lucrativa ni remunerada, generando múltiples interrelaciones de importancia social, económica y cultural.

El propio Leira (2004) destaca cómo los cambios que se están produciendo en las sociedades industriales avanzadas hacen que aumente considerablemente el número de personas que viajan, haciéndolo en muchos casos, –como es el de las personas mayores– con carácter lúdico y de enriquecimiento cultural debido, entre otras razones, a la consolidación de los periodos vacacionales retribuidos, el envejecimiento de la población o una mejor calidad de vida. Al mismo tiempo, se constata que en este tipo de sociedades se ha desarrollado un importante proceso educativo, que hace que las personas tengan unos niveles de formación cada vez mayores, y así se pone de manifiesto cómo se incrementa el número de personas que no se contentan con el descanso, la playa, el sol y la fiesta, sino que demanda una serie de bienes y actividades que pertenecen de forma notoria al mundo de la cultura y el patrimonio. Y este es el caso de las nuevas generaciones de mayores en España.

En este mismo sentido se pronuncia Rosa Méndez (2004), cuando afirma que *“ocio y tiempo libre han alcanzado en nuestra sociedad unas dimensiones desconocidas hasta el momento, al tiempo que las cotas de exigencia de calidad en este ámbito son cada vez mayores (...) abriéndose paso un turismo llamado de “calidad”, en el que el patrimonio cultural adquiere para sí un espacio privilegiado”*. En cualquier caso, y tal y como lo considera Inglehart (1991), el patrimonio es una construcción social, en cuyo punto de partida estuvo presente la propuesta de un subgrupo, poseedor de unas características determinadas que le permitieron llevar a cabo dicha acción.

La cultura es uno de los frentes de acción en la gestión del tiempo libre y de ocio por parte de las personas mayores, cuyas inquietudes en este ámbito no se orientan exclusivamente hacia las actividades lúdicas, el turismo o la atención de otros miembros de la familia. La oferta de actividades culturales también es importante y en las mismas participan quienes han llegado a una edad avanzada o se han jubilado en la edad reglamentaria o prejubilado antes de alcanzar esa edad.

Es sobradamente sabido que el texto del artículo 50 de la Constitución española de 1978 establece que los poderes públicos garantizarán que sean atendidos los problemas específicos de salud, cultura y ocio.

Entre todas las instituciones, públicas o privadas, de diversa naturaleza que se ocupan de este cometido, quizá sean las Universidades para Mayores y las Aulas de la Tercera Edad las que mayor número de personas mayores aglutinan. Las primeras reciben diferentes denominaciones: Universidad Senior, Universidad de la Experiencia, Universidad Activa para Mayores...

En la actualidad, estos alumnos entre 55 y 85 años de edad cursan estudios en setenta universidades españolas. Muchos están ya jubilados, pero se sienten y consideran parte activa de la sociedad, tienen inquietudes y les gusta cultivar la mente y el espíritu.

Desde la perspectiva de estas dos modalidades de aproximarse y sumergirse en la vertiente cultural propuesta para los mayores, su presentación se hace a través de un servicio cultural multiforme, con una respuesta específica a las demandas culturales, a su deseo de saber y a su voluntad de estar al día, donde organicen su tiempo libre a través de actividades culturales, amplíen y enriquezcan sus relaciones interpersonales y participen en la gestión y promoción de su cultura.

Este proyecto se enmarca dentro de una filosofía de formación permanente, que debe estar presente en todas las etapas de la vida de las personas, que se traduce en dos dimensiones, la cultural y la social.

La educación ha dejado de ser una actividad dirigida exclusivamente a los niños y a los jóvenes, una etapa de la vida concentrada en torno a los años de la escolaridad. No es posible aprender todo lo que las distintas ramas del saber nos

ofrecen de una sola vez y para siempre. Ahora cualquier edad es buena para informarse y para formarse. El concepto de educación a lo largo de la vida, la educación permanente, ha sido objeto de debate durante años, pero ha adquirido mayor protagonismo desde la Cumbre de Lisboa, en el año 2000, cuando los responsables de la Unión Europea concluyeron que dicho aprendizaje “tiene que acompañar la transición hacia una economía y una sociedad basada en el conocimiento y es fundamental para el éxito de la transición” (Muface, 2007).

En la primera de estas dos dimensiones, la *cultural*, se actúa:

- Promoviendo el acceso y la participación en los bienes culturales de aquellas personas que no han podido disfrutar plenamente del patrimonio cultural.
- Elevando la salud física, mental y social de las personas mayores y desarrollando actividades específicas.
- Capacitando individual y colectivamente para vivir el tiempo libre en la dimensión de un ocio creativo.

En la segunda, la *social*, las actuaciones se orientan a:

- Posibilitar la integración individual de los mayores en grupos y los grupos en la sociedad.
- Inducir y potenciar su protagonismo y su participación en la tarea social.
- Fomentar las actividades específicas al servicio de la colectividad.
- Colaborar con las instituciones y centros de estudio que estén investigando sobre la ancianidad y el envejecimiento.

Con esta forma de actuar, se trata de superar posibles acciones espontáneas, paternalistas y asistenciales al encuadrar la acción en una política cultural planteada de una manera sistemática, metódica y prolongada para dar respuesta a las inquietudes de los mayores en relación con la cultura y la formación permanente.

Por cuanto antecede, en estas actividades, se aplica una metodología motivadora, realizando el aprendizaje sobre la propia experiencia de los participantes. El profesorado actúa, fundamentalmente, como coordinador y animador que fomenta y crea situaciones de aprendizaje. Desde la perspectiva pedagógica se trata de conseguir que el contenido cultural sea eminentemente motivador para dar paso a la crítica, el debate, la revisión, el cambio y la creatividad. Se despierta la curiosidad, se genera la necesidad de más información, se amplían los horizontes temáticos y, como en cualquier centro de tipo universitario, se cuestiona la realidad concreta, surgiendo y fomentando así el diálogo, la participación y la preocupación por dar respuesta.

Otra faceta de este mismo prisma que se ofrece a las personas mayores que, por tener niveles culturales inferiores o por habitar en zonas alejadas de las poblaciones donde estén implantadas las Universidades para Mayores y las Aulas de la Tercera Edad pero que quieren dar esta dimensión a su tiempo de ocio, es la Extensión Cultural, consistente en un proyecto para dinamizar y fomentar la cultura con las personas mayores en los barrios periféricos de las grandes ciudades, las zonas suburbanas y el medio rural.

Un ámbito distinto en el que las personas mayores pueden ocupar sus energías en el tiempo de ocio, es el del voluntariado, tema en el que aquí no vamos a profundizar, ya que es tratado adecuadamente por otro de los autores en este texto, pero sí quiero dejar mínima constancia de ello, así como de que se puede abordar desde diferentes modalidades que van desde el acompañamiento a otras personas de la misma edad, en estados o situaciones carenciales o de dependencia tanto física como anímica, hasta la participación en instituciones como Seniors Españoles para la Cooperación Técnica (SECOT) pasando, por ejemplo, por la regulación del tráfico a la entrada y salida de los colegios, convenientemente instruidas y asesoradas por la Policía Municipal o como guías voluntarios de museos.

### Abuelos “golondrina” y abuelos “canguro”

Si el hecho de la jubilación es algo que suscita el interés y la preocupación social, ¿cómo no ocuparnos de, al menos, algunos de los aspectos familiares de la jubilación en la familia si esta institución está considerada la célula básica de la sociedad?.

Habida cuenta de que, tras la jubilación, donde más tiempo vamos a poder estar es en nuestra casa y con nuestros familiares con quienes vamos a tener más relación, conviene que nos preparemos nosotros y se preparen ellos también para revitalizar y fortalecer o, en su caso, para establecer una comunicación y una convivencia que hagan grata y satisfactoria la vida en común de los mayores jubilados con sus familiares y para que encuentren en ellos el apoyo adecuado para recorrer lo más felizmente posible el camino de la jubilación.

Dice la Recomendación nº 25 de la Asamblea Mundial de las Naciones Unidas sobre el envejecimiento: *“La familia es la unidad básica reconocida por la sociedad, y se deberán desplegar todos los esfuerzos necesarios para apoyarla, protegerla y fortalecerla de acuerdo con el sistema de valores culturales de cada sociedad y atendiendo a las necesidades de sus miembros de edad avanzada. Los Gobiernos deberán promover las políticas sociales que alienten el mantenimiento de la solidaridad familiar entre generaciones, resaltando el apoyo de toda la comunidad a las necesidades de los que prestan*

*cuidados a los ancianos y la aportación de las organizaciones no gubernamentales en el fortalecimiento de la familia como unidad”.*

Y en la Recomendación nº 29 se reconoce que *“debe alentarse a los hijos a que mantengan a los padres. Los gobiernos y los órganos no gubernamentales, por su parte, establecerán servicios sociales que apoyen a toda la familia cuando existan personas de edad en el hogar, aplicando medidas especiales a las familias de bajos ingresos”.*

Estas son las recomendaciones, las conceptualizaciones teóricas que darán lugar a las normas escritas que podrán regular formalmente las relaciones y la convivencia en el seno de las familias con personas mayores.

Pero a nosotros, desde una perspectiva sociológica, nos ha de interesar el día a día de esas relaciones, el cumplimiento de las normas no escritas, para ver cuáles son sus manifestaciones reales y cuáles pueden ser las orientaciones más adecuadas para la convivencia familiar después de la jubilación, y el aprovechamiento positivo del tiempo de ocio.

Una cuestión que aquí importa recordar es la de la rotación de los mayores en las casas de los hijos, haciendo la maleta cada dos por tres, con la sensación de sentirse como las aves migratorias, por eso éstos son conocidos como los “abuelos golondrina”.

Pero, en el otro extremo, nos encontramos con los actualmente denominados “abuelos canguro”, especie que va en aumento cada día que pasa. Está claro que los abuelos del siglo XXI han sustituido en el cuidado de los niños a las jóvenes “canguros”, adolescentes que antaño se ocupaban de esta labor para ganarse su primer sueldo.

Por eso, la mayor parte de las personas mayores hoy prefieren vivir independientes, aunque cerca de sus hijos para estar prestos a “echarles una mano” con la rapidez que el caso requiera. Cuando los padres y las madres trabajan fuera del hogar, los abuelos se hacen cargo de los nietos y reviven sus años de paternidad con la aparente ventaja de tener más tiempo para compartir con los pequeños.

Muchas de las personas mayores en la actualidad vienen realizando una labor silenciosa que, frecuentemente, es poco o nada reconocida socialmente. Nos estamos refiriendo a la dedicación de su tiempo al cuidado y atención de otras personas. En la mayoría de las ocasiones, los destinatarios de esta ayuda son miembros de las propias familias, y no sólo de edades inferiores, sino también de la misma edad y superiores. En otras ocasiones se trata de amistades, vecinos, etc. La realidad es que casi la mitad de las personas con edades iguales o superiores a los sesenta y cinco años realizan esta tarea. Como ya ha quedado dicho, en unos casos se trata de una función asistencial dirigida a personas de la misma o de una generación anterior, cuidando de su cónyuge o pareja o, en nu-

merosos casos, incluso de sus padres que ya han rebasado los noventa años de edad. Pensemos en cuantas personas de esta edad están siendo cuidadores o cuidadoras de familiares –cónyuges o padres– afectados por la enfermedad de Alzheimer u otras demencias.

Por otro lado, es menester recordar el soporte familiar y social que supone el que un número cada vez mayor de padres y madres jubilados o prejubilados, que lógicamente han visto reducidos sensiblemente sus ingresos, sigan asumiendo el sostén económico de sus hijos con edades cercanas a los treinta años, que no se han podido emancipar y que ni laboral, ni económica ni familiarmente son todavía independientes y autosuficientes.

Muchos padres, y sobre todo madres, prefieren a los abuelos antes que a un ajeno o una guardería porque son alguien cercano, que socializará al pequeño en su mismo sistema de valores y, además, resulta mucho más económico.

Las ayudas de los abuelos predominan “ocasionalmente”, cuando salen los padres, en tanto que las de las abuelas se dan en el resto de las situaciones (diariamente, mientras trabajan los padres; cuando los niños están enfermos; en vacaciones; diariamente, para llevarles y recogerles del colegio; diariamente, para darles de comer).

En este punto es oportuno recordar que la mayoría de las ayudas las prestan las abuelas maternas, porque las mujeres acuden más a sus madres en busca de esa ayuda. También son los abuelos maternos los que, generalmente, prestan más colaboración. Esto pese a que suele darse la circunstancia de que muchos abuelos y abuelas maternos lo son también paternos.

Hay que destacar por su importancia y por el considerable volumen de trabajo y esfuerzo que ello representa, la respuesta “diariamente, mientras los padres trabajan”. Asumir, después de una larga vida de trabajo y después de haber criado a la propia prole, el cuidado y la responsabilidad de atender *diariamente* a los nietos, supone una entrega y una generosidad que pocas personas más jóvenes asumirían y, sobre todo, de una manera absolutamente desinteresada y gratuita. En no pocos casos este compromiso, unas veces libre y voluntariamente asumido y otras forzado por las circunstancias, da lugar al conocido como “síndrome de la abuela esclava”.

Y no sólo en el terreno de las ayudas en estas tareas, también los abuelos son frecuentemente compañeros de juegos infantiles con los nietos, cumpliendo con el “espesor histórico” al que se refiere Julián Marías.

Sin embargo, hay que tener presente que, en general, se habla de los nietos como si todos fueran niños pequeños, cuando hay muchos abuelos que tienen nietos mayores de edad, por lo que el tipo de relación y las conversaciones con

ellos son muy diferentes tratando temas que, incluso, no siempre abordan con sus padres.

Se habla ya, de que en determinadas circunstancias en nuestra sociedad actual, no se debe pensar en la familia conyugal como una familia aislada de la parentela, sino más bien como una familia extensa modificada y adaptada a la nueva situación, siendo las bases para la misma: la menor dimensión de la familia, la incorporación de la mujer al trabajo extradoméstico, la desaparición del servicio doméstico, las tasas de paro, la crisis de las pensiones o la mejoría relativa de las superficies de los hogares.

Como señala Pilar Rodríguez (1994), *“cuando en el seno familiar se produce algún acontecimiento desestructurador, que deja a sus miembros más indefensos –los niños y las niñas– sin la seguridad y la protección de sus progenitores, es casi siempre la generación anterior la que asume la responsabilidad y ejerce un papel salvífico en ese periodo crítico infantil. Es el caso, por ejemplo, de las “madres y abuelas de la droga”*. Estas mujeres, además de atender a sus hijos e hijas en una situación tan dura y de suplirles en su rol como padres o madres van más allá y, trascendiendo el ámbito de lo privado, ejercen una función pública como grupo de presión social, al desenmascarar en actos públicos y manifiestos la hipocresía que rodea el mundo de la droga y su pernicioso círculo. ¿Pueden llevar a cabo funciones como ésta quienes no estén dotados de una gran competencia?”.

Un estudio realizado en el año 2006 (AXA, 2007) pone de manifiesto que un 38% de los trabajadores objeto de la muestra asocian la jubilación con la idea de “descanso, paz y calma” y un 4% con la de “cuidar la familia, los hijos y los nietos”, mientras que, cuando se centran en los ya jubilados, se eleva hasta un 18% el porcentaje de éstos que llevan a cabo este último cometido.

Los abuelos acuden en innumerables ocasiones en ayuda de sus hijos, tanto cuando éstos les necesitan por imperativos de su vida profesional, como por satisfacción de compromisos sociales o para poder acudir a diversiones o realizar viajes.

Ahora bien, los hijos que acuden a tal práctica con frecuencia deben de tener presente que los abuelos, en virtud de este sistema que establecen los propios hijos, pueden llegar a considerar, quizá subconscientemente, que tienen más derechos sobre los nietos que los conferidos realmente por los padres. Este es un riesgo que se ha de ponderar, ya que cuando se da el deber, la obligación o la carga, –según cada uno quiera entenderlo–, se está dando, asimismo, el poder y el derecho.

La estrategia de los abuelos ha de consistir en hacerse sentir útiles, queridos, en situación de disponibilidad, pero sin pretender aparecer como indispensables.

Los abuelos, los padres de otros que ya son padres también, han de ser conscientes de este hecho y, sin negar su ayuda y su consejo a los hijos, ser capaces de aceptar que sus hijos ya son mayores, ya son capaces de organizar una familia como ellos hicieron en su día, y capaces de educar a unos hijos como ellos también los educaron. Han de conseguir que los hijos acudan en demanda de consejo, pero que no les rehuyan temiendo sus “lecciones”.

En cualquier caso, nosotros consideramos que los abuelos pueden colaborar en el cuidado y educación de los nietos, pero en la medida de lo posible, de forma voluntaria y ocasional, de manera que puedan mantener también su tiempo libre para desarrollar su propia vida y evitar conflictos relacionados con la educación de los menores.

El papel de los abuelos tiene una importancia extraordinaria, suponiendo un ahorro incalculable para el erario público en el supuesto de que tuviera que pagar estos servicios a profesionales. España debería tomar ejemplo de otras naciones y ofrecer ayudas económicas o más plazas de guardería y otros recursos sociales para que los nietos estén adecuadamente atendidos y los abuelos puedan disfrutar de ellos cuando quieran y puedan sin verse forzados a ello.

Así mismo deben los mayores gestionar su tiempo libre y de ocio de manera que no se sobrecarguen de más actividades de las que racionalmente, y conforme a sus capacidades y posibilidades puedan realizar, para evitar el riesgo de la saturación por acumulación de tales actividades que también puede llevar a generar tensiones y ansiedad como las que podrían resultar de la situación opuesta, la de tener vacío de contenido ese mismo tiempo libre y de ocio.

## Bibliografía

- AXA. *Estudio Internacional AXA 2007, sobre jubilación. La jubilación, ¿una nueva vida después del trabajo? Resultados en España y Estudio Comparativo Internacional*. Madrid, <http://www.axawinterthur.es>
- CABALLO VILLAR, M. y FRAGUELA VALE, R. (coords.) (2005): *A acción municipal no tempo libre*. A Coruña: Deputación da Coruña.
- CUENCA CABEZA, M. (2004): *Pedagogía del ocio: Modelos y propuestas*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- DE LA TORRE, O. (1990): *El turismo. Fenómeno social*. Méjico: Fondo de Cultura Económica.
- DUMAZEDIER, J. (1962): “Travail et loisir”; *Traité de Sociologie du Travail*. París: Armand Colin.
- FLAQUER, LL. (2000): *Las políticas familiares en una perspectiva comparada*. Barcelona: Fundación “la Caixa”.
- GIL CALVO, E. (1995): “Elogio del ocio”, *Temas para el Debate*, nº 9-10, pp. 26-29.

- HERNÁNDEZ RODRÍGUEZ, G. y MILLÁN CALENTI, J.C. (2000): *Ancianidad, Familia y Enfermedad de Alzheimer*. La Coruña: Universidad de La Coruña.
- HERNÁNDEZ RODRÍGUEZ, G. *et al.* (2006): “Sociología de la Vejez”, en *Principios de Geriatría y Gerontología*, pp.43-112. Madrid: Ed. McGraw-Hill Interamericana de España, S.A.U.
- IGLESIAS DE USSEL, J. (1998): *La familia y el cambio político en España*. Madrid: Tecnos.
- IGLESIAS DE USSEL, J. y MEIL LANDWEDIN, G. (2001): *La política familiar en España*. Barcelona: Ariel.
- INGLEHART, R. (1991): *Cambio cultural en las sociedades industriales avanzadas*. Madrid.
- LEIRA LÓPEZ, X. (2004): “Las peregrinaciones y el turismo cultural a Compostela”. En *Santiago Apóstol desde la Memoria*, pp.51-65. Santiago de Compostela: Xunta de Galicia, Consellería de Cultura, Comunicación Social e Turismo.
- LÓPEZ AZPITARTE, E. (1999): *Envejecer: destino y misión*. Madrid: San Pablo.
- MEIL LANDWERDIN, G. (2000): *Imágenes de la solidaridad familiar*. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas.
- MÉNDEZ FONTE, R. (2004): “Turismo cultural. Conocer al otro”. En *Santiago Apóstol desde la Memoria*, pp.91-109. Santiago de Compostela: Xunta de Galicia, Consellería de Cultura, Comunicación Social e Turismo.
- MILLÁN CALENTI, J.C. (comp) (2006): *Principios de Geriatría y Gerontología*. Madrid: McGraw-Hill Interamericana de España, S.A.U.
- MORAGAS MORAGAS, R. (1989): *La jubilación. Un enfoque positivo*. Barcelona: Grijalbo.
- MORAGAS MORAGAS, R. (dir.) (2007): *Prevención de la dependencia. Preparación para la jubilación*. Barcelona: Fundación Viure i Conviure.
- MUFACE (2007): *Educación: Universidades de Mayores*. Madrid, Boletín nº 208, Septiembre-Octubre.
- MURGA ULÍBARRI, M<sup>a</sup>. T. y BERZOSA ZABALLOS, G. (1981): *Acción cultural con adultos*. Madrid: Ministerio de Cultura.
- PÉREZ ORTIZ, L. (2006): “La estructura social de la vejez en España”. *Nuevas y viejas formas de envejecer*. Madrid: M<sup>o</sup> de Trabajo y Asuntos Sociales-IMSERSO.
- RODRÍGUEZ RODRÍGUEZ, P. (1994): “Las relaciones intergeneracionales y el potencial de las personas mayores”. En *60 y Más* nº 11/12, Julio-Agosto.
- SANTAMARÍA, C. *et al.* (2002): *Percepciones sociales sobre las personas mayores*. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales-IMSERSO.
- SETIÉN SANTAMARÍA, M<sup>a</sup>. L. (1993): *Indicadores Sociales de Calidad de Vida*. Madrid: CIS - Ed. Siglo XXI.