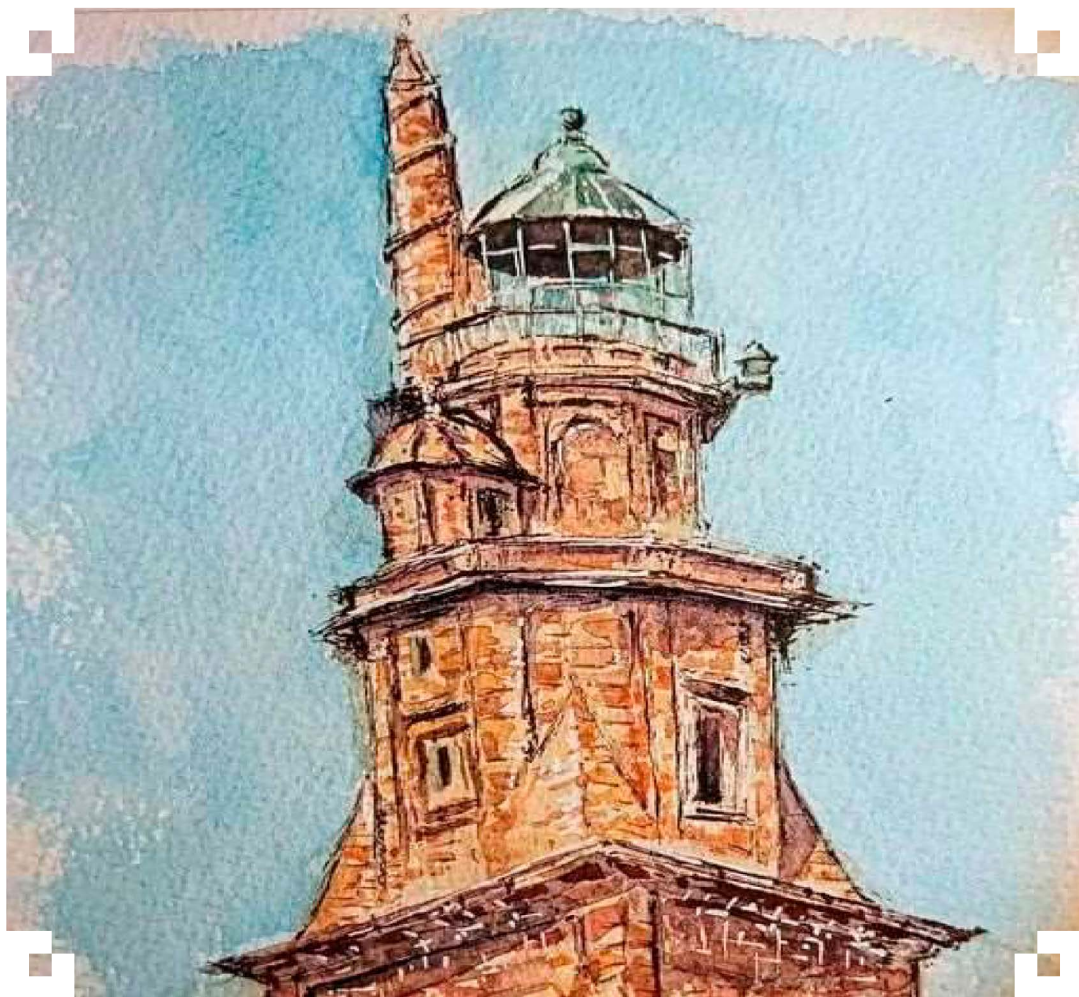


XXII

Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores



**“FORMACIÓN CONTINUA, SOCIALIZACIÓN Y BIENESTAR.
EL ESPÍRITU QUE NOS UNE”**



UNIVERSIDADE DA CORUÑA

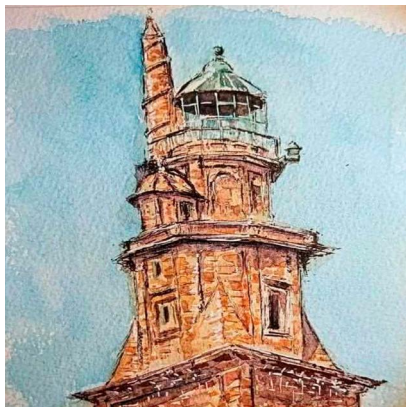
“A palabra é a arma máis poderosa,
capaz de destruír ou construír”.

Rosalía de Castro

“La palabra es el arma más poderosa,
capaz de destruir o de construir”.

Rosalía de Castro

Eva Leal Gil (Coord.)



“Formación continua, socialización y bienestar.
El espíritu que nos une”

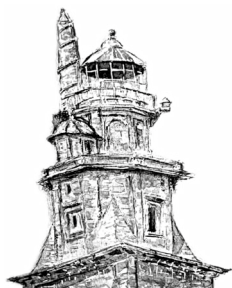
Libro de Actas de las XXII Jornadas
Internacionales sobre Asociacionismo en los
Programas Universitarios de Mayores

A Coruña, 18-21 de septiembre de 2024



UNIVERSIDADE DA CORUÑA





© Los autores. A Coruña 2024

Confederación Estatal de Asociaciones y Federaciones de Alumnos y Exalumnos de los Programas Universitarios de Mayores (CAUMAS).

Reservados todos los derechos. Ni la totalidad ni parte de este libro puede reproducirse ni transmitirse mediante procesos electrónicos o mecánicos, incluido el fotocopiado, la grabación magnética o cualquier sistema de almacenamiento y recuperación de información, sin el permiso previo por escrito de los titulares de los derechos de autor.

Edita

CAUMAS / Servizo de Publicacións. Universidade da Coruña.

Colección

Cursos, Congresos e Simposios, CCS-165.

Coordinación Editorial

Diseño y Maquetación de la Publicación

Eva Leal Gil

Imagen de Portada

Acuarela de la *Torre de Hércules*, obra de D. Jorge Blanco Cortés

Imprime

Masquelibros

Subvencionado por:

IMSERSO/CAUMAS

Depósito Legal: C 1633-2024

ISBN: 978-84-9749-889-0

Formato Digital de la publicación (PDF) en:

www.caumas.org

www.adayeus.org/xxiiijornadasacoruna

Acceso a vídeos de las XXII Jornadas en la Plataforma Digital CAUMAS-CanalSénior:

www.caumas.canalsenior.es/videos/etiqueta/xxii-jornadas-internacionales-sobre-asociacionismo

XXII Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores

CONVOCA



CONFEDERACIÓN ESTATAL DE ASOCIACIONES Y FEDERACIONES
DE ALUMNOS Y EXALUMNOS DE LOS PROGRAMAS
UNIVERSITARIOS DE MAYORES

ORGANIZA

AUSPICIA



Asociación
integrada en
FEGAUS



UNIVERSIDADE DA CORUÑA

SUBVENCIONA Y COLABORAN



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE POLÍTICA
SOCIAL



Deputación
DA CORUÑA



Ayuntamiento de A Coruña
Concello da Coruña



Puerto de A Coruña
Autoridad Portuaria de A Coruña

A Coruña
CULTURA DE VIVIR



COMITÉS

COMITÉ DE HONOR DE LAS XXII JORNADAS:

- Presidente da Xunta de Galicia,
D. Alfonso Rueda Valenzuela.
- Alcaldesa da Coruña,
D^a. Inés Rey García.
- Presidente da Deputación da Coruña,
D. Valentín González Formoso.
- Secretario Xeral de Universidades da Xunta de Galicia,
D. José Alberto Díez de Castro.
- Director Xeral de Maiores e Atención Socio sanitaria da Xunta de Galicia,
D. Antón Acevedo Prado.
- Concelleira de Benestar Social, Participación e Igualdade, do Concello da Coruña,
D^a. Nereida Canosa Domínguez.
- Deputada provincial delegada de Educación e Mocidade da Deputación da Coruña,
D^a Yoya Neira Fernández.
- Reitor Magnífico da Universidade da Coruña (UDC),
D. Ricardo Cao Abad.
- Reitor Magnífico da Universidade de Santiago de Compostela (USC),
D. Antonio López Díaz.
- Reitor Magnífico da Universidade de Vigo (Uvigo),
D. Manuel Joaquín Reigosa Roger.
- Presidenta de CAUMAS,
D^a Marina Troncoso Rodríguez.
- Presidenta de ADAYEUS,
D^a. María Luisa Mauriz Barreiro.



COMITÉ ACADÉMICO DE LAS XXII JORNADAS:

- D^a. Matilde García Sánchez, Directora da Universidade Sénior da Coruña.
- D^a. Matilde Fernández Sanz, Presidenta del Observatorio Estatal de la Soledad no Deseada.
- D^a. Marián Alesón Carbonell, Presidenta de la Asociación Estatal de Programas Universitarios para Mayores.
- D. José Ramón Soraluze Blond, Doctor Arquitecto. Académico numerario de La Real Academia de Bellas Artes de A Coruña, de la Real Academia de Bellas Artes de San Fernando y de la Real Academia Catalana de Bellas Artes de Sant Jordi.
- D. Francisco Javier Blanco García, Catedrático de Reumatología. Jefe de Sección Reumatología Translacional de la Universidad de A Coruña.
- D^a. Laura Redondo Gutiérrez, Doctora en Psicología Clínica y de la Salud, y Psicología Social y del Trabajo.
- D^a. Pilar García Negro, Sociolingüista gallega y escritora.

COMITÉ ORGANIZADOR DE LAS XXII JORNADAS:

- D^a. María Luisa Mauriz Barreiro, Presidenta de ADAYEUS.
- D^a. Mirtha Puga Alonso, Vicepresidenta de ADAYEUS.
- D^a. M^a Ángeles Vázquez Sánchez, Secretaria de ADAYEUS.
- D. Roberto Fernández Domínguez, Tesorero de ADAYEUS.
- D^a. Marisol López Lagares, Vocal de ADAYEUS.
- D^a. Esther Iglesias Eirís, Vocal de ADAYEUS.
- D^a. María del Carmen Sánchez Suárez, Vocal de ADAYEUS.
- D. Ramón Pou Romay.
- D^a. M^a del Puerto Pérez Domínguez.
- D^a. M^a Dolores Cabrera Fernández.
- D. Roberto Pérez Escutia.



EQUIPO DE PERSONAS VOLUNTARIAS:

- D^a. Araceli Agulló Quintela
- D. Carlos Arredondo Ladrón de Guevara
- D^a. Ángeles Cabanela Molina
- D^a. Marisol Carro González
- D^a. Pilar Conceiro Rua
- D^a. Eloisa Cubeiro Veiga
- D^a. Sofía de la Serna Varela
- D^a. María Dolores Domínguez Salgado
- D^a. Ángeles Fernández García
- D. Francisco Gómez Díaz
- D^a. Pilar González Santín
- D^a. Mara Guillén Castro
- D^a. Concepción Ladra Río
- D^a. María del Carmen López Ulla
- D^a. Gloria Parra Souto
- D^a. María Dolores Pita López
- D^a. María Pilar Quintela López
- D^a. Raquel Rico Fernández
- D^a. María Asunción Rodríguez López
- D^a. Estrella Rodríguez Vidal
- D^a. Carmen Sastre Morán

AGRADECIMIENTOS:

- A D. Jorge Blanco Cortés, autor de la Acuarela de Portada.
- A D^a. María Meizoso Dopico, Periodista en la Voz de Galicia y Radio Voz.
- Al Coro de la Asociación ADAYEUS y su Director D. Christian Losada Matías.
- Al Cuarteto de Música e Baile Tradicional Galego "Catro Pelaghatos" (Mario, Samuel, Angy y Antía).
- Al Equipo técnico de "CAUMAS-Canal Sénior".



ÍNDICE

PRESENTACIONES

Presidenta de CAUMAS, D ^a . Marina Troncoso Rodríguez	19
Presidente de ADAYEUS, D ^a . María Luisa Mauriz Barreiro	21

SALUDOS

Reitor Magnífico da Universidade da Coruña (UDC), D. Ricardo Cao Abad	23
Presidente da Xunta de Galicia, D. Alfonso Rueda Valenzuela	25
Alcaldesa da Coruña, D ^a . Inés Rey García	27
Presidente da Deputación da Coruña, D. Valentín González Formoso	29
Secretario Xeral de Universidades da Xunta de Galicia, D. José Alberto Díez de Castro ...	31

PRÓLOGO

D ^a . Matilde García Sánchez, Directora da Universidade Sénior da Coruña	35
---	----

CONFERENCIA

"La Soledad no Deseada"	41
D ^a . Matilde Fernández Sanz, Presidenta del Observatorio Estatal de la Soledad no Deseada (SoledadES).	

PONENCIAS (I)

FORMACIÓN CONTINUA

"Nuevos Espacios Universitarios de Educación sin Edad: transformación para la formación, creación y transferencia en los programas de mayores"	61
D ^a . Marián Alesón Carbonell, Presidenta de la Asociación Estatal de Programas Universitarios para Mayores (AEPUM)	



“Importancia de la Salud Ósea y Articular a partir de los 50 años”	85
D. Francisco Javier Blanco García, Catedrático en la Universidad de A Coruña. Jefe de Reumatología Clínica y Traslacional en el Hospital Universitario de A Coruña.	
“Marineda Belle Époque: A Coruña Modernista”	89
D. José Ramón Soraluce Blond, Doctor Arquitecto. Académico numerario de La Real Academia de Bellas Artes de A Coruña, de la Real Academia de Bellas Artes de San Fernando y de la Real Academia Catalana de Bellas Artes de Sant Jordi.	
“Emociones e Inteligencia Emocional: Una aplicación práctica con el amor”	93
D ^a . Laura Redondo Gutiérrez, Doctora en Psicología y Mediadora.	

PONENCIAS (II)

EXPERIENCIAS QUE NOS UNEN

“Mujeres gallegas relevantes de los siglos XIX y XX”	111
Trabajo elaborado por alumnas de la Universidad Sénior de A Coruña liderado por D ^a . Pilar García Negro, doctora en filología gallega; política, escritora y sociolingüista.	
“Experiencias radiofónicas de Universidades Sénior coordinadas por Radio 50 y pico”	123
D. Julio César Carballada Arias, alumno de la UDC Sénior y Socio de ADAYEUS. Componentes del equipo de “Radio 50ypico” de los campus universitarios de Galicia.	
“Intervenciones y proyecciones del libro: <i>Cartas de Ida y Vuelta</i>. Lenguajes (en) red(ados) en creación y expansión”	129
D ^a . Susana Rocha, Universidad Nacional de Río Cuarto, Argentina.	
D ^a . Mireia Viladevall Guasch, Universidad Autónoma de la ciudad de México, México.	
“Las Universidades de Mayores en Portugal. Caracterización y desarrollo”	141
D. Luis Manuel Jacob Jacinto, Rede de Universidades Seniores (RUTIS), Portugal.	
“Educación, Innovación y Tecnología Social: El camino del Programa UniSER”	157
D ^a . Margô Gomes de Oliveira Karnikowski, Coordinadora de la Universidad del Envejecimiento (UniSER), Universidad de Brasilia (Brasil).	



MESA REDONDA 169

EL FUTURO DE LAS UNIVERSIDADES SÉNIOR, VISTO POR SUS ACTUALES RESPONSABLES

D. Ricardo Cao Abad, Reitor da Universidade da Coruña (UDC).

D. Antonio López Díaz, Reitor da Universidade de Santiago de Compostela (USC).

D. Manuel Joaquín Reigosa Roger, Reitor da Universidade de Vigo (Uvigo).

Moderadora: D.ª María Meizoso Dopico, Periodista en la Voz de Galicia y Radio Voz.

Relatora: D.ª Eva Leal Gil, Periodista, Directora de la Plataforma Madurez Activa.

MESAS DE TRABAJO de Asociaciones Universitarias Sénior de CAUMAS

MESA I: ¿QUÉ FORMACIÓN Y MATERIAS DEMANDAN LAS NUEVAS GENERACIONES UNIVERSITARIAS SÉNIOR?

FEGAUS (Galicia) 181

D. Alejandro Otero Dávila. Presidente de FEGAUS.

AUDEMA (Universidad de Alcalá) 183

D.ª Elisa Nuez Patiño, Presidenta de AUDEMA y Secretaria General de CAUMAS.

AMAG (Universidad de Jaén) 187

D. Juan Manuel Arévalo Badía, Presidente, y D. Antonio Montilla García, Secretario de AMAG.

AUDEMAC (Universidad Pontificia Comillas de Madrid) 195

D. Bruce Taylor, Director de Comunicación de AUDEMAC.

PERITIA ET DOCTRINA (Universidad de Las Palmas de Gran Canaria) 201

D. Antonio Gómez Cubero, Vocal de la Junta Directiva de PERITIA ET DOCTRINA.

MESA II: ¿QUÉ SUBVENCIONES SE OTORGAN A LAS ASOCIACIONES POR PARTE DE LAS UNIVERSIDADES?

ALUMA (Universidad de Granada) 207

D.ª Inmaculada Cañavate Fernández, Vicepresidenta de ALUMA y D. Sebastián Téllez Sánchez, Tesorero de ALUMA.



AMULL (Universidad de La Laguna-Tenerife)	211
D. Fernando Cal González, Presidente de AMULL.	

MESA III: IMPORTANCIA DE QUE LAS ASOCIACIONES DE LOS PUM ESTÉN FEDERADAS

AEPUMA (Universidad Autónoma de Madrid)	217
D ^a . Marta De la Rosa, Presidenta de AEPUMA y de la nueva Federación FAMUS.	
Asociación Alumnos y Exalumnos del “Centro Intergeneracional Fco. Santisteban” (Universidad de Córdoba)	221
D. Rafael Santos Priego, presidente de la Asociación del Centro Intergeneracional.	

MESA IV: INTERCAMBIOS ACADÉMICOS CON OTRAS UNIVERSIDADES NACIONALES E INTERNACIONALES

ALUMA (Universidad de Granada)	227
D. José Rodríguez Sánchez, Presidente y D. Rafael Reche Silva, Secretario de ALUMA.	
APUMUO (Universidad de Oviedo)	231
D. Marmeto Sánchez Oviedo, Tesorero de APUMUO.	

EPÍLOGO	237
----------------------	-----

D. Antón Acevedo Prado,
Director Xeral de Maiores e Atención Sociosanitaria de la Xunta de Galicia.

CONCLUSIONES Y OBJETIVOS	241
---------------------------------------	-----

ASOCIACIONES MIEMBROS DE CAUMAS	247
--	-----

BIBLIOGRAFÍA	251
---------------------------	-----

Elenco de Libros de Actas publicados y material audiovisual.



PRESENTACIONES

Y

SALUDOS



PRESENTACIÓN DE CAUMAS

Llegamos a las XXII Jornadas de intercambio de experiencias e información de las Asociaciones de Alumnos Universitarios Mayores, de universidades públicas y privadas españolas en las que participan la Universidad Autónoma de la Ciudad de México, y la Universidad Río Cuarto de Argentina, los RUTIS de Portugal y la UniSER, de la Universidad de Brasilia, Brasil.

Unas Jornadas que celebramos año tras año, hace exactamente diez años que se celebraron en la Universidad de Vigo y vuelven a Galicia para celebrarlas en la Universidad de A Coruña. Estas jornadas solamente fueron interrumpidas el año 2020, por motivos de fuerza mayor, y recuperadas, venciendo todos los obstáculos en 2021 que se realizaron online a través de la plataforma digital de CAUMAS y que se retomaron presencialmente al año siguiente.

CAUMAS es la Confederación que agrupa a las Asociaciones de los Programas Universitarios de Personas Mayores (PUM) vinculados a las Universidades Públicas y Privadas del territorio español. Este año, 2024, el lema de vigesimosegundas jornadas es: Formación continua, socialización y bienestar, el espíritu que nos une. Su título refleja nuestra decidida determinación de trabajar en el enraizamiento de las asociaciones de mayores en la estructura universitaria, colaborando con las universidades a través de sus responsables en la gestión de los PUM, para que estos Programas sean acordes con las demandas del alumnado, aportando nuestra experiencia y conocimiento del colectivo al que representamos.

Desde CAUMAS fomentamos las relaciones entre la Universidad y las asociaciones informando de las mejoras y nuevas ofertas como, por ejemplo, la posibilidad de realizar ERASMUS+ dentro del colectivo de los universitarios mayores. Una iniciativa que CAUMAS presentó al Imsero en el año 2011 y apoyó intensamente desde nuestra incorporación al Consejo Estatal de Personas de Mayores en ese mismo año; pero los avatares políticos no nos han permitido utilizar el convenio firmado con el que hoy es el Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030.

Este programa de movilidad para alumnos universitarios sénior ya lo están realizando, de manera unilateral, varias universidades, como el Programa de Mayores de la Universidad de Alicante, y esperamos que este curso sean varias las universidades que realicen el programa ERASMUS+, pues es una oferta a la que el alumnado senior desea tener acceso para completar la formación continua, fomentar la socialización (en los viajes se socializa mucho) y defender el espíritu que nos une disfrutando y aprendiendo en esta etapa de la vida, llena de posibilidades para vivir a gusto, feliz, haciendo lo que nos gusta y compartiéndolo con los demás.



Gracias al Asociacionismo Universitario de Mayores, se ha avanzado en la adaptación a las nuevas necesidades que demandan los alumnos de los PUM, pasando de ser invisibles a ser visibles como apersonas activas en la sociedad. Ahora buscan nuestra opinión y nuestra colaboración en temas que nos atañen, ya que nuestra experiencia y conocimiento son necesarios para llevar a cabos proyectos de mejora en la calidad de vida de las personas mayores.

Las asociaciones son la voz del alumnado sénior que, sumando esfuerzos, compartiendo ideales, aportan una indudable estabilidad y garantía de futuro a los PUM.

En CAUMAS, través de la plataforma digital, ofrecemos todos los días formación dirigida al colectivo de personas mayores, estas Jornadas se han retransmitido en streaming en vivo y en directo, no solo al alumnado de los PUM, sino para todo el mundo de Internet. También nos comunicamos e informamos a través de nuestra Web, de la Revista Universitarios Sénior y de la Biblioteca-CAUMAS, donde publicamos los trabajos académicos surgidos en nuestras experiencias de formación en la Universidad, para compartir o utilizar esa experiencia en nuevos proyectos.

Desde CAUMAS, como convocante de las XXII Jornadas, estamos abiertos a las propuestas de las universidades, de los profesionales, expertos, responsables políticos/sociales y del alumnado del PUM para trabajar en las mejoras necesarias, tanto para el actual alumnado como para el futuro alumnado de los PUM, nuevas generaciones que serán mucho más exigentes en la oferta de formación, pues la mayoría ya tiene formación universitaria.

En los próximos años habrá mucha más demanda de formación universitaria, dentro de la formación continua para personas mayores, ya que, este año comienzan a jubilarse los nacidos en los años 60, del siglo pasado, unas generaciones compuestas en su mayoría de personas con experiencias vitales multidisciplinares, que tienen unas expectativas de vida de 25 años y que quieren vivirlos con buena calidad de vida y una vida que queremos que sea activa, manteniéndose al día en conocimientos e información y también relacionarse socialmente y ¡qué mejor que hacerlo en la Universidad!

En nombre de CAUMAS, envío nuestro más sincero agradecimiento a todas las personas y entidades que han hecho posible estas XXII Jornadas, especialmente al equipo de ADAYEUS y a la Federación Galega de Asociacions Universitarias Senior, FEGAUS «

Marina Troncoso Rodríguez

Presidenta de CAUMAS



PRESENTACIÓN DE ADAYEUS

Cuando allá por el mes de abril del pasado año 2023, nuestra Federación FEGAUS, me propuso postularnos para ser los anfitriones de las XXII Jornadas, no me imaginaba el trabajo tan arduo que se nos venía encima. Una vez consensuado con la Junta Directiva, nos pusimos manos a la obra, y lo primero que decidimos fue el título de las Jornadas, pensando sobre todo en el objetivo y filosofía de las mismas. Así surgió el lema de esta edición: "Formación Continua, Socialización y Bienestar. El Espíritu que nos une".

Cuando hablamos de Formación Continua en el ámbito Senior, nos referimos a aumentar el conocimiento en temas específicos. Esta formación se realiza mediante cursos como los que se realizan en los Programas Universitarios para Personas Mayores (PUMs) y es una herramienta clave para mantenerse al día en los avances de cualquier ámbito. En otras palabras, es el aprendizaje que se lleva a cabo después de la formación inicial y que sirve para ampliar conocimientos, esto es la UNIVERSIDAD.

La socialización y el bienestar engloban los beneficios de contar con un entorno social adecuado, y cuyas ventajas son ampliamente conocidas: mejoran la confianza, la autoestima, estimulan el intercambio de conocimientos, ideas y puntos de vista, aúnan experiencias y momentos compartidos de gran valor, esto es la ASOCIACIÓN.

Pues bien, estas dos premisas constituyen el espíritu que nos une a la Universidad y las Asociaciones.

En mi corto recorrido en la Universidad Senior, puesto que he comenzado en el año 2018 (con la pandemia incluida), he podido comprobar que, aparte del deseo de aprendizaje existente por parte de las personas que se matriculan en la Universidad Senior, hay una aspiración todavía más fuerte entre la mayoría de las personas de nuestra generación, y es el de socializar y hacer nuevas amistades. Por ello nuestro mayor interés y esfuerzo, como Asociación, es proporcionar todas las actividades de ocio posibles, siempre con un trasfondo cultural, que estén a nuestro alcance, con el fin de lograr que esta etapa de nuestra vida, en la cual todavía somos "muy jóvenes", nos depare la misma satisfacción que las anteriores. Hay que tener en cuenta que los adultos mayores -que es como a mí me gusta que nos llamen- estamos en mayor riesgo de soledad y aislamiento social, porque es más probable que enfrentemos factores como vivir solos, perder familiares o amigos, tener enfermedades crónicas y pérdida auditiva.



La soledad significa sentirse “solo”, independientemente de la cantidad de contactos sociales que se posean. A nuestra edad se comienza otra etapa de la vida tan importante como las anteriores; se empieza a sentir la soledad, el abandono, se pierden algunas aptitudes y actitudes, facultades que de alguna manera hacen sentir útiles e importantes a las personas. Además, comienzan a surgir todos los problemas en salud (los temidos achaques) asociados a esa edad.

Es por ello que, por lo menos para nuestra Asociación, lo más importante en cada iniciativa que realizamos es la Socialización y el Bienestar, que junto con la Universidad es el ESPIRITU QUE NOS UNE.

Como ya dijo un compañero nuestro en otras Jornadas, “nuestras asociaciones existen porque nuestras universidades crearon los Programas Universitarios de Mayores”, y me consta que está claro que existimos gracias a la Universidad, pero no debemos obviar que si estamos en foros como estos, disfrutando de la compañía de personas que antes no conocíamos, de personas de ámbito académico, de profesionales que nos ilustran en nuestro aprendizaje, intercambiando información sobre las diversas formas de trabajar con el fin de mejorar el futuro de nuestras Asociaciones, y en definitiva haciendo universidad, es también gracias al trabajo desinteresado de las personas que conforman las Juntas Directivas y equipos de voluntariado para hacer posible lograr ampliamente nuestros objetivos.

Por tanto, como Presidenta de la Asociación ADAYEUS, anfitriona de estas XXII Jornadas, quiero hacer constar mi más profundo agradecimiento a todas las personas del equipo organizador y personas voluntarias, porque esta celebración no hubiese sido posible sin ellas. Y a partir de ahora, a seguir cumpliendo los objetivos que nos hemos propuesto en nuestra Universidad de A Coruña ◀◀

D.^a María Luisa Mauriz Barreiro,

Presidenta de ADAYEUS

**Asociación de Alumnos y Exalumnos de la Universidad Senior de A Coruña
Universidad de A Coruña**



SALUDO DEL REITOR DE LA UDC

Gracias por haber escogido la Universidade da Coruña (UDC) para celebrar la XXII edición de las Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores. Ha sido una oportunidad magnífica para constatar la energía y vitalidad que tiene el alumnado de la Universidad Sénior. La celebración durante cuatro días de diferentes actividades nos ha ofrecido una muestra clara de las ganas, el empeño y la capacidad de su alumnado, cada vez más exigente y crítico.

Para la UDC, poder dar una respuesta a vuestro interés permanente por el conocimiento es uno de los retos que tenemos por delante. Contamos con más de 1.000 personas en los estudios de Grado Senior. A ellas se suman centenares de participantes en las actividades complementarias, lo que sin duda es un reflejo de vuestras ganas de aprender. Un ansia de conocimiento que desde las organizaciones académicas debemos ser capaces de atender.

Trabajamos para conseguir ese objetivo. Pese a las complejidades existentes, ya que los recursos son exiguos, hemos puesto en marcha nuevos programas de formación específica como el nuevo de "Patrimonio Cultural", con una excelente acogida, o "Explorando el Conocimiento", pensado como una aproximación al grado y que abre las puertas a estudios más prolongados.

Mención especial merece la iniciativa "Democratización del Conocimiento", que impulsa el conocimiento científico y artístico a la población mayor de 50 años en zonas rurales de la provincia. Y es que desde la Universidad debemos mantener siempre el foco en nuestros orígenes, fortaleciendo nuestro papel de generadora y transmisora de conocimientos en diferentes ámbitos.

Todo ello contribuye además a otra cuestión clave, al envejecimiento activo. La esperanza de vida es hoy mayor que hace décadas, lograr que además lo sea de calidad y compartida es uno de los grandes retos. Y en ello, el intercambio de conocimientos y experiencias de vida compartidas juegan un papel esencial.

Enhorabuena a la Asociación de alumnos y ex alumnos de la Universidad Sénior de A Coruña (ADAYEUS) por la organización y por su impulso a la formación continua ◀

D. Ricardo Cao Abad

Reitor Magnífico da Universidade da Coruña (UDC)



SALUDO DEL PRESIDENTE DA XUNTA DE GALICIA

Hace no tanto tiempo había una idea generalizada de que ir cumpliendo años suponía, también, ir cerrando puertas. Ahora -por suerte- sabemos que no es así, y que en todas las etapas de la vida podemos seguir aprendiendo y aportando. Al fin y al cabo, la educación no tiene fecha de caducidad; es universal, y siempre está a disposición de la ciudadanía que desea ampliar su particular horizonte de conocimientos.

En este sentido, la educación sénior es una muestra de compromiso y de voluntad de profundizar en la curiosidad, pero también una oportunidad para el desarrollo personal e incluso profesional.

La realidad continúa experimentando cambios imparables que afectan inevitablemente a nuestro día a día, y con una esperanza de vida inédita en nuestra historia común, son cada vez más los ciudadanos sénior que hoy sois parte de la población, quizás su sustrato más representativo, tanto por pluralidad como por influencia.

Por eso, la población mayor debe poseer las mejores herramientas y habilidades para adaptarse a los cambios sociales en los estilos de vida y en las maneras de relacionarse y reflexionar, incluyendo la digitalización de la vida cotidiana.

La vía para poder adaptarse adecuadamente a estos desafíos siempre será la formación, la puerta de entrada a una fase vital que se prolonga durante toda la vida. Pese a que las etapas formativas parecen consignadas a los primeros años, lo cierto es que son cada vez más las personas que se suman a la educación para adultos, una alternativa que se ha consolidado como un valor transformador en lo individual y en lo colectivo.

Este modelo de educación superior permite que la formación acompañe la adquisición de nuevas destrezas exigidas por la nueva sociedad del conocimiento. Además, junto con el perfeccionamiento de las capacidades técnicas, científicas o artísticas, se fortalecen los vínculos humanos y se refuerzan los principios comunitarios. Una conciliación entre diferentes grupos de edades que favorece la desaparición de estereotipos y prejuicios mutuamente establecidos.

La educación es, por lo tanto, clave para el bienestar de las personas sénior y para la propia sociedad, garantizando la satisfacción de las necesidades intelectuales y complementando la participación en la actividad colectiva. Las experiencias formativas de los mayores de 55 componen una mirada al presente, pero también al futuro, y recuerdan el valor de una formación continuada como clave también del bienestar.



Sin duda, a los participantes de las XXII Jornadas Internacionales del Asociacionismo en Programas Universitarios Sénior les pertenece el momento actual pero también cuánto está aún por venir. Y, en lo que a mí respecta, sólo puedo desearles la mejor de las fortunas y agradecerles la infinita curiosidad y la incurable sed de conocimiento que vuelven a demostrar que la educación no conoce de edades ◀◀

D. Alfonso Rueda Valenzuela

Presidente da Xunta de Galicia



SALUDO DE A ALCALDESA DA CORUÑA

Formación continua, socialización y bienestar" un gran espíritu que nos une y bajo el cual A Coruña acogió esta magnífica XXII edición de las Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores. Una excelente oportunidad para explorar, aprender y compartir experiencias sobre temas vitales para el desarrollo de nuestros mayores. Trabajo que desde el Ayuntamiento de A Coruña apoyamos y gestionamos también desde el programa "Coruña Acompaña", con actividades y programas específicos para las personas de edad avanzada.

En ese sentido, la Asociación de alumnos y ex alumnos de la Universidad Sénior de A Coruña (ADAYEUS) desarrolla un papel destacado, rompiendo barreras y estereotipos sobre la adquisición y divulgación del conocimiento de las personas mayores. Personas formadas que durante su etapa laboral acercaron todo a nuestra sociedad y que así lo deben seguir haciendo. Su experiencia es un valor capital para nuestro desarrollo.

Estas jornadas han sido sumamente enriquecedoras, porque se han abordado temas tan relevantes como la Inteligencia Emocional en las personas mayores y la Soledad No Deseada, una problemática que cada vez gana más peso y en la que la Universidad Sénior es una importante herramienta para combatirla. No han faltado temas formativos como la salud en el envejecimiento e incluso un recorrido por el modernismo de nuestra ciudad, un mapa artístico que los visitantes pudieron apreciar paseando por nuestras calles. Todas ellas cuestiones importantes para ahondar en la puesta en valor del trabajo del estudiantado y de los ex alumnos de la UDC Sénior.

Quiero resaltar también la labor de Radio 50yPico, el programa de radio que une las Universidades Sénior de Galicia, y en el que tuve la oportunidad de participar en directo en el auditorio durante las Jornadas. En el programa insistí en que las personas mayores deben tener visibilidad y hacerse oír, tal y como hacéis a través de iniciativas como este programa de radio. Tenemos que integrar su conocimiento y experiencia en todos los ámbitos de la vida y nosotros, desde el ayuntamiento, tenemos muy presente su capacidad de aportar ideas y propuestas para mejorar la calidad de vida de nuestra ciudad y lo más importante, de quienes las habitamos.

De hecho, nuestras ciudades y municipios actúan como catalizadoras y exportadoras de ideas, y en esta edición de las Jornadas, hemos podido conocer un excelente trabajo realizado por el alumnado de nuestra Universidad Sénior sobre el bagaje histórico de las mujeres gallegas relevantes.



A Coruña es una ciudad de honda tradición feminista, capital gallega de las mujeres, y esta investigación es el mejor ejemplo de que no podemos olvidar de dónde venimos para poder acertar en el destino que trazamos. En ellas, en las mujeres que nos precedieron, tenemos también grabada nuestra propia historia. Y nuestro deber es darla a conocer y reivindicarla, haciéndole justicia a todo su trabajo.

Por este motivo me parece enriquecedora la idea de realizar cada edición de las Jornadas sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores en una ciudad diferente, por la idiosincrasia de cada sitio, su historia y sus costumbres, que son temas tan valiosos y demandados en las Universidades Sénior.

Estamos convencidos y esperanzados que A Coruña haya sido ese catalizador de ideas, además de la convivencia y de excelencia en las visitas a nuestros tesoros, incluyendo la gastronomía.

Desde el Ayuntamiento da Coruña seguiremos apoyando iniciativas en este sentido. Trabajando por nuestros mayores, poniendo en valor nuestra identidad y avanzando hacia una ciudad más inclusiva y de conocimiento ◀◀

D^a. Inés Rey García

Alcaldesa da Coruña



SALUDO DEL PRESIDENTE DA DEPUTACION DA CORUÑA

Es una satisfacción haber participado en estas XXII Jornadas y, por ende, en este Libro de Actas, porque la temática desarrollada en ellas pone en valor la labor que se realiza desde la Diputación como soporte de todos los municipios de A Coruña; sobre todo, en una realidad tan presente como la Soledad No Deseada, problemática que ocupó la conferencia inaugural.

Desde la Diputación estamos actuando contra esta lacra social con mucha insistencia, teniendo en cuenta que Galicia, y en concreto A Coruña, cuenta con una población muy envejecida y aislada. Para ello, hemos puesto en marcha programas pilotos que se desarrollan en municipios pequeños, porque la soledad es mucho más que estar en soledad, y nos encontramos con otra "pandemia" como son las emociones, que no tienen edad.

Nos preocupa este tema porque descubrimos ya no sólo a personas mayores, sino a jóvenes con datos escalofriantes: uno de cada dos se siente solo. Estamos ante una realidad en la que las Administraciones Públicas tenemos la necesidad de actuar, empezando por los ayuntamientos.

Por este motivo, deseo poner en valor lo que significa la Universidad Sénior, una educación permanente que no tiene edad y cambia constantemente de ámbito educativo y del concepto de persona mayor que hasta ahora teníamos preconcebido. Desde sus asociaciones, este alumnado es capaz de realizar una labor primordial que a las Administraciones nos ayuda a orientarnos a la hora de actuar, como es la prevención.

Considero que estos foros son importantes y necesarios, porque la convivencia unida a la experiencia y a la formación a lo largo de la vida lleva a las personas mayores universitarias a ser "seres sociales" capaz de ayudar a avanzar, a prevenir y cuidar en salud, y sobre todo a paliar la soledad y las emociones negativas que eso conlleva. La Universidad Sénior desarrolla un trabajo ejemplar, porque no se habla de edad sino de implicación, incluso cuando el alumnado realiza trabajos -como los que se han expuesto en esta XXII edición- y las administraciones públicas los recibimos, aprendemos de lo que aportan con su experiencia y su adaptación a los nuevos tiempos.

Las personas mayores no son un colectivo homogéneo y las nuevas generaciones +65 cada vez más están más preparadas, con titulaciones académicas, acomodadas a las nuevas tecnologías por exigencias laborales, y con conocimientos profesionales



que aplican a su vida diaria tras la jubilación, y por tanto con demandas nuevas que distan de los primeros programas universitarios que paliaban el deseo de asistir a la Universidad por primera vez.

Es por ello que desde la Diputación agradecemos la celebración de estas Jornadas periódicas, que tan magníficamente se han organizado este año en A Coruña por la Universidad Sénior y la asociación AYADEUS, y que nos han enseñado la receta estrella para seguir avanzando: la motivación ◀◀

D. Valentín González Formoso

Presidente da Deputación da Coruña



SALUDO DEL SECRETARIO XERAL DE UNIVERSIDADES DA XUNTA DE GALICIA

En Coruña tenemos un lema popular: “nadie es forastero”, todo el mundo es bienvenido, y por ello es grato haber sido anfitriones de estas Jornadas, en las que alumnado universitario sénior de toda España, Portugal, Brasil, México y Argentina se han dado cita, ya no solo en nuestra ciudad, sino en la casa de todos, como es la Universidad.

En muchas ocasiones, y durante largo tiempo, se ha interpretado la parte sénior de la Universidad como un complemento o un trámite, y obviamente ya no es así. Por cómo han ido evolucionando, por la calidad de las personas que la integran y por lo que aún está por venir –como describe el Presidente de la Xunta de Galicia- ya forman parte importante e imprescindible para la Universidad.

Estos Programas han llegado para quedarse y son los que le dan sentido al Aprendizaje para toda la Vida que reclama Europa a todos los países que apuestan por el conocimiento. Cada vez son más las personas mayores que se matriculan masivamente en la Universidad y por tanto debemos actuar y pensar la manera de afrontar este importante fenómeno.

Hay muchos cambios que exigen que tengamos que estar en formación permanente, como lo es por ejemplo el avance de las nuevas tecnologías; en este sentido el aval universitario es un aval de calidad, y las Universidades tienen que ir implicándose cada vez más a fondo. Hay cuestiones que van a ser primordiales para mantener la integridad universitaria como es el entorno, la igualdad o la intergeneracionalidad, y por tanto podemos situar a los Alumni como pilar importante y positivo de este avance, merecedores de la atención y la involucración por parte de las Universidades.

Este aspecto es fundamental, porque en el “ranking” de las universidades la reputación es el aspecto que más influye, tanto en el ámbito local, nacional y por supuesto internacional. Hay que unir también la influencia de la Universidad en el ámbito civil, social, cultural o administrativo, entre otros, que supone un porcentaje de peso; y no me cabe duda que es en gran parte gracias a los egresados, que hacen que la Universidad irradie con su reputación e influencia y que llegue a alcanzar los primeros puestos del rango.



Por todo ello, estoy convencido que el alumnado universitario Sénior, unidos a través de sus asociaciones como las que se reúnen en estas Jornadas, son verdaderos embajadores económicos y sociales que contribuyen activamente en esa red de influencias.

Animo por tanto a seguir con estos foros y jornadas como el que hemos acogido en A Coruña en su XXII edición, porque llevan el aval universitario, el aval de la experiencia, el aval del conocimiento, y por tanto la garantía de la CALIDAD «

D. José Alberto Díez de Castro

Secretario Xeral de Universidades da Xunta de Galicia

ACORUÑA. XXII JORNADAS SOBRE ASOCIACIONISMO EN LOS PUM



PRÓLOGO



PRÓLOGO

En este tiempo en el que la educación ha trascendido fronteras y etapas de la vida, me complace profundamente escribir el prólogo de este libro de actas de las XXII Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores, que se han desarrollado bajo el inspirador título de "Formación Continua, Socialización y Bienestar: El Espíritu que nos Une". Estas jornadas no solo reflejan el compromiso de nuestra sociedad con la formación continua, sino que destacan el papel fundamental que desempeñan los programas universitarios para mayores en la construcción de un tejido social más inclusivo y dinámico.

El programa para mayores de la Universidad de A Coruña (UDC), la Universidad Sénior, ha recorrido un camino de transformación desde sus primeros pasos, consolidándose como un espacio de formación continua, riguroso y enriquecedor. Lo que comenzó hace más de dos décadas como un proyecto pionero para ofrecer formación académica a personas mayores de 55 años ha evolucionado gracias al esfuerzo compartido de docentes y alumnado, todos trabajando con un mismo objetivo: fomentar una educación que no solo responda a las expectativas del colectivo sénior, sino que lo haga con la calidad que caracteriza a una universidad comprometida con la excelencia. En este contexto, la Universidad Sénior se ha consolidado como un referente en la educación a lo largo de la vida, creando un espacio donde los mayores pueden continuar alimentando su curiosidad intelectual y manteniendo una vida activa, tanto en lo académico como en lo social.

La UDC ha sabido adaptarse a las necesidades cambiantes de la sociedad, abriendo sus puertas no solo a la formación reglada, sino también a oportunidades de aprendizaje accesibles para todas las personas adultas. Y en los últimos años hemos sido testigos de cómo la Universidad Sénior también ha sabido renovarse y adaptarse. Lo que en sus inicios era un único programa con una estructura rígida de materias, ha dado paso a un modelo más amplio y flexible, con cursos de grado, de postgrado, ciclos de conferencias, talleres y seminarios, que promueven la continuidad y el compromiso del alumnado con la formación.

La programación que ofrecemos se caracteriza, además, por su amplitud y diversidad de contenidos, abarcando todas las ramas de conocimiento, desde las artes y humanidades hasta la ingeniería y la arquitectura, pasando por las ciencias, las ciencias sociales y jurídicas y las ciencias de la salud. Esta oferta está respaldada por un equipo docente altamente cualificado, que entiende que el aprendizaje es más valioso cuando se convierte en una experiencia participativa y vivencial.



Es este enfoque el que asegura el éxito continuo de nuestros proyectos y la satisfacción de nuestro alumnado.

La Universidad Sénior también se enorgullece de haber extendido la presencia de la UDC más allá de los límites de sus campus, llegando a más comarcas de la provincia de A Coruña a través del “Programa de Democratización del Conocimiento”; iniciativa que, desde 2018, busca acercar la formación universitaria a la población sénior que no vive en las grandes urbes. Este proyecto, que se desarrolla en colaboración con la Xunta de Galicia, la Universidad de Santiago de Compostela, la Universidad de Vigo y los ayuntamientos, es un hito en nuestro compromiso por conseguir que el saber sea accesible a todas las personas mayores, sin importar su lugar de residencia o situación personal.

Sin embargo, el verdadero valor de la Universidad Sénior no reside únicamente en su oferta educativa, sino en la comunidad que la conforma. Nuestro alumnado, con su participación activa, es el protagonista del éxito de sus programas. A través de sus ideas, propuestas y sugerencias, no solo enriquecen el debate académico, sino que contribuyen directamente a la mejora constante de la universidad.

En este sentido, las asociaciones de alumnos juegan un importante papel en el proceso, actuando como puentes entre estudiantes e institución educativa, fomentando la colaboración mutua y defendiendo los intereses de las personas asociadas. Estas asociaciones no solo son la voz de los/las estudiantes, sino que son motores de innovación y cambio dentro de nuestras universidades.

En este marco, las Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores adquieren gran relevancia. Se trata de un espacio donde las asociaciones nacionales e internacionales pueden intercambiar experiencias, compartir retos comunes y explorar nuevas formas de colaboración. Estas jornadas no solo nos invitan a reflexionar sobre los desafíos actuales, sino que nos permiten imaginar un futuro más inclusivo y enriquecedor para todos los mayores que forman y formarán parte de nuestros programas.

El título de estas jornadas, “Formación Continua, Socialización y Bienestar: El Espíritu que nos Une”, resume perfectamente el propósito de nuestro trabajo. El aprendizaje, más allá de la simple adquisición de conocimientos, crea un espacio de encuentro, de conexión y de crecimiento personal. La socialización que se promueve en estos entornos no es un elemento accesorio, sino esencial para el bienestar emocional y mental de las personas mayores.



Es responsabilidad de la universidad seguir fomentando iniciativas que integren lo académico y lo humano, asegurando que esta institución siga siendo un lugar donde cada persona, sin importar su edad, se sienta valorada y respetada.

Estas jornadas han sido una oportunidad para reflexionar sobre el camino recorrido y para renovar nuestro compromiso con una educación que va más allá de las aulas y las fronteras generacionales. Y este libro de actas es un testimonio del esfuerzo colectivo y de las valiosas contribuciones que se han hecho en ellas.

Con mi más sincero reconocimiento a todos quienes han hecho posible tanto el evento como el libro, deseo destacar especialmente a la Asociación de Alumnos y Exalumnos de la Universidad Sénior ADAYEUS por su dedicación y valiosa contribución en la organización de estas jornadas. Su buen hacer ha sido fundamental para el éxito de este encuentro.

Querido lector, querida lectora, estoy segura de que la lectura de las páginas de este libro te servirán de inspiración para la tarea de colaborar en la construcción de un futuro donde la formación continua, la socialización y el bienestar sigan siendo el espíritu que nos une ◀◀

Con gran afecto,

D^a. Matilde García Sánchez

**Directora de la Universidad Sénior
Universidad de A Coruña**

ACORUÑA. XXII JORNADAS SOBRE ASOCIACIONISMO EN LOS PUM



CONFERENCIA



LA SOLEDAD NO DESEADA

D^a. Matilde Fernández Sanz

Presidenta del Observatorio Estatal de la Soledad no Deseada (SoledadES)

RESUMEN

Hablar de soledad es hacer investigaciones cualitativas y cuantitativas, aprender a poner a la persona en el centro de todas las políticas, que tienen que ser transversales, preventivas e inclusivas. Hablar de soledad es enfocar las actuaciones hacia la educación y el bienestar, y comenzar por trabajarla desde nuestro entorno. Hay que hacer comunidad, hay que hacer barrio, que nos conozcamos, que seamos cómplices y crear redes que detecten a quien le hace falta algo. Hacer comunidad es hacer democracia y establecer la columna vertebral en el Municipio.

Las asociaciones de personas mayores son las que actualmente luchan contra los "malestares" de la sociedad, y eso es hacer prevención. Menos medicinas, tristeza y soledad y más relaciones sociales, amistades y conexiones en los barrios.

ÍNDICE

1. Soledad no Deseada . Entrando en materia
2. Investigando. Conociendo más y mejor
3. La necesidad de una sociedad más democrática
4. La necesidad de una revisión del estado de bienestar
5. La necesidad de una sociedad cuidadora

¹ D^a. Matilde Fernández Sanz fue Ministra de Asuntos Sociales de España desde 1988 a 1993. Entre otros cargos también fue senadora por la Comunidad de Madrid de 2008 a 2011. Miembro de la Junta Directiva del Comité Español de ACNUR desde 2007 y presidenta desde 2017 al 2020.



1. Soledad no Deseada . Entrando en materia

La soledad no deseada, la que hace daño, se vive o siente a todas las edades y en todas las realidades económicas y sociales. Transita por todas las clases sociales y se presenta en cualquier momento del proceso vital. Por eso hay que hablar de soledades y de la intensidad y duración de esas soledades.

Los colectivos que más la sufren son: las personas de más edad, también las personas con alguna discapacidad; las personas con problemas de salud mental; las diferentes minorías, especialmente inmigrantes y refugiados, por motivos claros añadidos y por no disponer de su estructura familiar completa; las personas sin recursos empezando por las que no tienen techo, que es el colectivo que todos reconocen como el que vive y siente más la soledad. No hay que olvidar a las personas jóvenes que están expresando en diferentes estudios su creciente sentimiento de soledad y también de aislamiento.

Identificar estos grupos de personas o colectivos en cada territorio es prioritario. Como decimos en el Observatorio SoledadES, “conocer la soledad es empezar a combatirla”.

La soledad es un sentimiento o vivencia subjetiva y casi siempre, por sentir que no se dispone de personas, de relaciones sociales y familiares, para sentirse acompañados. Se vive como una pobreza de relaciones, “lo que tengo no cubre mis expectativas y necesidades”, se vive como una insatisfacción con las relaciones que se tiene. Un problema individual, pero, sobre todo, un problema social, comunitario, de formas de vida sin respuestas de apoyo a las nuevas necesidades. Nuestro trabajo en prevención y en educación es importantísimo. Trabajar en el objetivo de la inclusión aún más.

Ahora bien, las causas que producen, a lo largo de las vidas de las personas, esta soledad indeseada, son bastante objetivas y se pueden agrupar en tres tipos de factores:

- **Factores familiares**, que tienen que ver con los cambios que se producen en las estructuras familiares de cada persona. Desde la viudedad, a los desarraigados y a los abandonos. Desde los nidos vacíos a las rupturas de parejas y a las muertes que reducen los entornos de afectos. También es importante el papel cultural de las familias y los roles que en ellas se aplican.
- **Factores físicos**, con las discapacidades sobrevenidas o desde el nacimiento, las enfermedades crónicas y la pérdida de salud en general y las barreras de todo tipo que en las viviendas y en los entornos existen, siguen existiendo, incluyendo los transportes para la movilidad adecuada. Por supuesto si se vive solo o en compañía.



- **Factores sociales**, al dejar de disponer de redes que se tenían y dejan de tenerse, por motivos varios, la reducción de las rentas con las jubilaciones, los aislamientos físicos por vivir en lugares despoblados o en urbes sin vida comunitaria. Las jubilaciones con la pérdida de contactos, relaciones y la modificación de roles tanto los profesionales como los de cuidadoras.

En definitiva, pérdidas. Pérdidas que necesitan ser recompensadas con nuevas redes de apoyos sociales y comunitarios, así como de entornos amigables. Integrando de nuevo.

Ante todas estas realidades y hechos se puede y debe impulsar políticas preventivas y políticas concretas de acción positiva. También, diseñar propuestas para cada uno de los diferentes factores. Y visibilizar las que ya se están haciendo, aunque se diseñasen sin pensar en la soledad, pero que acaban siendo eficaces ante ella. Hay muchas y muy buenas prácticas municipales y sociales que conocer y empoderar.

Y como se verá enseguida, la eficacia de las respuestas, preventivas o de respuesta, son necesariamente transversales y no solo sociales. El gran aprendizaje del siglo XXI ha de ser el de trabajar: entre generaciones, entre departamentos y entre funciones. Un cambio estructural importante y no fácil. Se necesita un fuerte liderazgo para ello.

Los equipamientos existentes también han de salir de sus burbujas para poder ser más útiles y eficaces ante las nuevas necesidades comunitarias. Lo que implicará mucho diálogo con quienes se sientan afectados, para hacerles ver las mejoras de esos cambios. Necesitamos de más equipamientos comunitarios que sectoriales.

También conocemos que no atender estas soledades tendrá un coste mayor porque los efectos en las personas serán más complejos y las soluciones tendrán mayor coste, desde la tristeza a la depresión, desde la pérdida de autoestima a los pensamientos derrotistas, desde la ausencia de redes a la pérdida de expectativa, desde el trabajo a las bajas laborales y las prolongadas y el consumo de fármacos y.... De esto algo sabemos porque hemos realizado un trabajo sobre los costes de no hacer políticas preventivas y de atención a las soledades que está a la disposición.

2. Investigando. Conociendo más y mejor.

He de hablarles del Observatorio Estatal de la Soledad no deseada, SoledadES, en parte porque, por presidirlo, ustedes me han invitado a "charlar" sobre la soledad del mundo actual.

Nace a principios de 2022 para conocer, más y mejor, las soledades, como primer paso para poder combatirlas. La Fundación ONCE ha impulsado esta iniciativa



contando con el apoyo de las grandes organizaciones sociales y de la economía social: (Cruz Roja, Cáritas, CERMI, Plataforma de Mayores y Pensionistas, Plataforma del Tercer Sector, ONCE, Plataforma del Voluntariado, Red contra la Soledad no deseada, Red Europea de Lucha contra la Pobreza y la Exclusión Social, UGT, CC.OO., Plataforma de Organizaciones de Pacientes, Consejo de la Juventud, Unión de Profesionales, y la FEMP, entre otras.

Nuestros objetivos principales son:

- Generar conocimiento,
- Difundir ese conocimiento para proponer proyectos más útiles y eficaces y mejor coordinados, unir lo disperso y actualizar trabajos hechos, que no están actualizados,
- Tener un espacio de intercambio, con las jornadas y seminarios de buenas prácticas, de todo tipo de instituciones y organizaciones,
- Aportar, recoger, en una página web actualizada e informada, tanto iniciativas nacionales como internacionales, preferentemente evaluadas e innovadoras.

Nos vamos a centrar, fundamentalmente, en el conocimiento de estas realidades en las personas mayores y las personas con discapacidad. Nuestros interlocutores son, tanto las administraciones públicas como las entidades sociales, la economía social y la Academia. La FEMP forma parte del Comité Consultivo por ser la administración más cercana y próxima para la ciudadanía.

Observar: conocer, investigar, comprender. **Conectar:** identificar lo que funciona, crear comunidad de profesionales, establecer alianzas con las administraciones y especialmente las locales, buscará reducir la brecha entre políticas y necesidades. **Innovar:** compartir herramientas, facilitar la gestión del conocimiento y los espacios de reflexión, favorecer el aprendizaje y el conocimiento mutuo.

2.1. El primer estudio

El primer Estudio que hicimos fue “El Informe sobre la percepción social de la soledad” (2022). Esa encuesta sobre percepción social de la soledad nos mostró:

- Un 9,2% de las personas no tienen a nadie que les ayuden cuando tienen problemas, este porcentaje es mayor, de un 12,5%, en el caso de los jóvenes.
- Un 71,7% de personas conocen, en su entorno, a personas que pueden sentirse solas.
- Un 87,2% piensa que todos podemos sentir la soledad y sufrirla en algún momento.



- Dos de cada tres personas, un 66,6%, les gustaría poder realizar acciones para combatir la soledad de las personas de su entorno y una de cada tres dice que ya hace algo.
- Un 32,6% considera a las personas con discapacidad como uno de los dos mayores grupos que sufren soledad, junto a las personas mayores, por detrás de las personas sin techo/hogar (71,8%), por delante de las personas que viven en las grandes ciudades, (31,9%) y de las personas migrantes, (27,5%).
- Una inmensa mayoría piensan que la soledad no deseada, es un problema social de primer orden en nuestras sociedades (93%) y un 82,3% cree que será un problema cada vez mayor y más importante. Un 80% piensa que es un problema aún muy invisible.
- Un 85% piensa que la política debe dar mucha mayor atención a las soledades.
- Un 81,5% cree que los medios de comunicación deben dedicar más tiempo y espacio a esta realidad/problema.
- La sociedad entiende que es una cuestión que implica a todos los actores, aunque las administraciones más (50%), en primer lugar, el gobierno central con políticas estatales (27,5%) pero a continuación los ayuntamientos por la eficacia de la proximidad con un 19,7%, las CC.AA. sólo en un 5,6% son vistas como necesarias sus políticas autonómicas.
- El compromiso de la ciudadanía en general obtiene un 40,9% de necesidad de formar parte en la solución de este problema. Por desgracia, las ONG y las empresas con sus RSC no son vistas aún como tan útiles en sus aportaciones, (4,1% y 2,2% respectivamente).
- La soledad no deseada llega al 12,9% de mujeres.
- Las mujeres, casi un 36%, identifican que la SND es por carecer de familia cercana. Los hombres dan más importancia al hecho de carecer de relaciones sociales (20,9%).
- La generación Z y Milenios, entre 16 y 39 años, se han sentido solos sin desearlo, de manera frecuente o muy frecuente, un 16,5% de ellos. Recuerden que en un 12,5% están solos y no tienen a nadie que les pueda ayudar cuando tengan un problema. Además, en un 11,2% piensan que son el grupo que siente más la soledad, por encima de todos los demás.



2.2. Segundo trabajo

Nuestro segundo trabajo fue el estudio de “El coste de la soledad no deseada en España”, (2023).

La Soledad no deseada representa un coste de 14.141 millones de euros anuales en España. Esto supone el 1,17% de nuestro PIB (PIB del 2021).

Debido, sobre manera, a costes sanitarios y costes de pérdidas de productividad. Es decir, los costes debidos a una mayor frecuentación de los servicios sanitarios y a un mayor consumo de fármacos asciende al 0,51% del PIB, 5.600 millones de euros más 495,9 millones respectivamente y los costes de pérdidas de productividad ascienden a 8.000 millones de euros, el 0,67% del PIB.

En el estudio aparecen también los costes intangibles por la reducción de la calidad de vida, no asociada a la mortalidad, equivalente a más de un millón de AVAC (Años de Vida Ajustados por Calidad) o años disfrutando de plena salud. Las muertes prematuras equivaldrían a una pérdida anual de casi 18.000 AVAC, representando el 2,79% de los años de vida de buena salud totales de la población española mayor de 15 años.

La soledad no deseada afecta al 13,4% de la población española y que, aunque se sigue pensando que la soledad la sienten más las personas mayores, este estudio y otros que se están dando a conocer, apunta que las personas más afectadas son las personas más jóvenes, entre 16 y 24 años, llegando a un 21,9%.

Las siguientes franjas están en torno a un 12% e incluso, en la franja de 65-74 años estamos ante la menor percepción de soledad, que es de un 7,8%.

Aunque, a partir de los 75 años, este sentimiento doloroso vuelve a crecer hasta el 12,2%.

Las mujeres sufren más soledad no deseada que los hombres, 14,8% frente a 12,1%.

De media, las personas que reconocen vivir en soledad no deseada expresan que llevan alrededor de seis años en tal situación. Sentimiento negativo que pesa especialmente durante los fines de semana, en un 20,9% y en un 22,9% durante todo el día.

Las causas externas, percibidas por el 79% de las personas entrevistadas, tienen que ver mayoritariamente con: una falta de convivencia o apoyo familiar o social por residencias alejadas, por dejar de convivir y por incomprensión de la gente que les rodea; causas laborales y significativamente por exceso de trabajo; aislamiento debido al entorno y aislamiento del cuidador o cuidadora.



Las causas internas, reflejadas en esta encuesta, apuntan a: la dificultad para relacionarse con los demás (12,7%); la soledad derivada de una mala salud o de una discapacidad (6,4%),

Las personas en situación de soledad no deseada, en comparación a la población que no siente esa soledad, presentan unas mayores prevalencias en las enfermedades y especialmente visible en la depresión, ansiedad crónica y en enfermedades del corazón.

Tienen una peor percepción de su estado de salud y de su calidad de vida y recordemos que en el anterior estudio habíamos observado que las mujeres tienen una percepción mayor de como realmente están y los hombres tienen una percepción de mejor salud de la que realmente tienen.

Utilizan más los servicios sanitarios, desde los servicios de atención primaria a los servicios de especialidades y a las urgencias y, realizan un mayor consumo de medicamentos. Tranquilizantes y relajantes en un 33% y un 13% respectivamente y antidepresivos y estimulantes en un 23,5% y en un 5,3%.

El 20,8% de las personas en situación de soledad manifiestan tener algún tipo de discapacidad, mayoritariamente de movilidad y de visión. Tener limitaciones para realizar las actividades de la vida cotidiana.

Este estudio ha permitido que tengamos más claro los costes sanitarios directos de atender la soledad no deseada. Las personas en situación de soledad no deseada presentan una mayor frecuentación de servicios sanitarios, una mayor solicitud de consultas a los médicos especialistas y un mayor uso de las urgencias. Consumen más medicamentos de "las familias de" tranquilizantes, relajantes, antidepresivos, estimulantes y de "medicinas para el corazón".

6.101.440.763 euros que se distribuyen así: consultas en medicina de familia o atención primaria, 1.018, millones; consultas con especialistas, 3.880, millones; estancias hospitalarias 110.089.911 euros; consultas a urgencias 596.606.770 euros. Si hablamos de fármacos, contabiliza el estudio un gasto de 495.852.783 euros de los que 298.061.495 euros están en antidepresivos y estimulantes.

El estudio también ha permitido observar que la soledad no deseada ocasiona costes importantes debido a la pérdida de producción por reducción del tiempo de trabajo, por menos empleo a tiempo completo y más empleo a tiempo parcial. Alcanza la cifra de 8.000 millones de euros anuales, el 0,67% del PIB del 2021.



La literatura presenta evidencias sobre la existencia de una relación estrecha entre soledad y mortalidad prematura, estimando un total de 848 muertes prematuras, 511 hombres y 337 mujeres, asociadas a la soledad en 2019 que generarían una pérdida de 6.707 años potenciales de vida productiva (191,2 millones de euros).

Los costes intangibles por pérdida de calidad de vida el estudio los ha elaborado no en costes monetarios sino en coste de años de vida en buena salud, AVAC, así, durante el año 2021 se perdieron en España aproximadamente un millón de AVAC que equivale a 2,79% de los años de vida en buena salud totales de la población española mayor de 15 años. Se estima también que los AVAC perdidos por muertes prematuras asociadas a la soledad no deseada son de 17,9 mil AVAC y el 62% corresponden a hombres.

En definitiva, los costes económicos y sociales son importantes y este tipo de trabajos se deberían realizar mucho más para conocer mejor lo que se hace y lo que se debería hacer.

2.3. Tercer estudio

El tercer estudio realizado ha sido sobre: “Juventud y Soledad no deseada en España. (Entre 16 y 29 años)”. (2024).

La soledad afecta a una de cada cuatro personas jóvenes en España. El porcentaje de jóvenes entre 16 y 29 años que se sienten en una situación de soledad en el momento presente alcanza el 25,5%.

Es más frecuente entre las mujeres jóvenes que entre los hombres de la misma edad. 31,1% de mujeres y 20,2% de hombres.

Alcanza los valores máximos en las franjas centrales de la juventud, entre 22 y 27 años, entre 26,5% y 31,6%.

Cerca de la mitad de los jóvenes que se sienten solos actualmente (segunda parte de 2023), llevan sintiéndose solos desde hace más de tres años, 45,7%.

Además, un 58,4% de las personas que no se sienten actualmente, se han sentido solos con anterioridad. Dos de cada tres jóvenes, el 69%, se sienten solos o se han sentido solos en algún momento de sus jóvenes vidas.

La cantidad de las relaciones sociales es determinante para explicar la soledad. En la soledad juvenil, las relaciones de amistad tienen más impacto que las relaciones familiares y laborales o de estudio.



La calidad de esas relaciones es también relevante al observar la soledad juvenil. El porcentaje de jóvenes con insatisfacción sobre sus relaciones es mucho mayor en las personas con soledad que en las personas que no se sienten solas. La insatisfacción es más elevada sobre las relaciones familiares y entorno, seguido por el ámbito laboral o de estudio y por las amistades. 45%, 40,2% y 31,4% respectivamente.

Las habilidades sociales y las actitudes hacia las relaciones sociales juegan un papel clave en la soledad juvenil. Quienes tienen más confianza en los demás sienten menos soledad, no se sienten tan solos.

Existe una fuerte relación entre el acoso escolar o laboral y la soledad. El porcentaje de personas que han sufrido acoso escolar o laboral es casi el doble entre los jóvenes que sufren soledad, un 58%.

Según la opinión de la juventud, saber comunicar a los demás lo que se siente o desea es muy importante para evitar la soledad. Aunque les resulta más fácil hablar de la soledad de otros que de la propia. Quienes se sienten solos, prefieren hablar de manera abstracta o de manera general de su propia soledad. Solo una persona de cada tres que sienten soledad se encuentra cómoda pidiendo ayuda.

La digitalización ha tenido un efecto importante sobre las formas de relacionarse de la sociedad en general, pero ha sido particularmente intenso en la juventud. Un tercio de la juventud usa redes sociales más de tres horas diarias y considera que tener demasiadas relaciones online es un factor que influye en la soledad, así como estar muy pendiente de ellas.

Las relaciones sociales presenciales son más frecuentes entre jóvenes que no sufren soledad no deseada y especialmente con relaciones de amistades. Aquí está una de las diferencias detectadas.; un 79,8% frente a un 55,9%

► **Sobre soledad y educación, empleo y pobreza**, la juventud con educación universitaria experimenta los niveles más bajos en soledad.

Haber repetido curso muestra una vinculación con sentir soledad no deseada, sobre 10 puntos superior a quienes no han repetido, 31% frente a 21,3%.

También se observa una relación con el abandono escolar temprano y con el rendimiento académico bajo.

Las personas con desempleo sufren una prevalencia de soledad 5 puntos por encima de las que estudian o trabajan.



La relación es especialmente fuerte con la pobreza de los hogares. La soledad no deseada es mayor en la juventud de hogares con dificultades económicas. Desde un 31% si están en cierta dificultad a un 60% si la dificultad es mucha.

► **Sobre soledad y hábitat**, la relación entre el tamaño del municipio y la soledad en la juventud es estadísticamente significativa.

Las personas de los municipios medios (20.000 a 100.000 habitantes) experimentan mayores niveles de soledad, la prevalencia es de un 29,8%. Esta prevalencia es del 27,9% en los municipios entre 100.000 y 500.000 habitantes.

Los municipios de menos de 20.000 habitantes tienen una prevalencia de un 18,9% y del 24% en los municipios de más de 500.000 habitantes.

La emancipación juvenil no guarda una relación clara o de peso con la soledad.

Los jóvenes que viven en casa de sus padres sufren una tasa de soledad menor que los que viven en un piso compartido y aún menor que los que viven en su propia casa.

► **Sobre la soledad y el estado de salud**, los jóvenes que se sienten solos sufren un estado de salud auto percibido mucho peor que el de los jóvenes que no se sienten solos. Son especialmente significativos los datos que muestran la relación entre los problemas de salud mental y la soledad no deseada en la juventud.

Las personas jóvenes que se sienten solas padecen problemas de ansiedad o depresión en un 77,8% de los casos, frente al 34,8% entre las que no sufren soledad no deseada.

Tienen un nivel de autoestima menor. Una mayor prevalencia de pensamientos y prácticas autolesivas, de hasta 3 veces más frecuentes en la juventud con soledad que sin soledad.

Los pensamientos suicidas alcanzan a la mitad de la juventud, 50,5%, que siente la soledad no deseada.

► **Sobre soledad y sentimientos de discriminación**, la soledad no deseada en la juventud está fuertemente relacionada con la discapacidad. El 54,2% de jóvenes con discapacidad sienten y sufren soledad no deseada.

La prevalencia de esta soledad entre jóvenes LGTBI es casi el doble que, entre jóvenes heterosexuales, 39,7% frente a 22,7%.



La prevalencia de la soledad no deseada entre personas jóvenes que han nacido en el extranjero o que su padre o su madre sean extranjeros o hayan nacido en el extranjero, es un 41% superior a la prevalencia de los nacidos en España y que sus padres y madres también hayan nacido en España.

Los jóvenes necesitan desde la niñez que se favorezca su educación emocional y se trabaje en la inclusión de todos en todos los tramos educativos y después en la vida laboral. Es decir, escuelas, centros educativos, universidades y lugares de trabajo inclusivos. Necesitan más protección de su salud mental y romper con su estigmatización. Necesitan fomentar la participación juvenil y unos servicios de atención juvenil orientados a reducir la soledad y, aún mejor, dirigidos por ellos. Necesitan que se fomenten unas relaciones sociales mediante ocios saludables.

2.4. Barómetro sobre la Soledad en España

El Barómetro sobre la Soledad en España (2024) permite identificar las siguientes conclusiones. Sabiendo que se han hecho comparaciones con el informe de 2022 y con otro barómetro de 2015 y se ha encuestado a 2.900 personas.

La soledad se considera un problema muy relevante por parte de la sociedad. La percepción general es que la soledad no deseada es un problema social cada vez más importante. La mayor parte de la sociedad ha experimentado la soledad no deseada, en el presente o en el pasado. La soledad no deseada afecta en la actualidad a la quinta parte de la población en España y dos de cada tres personas que actualmente no se sienten solas (63%) han sufrido soledad en el pasado.

La soledad tiene solución en muchos casos. El 50,4% de la población se ha sentido sola en alguna etapa de su vida, pero no se siente sola en el momento presente. Este dato muestra también que en muchos casos la soledad es un problema reversible y que tiene solución.

Sin embargo, los datos muestran que **existe también una soledad crónica o de larga duración.** Dos de cada tres personas (67,7%) que sufren soledad llevan en esta situación desde hace más de 2 años y un 59% desde hace más de tres.

La soledad, más allá de la experiencia subjetiva de sufrimiento, está relacionada con muchos otros problemas. La prevalencia de la soledad no deseada es mucho más elevada entre las personas que sufren problemas en otras áreas, como las personas que llegan con dificultad a fin de mes, están en situación de desempleo y más entre 30 y 54 años, las que sufren problemas de salud física o mental o tienen discapacidad. También si tienen origen extranjero o pertenecen a minorías. De nuevo hemos de pensar en la inclusión como una gran política.



La cantidad, la calidad y la presencialidad de las relaciones, especialmente de amistad, y también de familia, son muy relevantes para la soledad. Las personas que tienen una menor cantidad de relaciones de amistad que las deseadas tienen una mayor prevalencia de soledad (41,9%) que las personas que tienen una menor cantidad de relaciones familiares (35,3%) y cuatro veces superior a las personas que están satisfechas con la cantidad de relaciones de amistad (10,3%).

Vivir acompañado, especialmente con la pareja, también juega un papel clave en la soledad. Independientemente de la vida social el núcleo de convivencia es clave. La prevalencia de la soledad no deseada es el doble entre las personas que viven solas que entre las que viven acompañadas.

La salud física y mental es un factor clave en la lucha contra la soledad. Tener una salud muy mala, mala o regular implica una probabilidad 3 veces mayor de sufrir soledad no deseada y sufrir un problema de salud mental, diagnosticado o no, en 2,4 veces.

La educación previene contra la soledad. La soledad es mucho menos frecuente entre las personas con mejor nivel educativo y, además, carecer de estudios superiores eleva la probabilidad de sufrir soledad en un 50%.

La soledad no deseada está algo más extendida entre mujeres que entre hombres, si bien las diferencias se observan principalmente en determinados perfiles. La prevalencia de la soledad entre mujeres se sitúa en el 21,8%, valor superior pero cercano a la prevalencia entre los hombres (18,0%). Sin embargo, detrás de esta media se observa que las diferencias entre hombres y mujeres son especialmente amplias a partir de los 55 años, en los niveles educativos más bajos y en los núcleos urbanos.

La soledad está especialmente extendida entre la juventud. La juventud sufre los niveles más elevados de soledad en ambos sexos, cifra que va disminuyendo a medida que aumenta la edad, hasta el grupo de 75 y más años, donde la prevalencia vuelve a aumentar.

No existen diferencias amplias entre el medio urbano y el rural, pero sí en el modo que el medio afecta según la edad. La prevalencia de la soledad no varía notablemente entre el entorno urbano y el rural a pesar de la menor dotación de servicios y los problemas de despoblación del medio rural. Sin embargo, en el medio rural la juventud experimenta niveles muy elevados de soledad (y la población mayor muy reducidos), mientras que en el medio urbano sucede a la inversa, las personas mayores sufren más soledad.

Existe un consenso acerca de la necesidad de reforzar las acciones para reducir la soledad no deseada. La gran mayoría de la sociedad considera que la lucha contra la soledad debe ser una cuestión prioritaria para las administraciones públicas, así como una responsabilidad compartida por el conjunto de la sociedad.



Está aumentando la sensibilidad hacia la soledad como problema social. Los resultados del Barómetro España 2024 muestran una mayor concienciación hacia la soledad como problema social en comparación con el Estudio sobre la percepción de la soledad no deseada, publicado dos años antes en 2022.

El voluntariado es importante para reducir la soledad. La mayoría de la sociedad no solo considera que la lucha contra la soledad es una responsabilidad compartida por el conjunto de la sociedad, sino que además declara que le gustaría poder realizar más acciones para combatir la soledad (82,0% de la población).

La investigación sirve para acercarse a las personas que sufren soledad en silencio. Una parte importante de las personas que sufren soledad, más de la mitad, no se sienten cómodas pidiendo ayuda, razón por lo que es importante ofrecérsela, aunque no la pidan. La investigación permite identificar una serie de perfiles en los que la soledad es especialmente frecuente, lo que sirve para canalizar esta oferta de ayuda, no necesariamente explícita, a determinados perfiles que tienen una mayor prevalencia de soledad no deseada. Es importante continuar con la investigación en este campo de las soledades en España y teniendo en cuenta lo que nos piden diferentes investigadores e instituciones europeas y mundiales.

Si, sabemos más y debemos tener muy en cuenta lo que diferentes académicos e investigadores nos plantean tras haber oteado en lo que se ha hecho y está haciendo en 52 países:

- Hay que mantener en el tiempo los estudios, cuantitativos y cualitativos para conocer más profundamente y para dar respuestas más eficaces.
- La soledad transitoria es una experiencia común pero la soledad crónica o grave e insistente representa una amenaza para la salud y el bienestar de las personas y su entorno familiar y social.
- El diseño de políticas deben hacerse sobre medidas evaluadas, con evidencias claras de resultados eficaces. Con propuestas para las personas, pero también para la comunidad y la sociedad en general.
- Consensuando metodologías y escalas y con preguntas de control en las encuestas.
- Hay que tener en cuenta el contexto cultural, las creencias, religión, valores.
- Las intervenciones de apoyo social y el entrenamiento de habilidades sociales y emocionales son intervenciones prometedoras.
- Debemos internacionalizar nuestros trabajos y experiencias, especialmente en la U.E. y en la O.M.S.



3. La necesidad de una sociedad más democrática

Catrín Noone y de Keming Yang observando 17 estudios realizados en diferentes países, incluyendo España, sobre los elementos de éxito en políticas de atención a personas en situación de soledad no deseada, concluyeron en que:

- Es importante potenciar la autonomía de las personas,
- Hay que facilitar las oportunidades de desarrollo de nuevos vínculos sociales. Tras las pérdidas, nuevas redes de relaciones,
- Arraigar el sentimiento de permanencia a la comunidad se convierte en prioritario,
- Las soluciones con éxito son las colaborativas,
- El trabajo previo tiene que ver con la identificación de los obstáculos y las barreras existentes,
- Evaluar la efectividad de las intervenciones es más necesario si cabe por tratarse, en muchos casos, de acciones de proximidad y comunitarias.

Por tanto, las estrategias de intervención social con éxito son aquellas que:

- Aumentan las habilidades sociales, empezando por la educación afectivo-emocional en las primeras etapas educativas y por el entrenamiento social y cognitivo a lo largo de la vida,
- Promocionan la salud integral, preventiva y sin estigmas,
- Avanzan en la inclusión social transversalmente y potencian las interacciones sociales,
- Fortalecen los apoyos sociales y comunitarios,
- Aumentan las relaciones intergeneracionales,
- Establecen conexiones entre personas y barrios, comunidades, entornos.

Así, las políticas eficaces han de:

- Ser y estar sostenidas en el tiempo y, por ello, evaluadas,
- Con mirada poliédrica, transversales, integradas, involucrando a las diferentes áreas de las instituciones,
- Con muchos actores comprometidos y protagonistas, profesionales y voluntariado especializado,



- Las personas con y para las que se actúa, los actores principales, los protagonistas de su devenir,
- Siempre con un liderazgo público, municipal principalmente, y con clara coordinación entre áreas.

Empoderar a la administración más cercana, más próxima, los municipios. Convertir a la ciudadanía en protagonista activa. Hacer barrio, hacer comunidad, diseñar conexiones, potenciar todas las redes existentes en el territorio. Es hacer más y mejor democracia.

4. La necesidad de una revisión del Estado de Bienestar

Si, los capítulos I de todas, o casi todas, las administraciones están descapitalizados. No es soportable por mucho más tiempo.

Los dictámenes de las diferentes sociedades científicas de las diferentes áreas profesionales del bienestar lo han dejado por escrito una vez bien estudiado y evaluado. En nuestro país no hay que hacer más diagnósticos, están hechos; lo que hay que hacer es empezar a ponerlos en marcha para tener administraciones eficaces en los próximos 25 años.

Administraciones que cumplan con el gran objetivo de la inclusión de su ciudadanía a lo largo de su vida y desde todos los sistemas de bienestar social en red, coordinados o conectados entre sí.

Administraciones trabajando en la reducción de las grandes brechas de desigualdad existentes: **La brecha de la pobreza**, exclusión, desigualdad económica; **La brecha de la desigualdad** entre hombres y mujeres, salarial, promocional, de representatividad, en pensiones, en roles a lo largo de la vida; **La brecha entre generaciones** para evitar los retrasos en el protagonismo de las personas jóvenes y para retrasar la pérdida de protagonismo de las personas mayores, los edadismos, los arrinconamientos; **La brecha entre territorios**, la falta de acuerdos, pactos, consensos y políticas coordinadas entre administraciones e instituciones.

Recordemos que todos nuestros estudios muestran como hay una prevalencia mucho mayor de sentir soledad no deseada cuando tenemos personas con deficiente educación formal, más desempleo, peor salud, problemas de salud mental, ser personas homosexuales, tener raíces inmigrantes, haber sido acosados, no tener expectativas de mejorar su renta, o no llegar a fin de mes, entre otras.



5. La necesidad de una sociedad cuidadora

La sociedad cuidadora es el gran reto de este siglo. Cuidar a las personas y cuidar el Planeta. Cuidar como función social colectiva y en igualdad. Unos datos para que entendamos lo que está en juego. ¿Cuál es la brecha salarial en Europa y en España entre hombres y mujeres? En Europa es de un 16% y en España es de un 20% la diferencia salarial entre hombres y mujeres con trabajos similares. ¿Cuál es la brecha en pensiones? De un 30% en Europa y de un 33% en España.

¿Cuáles son las causas? Fundamentalmente por el mal reparto de responsabilidades domésticas y familiares. En Europa las mujeres dedican 22 horas a la semana a estas responsabilidades y los hombres sólo 9 horas. El dato es similar en España, las mujeres dedican 4 horas diarias y los hombres no llegan a 2 horas diarias en el cuidado del hogar y de la familia.

En España los contratos temporales los tienen en un 60% las mujeres y en un 40% los hombres y mayor diferencia se ve aún en los contratos a tiempo parcial. ¿Por qué? Porque el 83% de las reducciones de jornada la solicitan mujeres para poder realizar los cuidados de familiares, (hijos, hermanos, padres y suegros) y el 90% de las excepciones laborales para estos cuidados la piden las mujeres. Brecha salarial-brecha de pensiones. Modelo de sociedad no igualitario.

La sociedad cuidadora puede llegar a ser, debe llegar a ser, una sociedad igualitaria. Es la tarea de: ciudadanía, profesionales del Bienestar y responsables políticos. O hay un reparto equitativo de la “carga” o no avanzaremos en ella.

La sociedad cuidadora puede llegar a ser, debe llegar a ser, una sociedad que concibe que cuidar es una responsabilidad democrática, un deber democrático, y no un deber de las familias y de las mujeres de las familias, que también las familias han de cuidar, como no, cuidar a quienes quieren en la medida de sus posibilidades.

La sociedad cuidadora, al tener a las personas en el centro de las políticas, impulsa políticas con cercanía, con proximidad, con su participación y activa, potenciando vida social y comunitaria, con calidad en los cuidados y cuidados integrales y con profesionales formados y lo hace principalmente desde la administración más cercana que son los municipios, los ayuntamientos y en las urbes grandes, desde los barrios.

La sociedad cuidadora se exige dignificar los diferentes trabajos de los cuidados, profesionales e informales, y a la sociedad cuidadora. Dignificar económica y éticamente. Lo que permitirá reducir las brechas salariales y las de pensiones y los motivos que las generan, empezando por las sociedades más desarrolladas y longevas.



En definitiva: Ser más importante los Capítulos I de cada presupuesto que otros capítulos en el caso de las administraciones públicas y tener en cuenta el "nicho" de empleo de los cuidados. Hoy en España hay 1,5 millones de personas realizando trabajos de cuidados, el 40% dentro de los hogares y el 60% en centros y residencias, cualificar y dignificar estas tareas y oficios es fundamental. Pero ¿Son trabajos decentes? Utilizando la terminología de la OIT.

Una sociedad cuidadora da una utilidad comunitaria a la totalidad de los equipamientos públicos. Se convierten en equipamientos intergeneracionales y generales o comunitarios para aprovechar mejor las inversiones y cubrir las nuevas necesidades. Eso supone aprender a trabajar en equipos interdepartamentales.

Al dar naturalidad a la longevidad, habrá que pensar que es ser mayor en estos próximos años y que papel han de jugar las personas de más edad, sin edadismo.

¿Estamos ante una nueva revolución con grandes cambios estructurales? Dependerá de todos nosotros. Pero, protagonistas serán los municipios como administración más cercana y también lo será la ciudadanía y, espero que, la economía social y el cooperativismo para ser más dueños de la sociedad de los cuidados. Todos.

Y tendremos que respondernos para ello a algunas preguntas cómo: ¿a quién cuidar? ¿cómo cuidar? ¿Dónde cuidar? ¿Quiénes cuidar? TODOS Y TODAS.

Bien merece la pena un gran Pacto de Estado por este modelo de país, por esta identidad de Nación.

UN PAÍS CUIDADOR DE SU CIUDADANÍA Y UN PAÍS DE IGUALES ◀◀



PONENCIAS (I)

Formación Continua



NUEVOS ESPACIOS UNIVERSITARIOS DE EDUCACIÓN SIN EDAD: TRANSFORMACIÓN PARA LA FORMACIÓN, CREACIÓN Y TRANSFERENCIA EN LOS PROGRAMAS DE MAYORES

Marián Alesón Carbonell

Presidenta de la Asociación Estatal de Programas Universitarios para Mayores (AEPUM)

Universidad Permanente. Universidad de Alicante (UA)

RESUMEN

Esta ponencia busca ofrecer una visión de futuro sobre las universidades para mayores, donde el espacio formativo se concibe como el primer peldaño hacia otros ámbitos complementarios dentro del entorno universitario, en los cuales las nuevas generaciones de personas mayores puedan encontrar respuesta a sus inquietudes y necesidades. El objetivo es destacar las buenas prácticas implementadas en nuestras aulas, que están dando lugar a un nuevo enfoque educativo, más participativo, crítico y creativo, en el que las personas mayores pueden proyectar, crear, ampliar y transformar su proyecto vital.

ÍNDICE

1. Introducción.
2. La jubilación: oportunidades para la vida activa.
3. La necesidad de un nuevo paradigma.
4. La Geragogía Crítica el nuevo paradigma de la Gerontología Educativa.
5. Hacia una universidad más empoderadora, transformadora y crítica: los viejos y los nuevos espacios de aprendizaje. Epílogo.
6. Ejemplos de participación y empoderamiento en la Universidad Permanente de Alicante (UPUA).
7. Conclusiones.



*Do not go gentle into that good night,
Old age should burn and rave at close of day;
Rage, rage against the dying of the light.*
Dylan Thomas¹

1. Introducción

Los Programas Universitarios para Personas Mayores (los PUM) nacen de la necesidad de abrir las puertas de la universidad a nuevos colectivos. En su origen lo que pretendía ser una oportunidad para aquellas personas que por motivos personales, sociales o profesionales no pudieron en su momento estudiar una carrera universitaria, se ha convertido hoy en día en una universidad abierta y flexible para todas las personas que tienen una inquietud por seguir formándose. En este sentido, los PUM siguen evolucionando para alinearse fielmente con la filosofía del aprendizaje a lo largo de la vida.

Tal y como lo define el Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes, la educación a lo largo de la vida es “toda actividad formativa emprendida en cualquier momento del ciclo vital de una persona con el fin de mejorar sus conocimientos teóricos o prácticos, sus destrezas, competencias y/o cualificaciones por motivos personales, sociales y/o profesionales” (Ministerio de Educación, n.d.). En su esencia el término reconoce la necesidad de las personas de seguir actualizando sus conocimientos y desarrollando su aprendizaje en cualquier momento de su vida.

El término ha ido evolucionando desde su conceptualización en los años 70 hasta la actualidad. En su origen se centraba en aquellas actividades alternativas a la educación reglada que se ofrecían para la mejora de las competencias o la complementación de los conocimientos adquiridos con anterioridad y se basaba en una primera definición de una nueva pedagogía dirigida al estudiante adulto (Alesón-Carbonell, 2021; Knowles, 1979; O’Toole & Essex, 2012). Las actividades tenían un enfoque práctico dirigido a las necesidades de formación de aquellos que precisaban adaptarse mejor a su actividad profesional.

El paradigma empieza a cambiar en los 90, enfocado hacia la necesidad de dotar al alumnado de las habilidades necesarias para el aprendizaje autónomo y el uso de recursos de la información en la educación a distancia. Aun así, en esos comienzos, el aprendizaje a lo largo de la vida se entendía como una formación recurrente, que cubría carencias, y cuyos resultados debían tener una aplicación inmediata muy particular.

¹ “No entres gentilmente en esa buena noche, La vejez debería arder y delirar al caer el día; Rabia, rabia contra la muerte de la luz”. Dylan Marlais Thomas (Gales 1914-1953).



En aquel momento, no ofrecía el carácter sistémico y global que se le otorga en el presente (OCED 1996). En la actualidad, el aprendizaje a lo largo de la vida se considera un derecho social al que deben tener acceso todas las personas. Según el Consejo de Europa "El pilar europeo de derechos sociales establece como primer principio que toda persona tiene derecho a una educación, una formación y un aprendizaje permanente inclusivos y de calidad, a fin de mantener y adquirir capacidades que les permitan participar plenamente en la sociedad y gestionar con éxito las transiciones en el mercado laboral" (Council of the European Union, 2018). Sin embargo, a pesar de ser un derecho reconocido por las instituciones, el aprendizaje a lo largo de la vida sigue estando primordialmente enfocado al reciclaje profesional y muy pocas de estas políticas educativas sobrepasan la edad de jubilación.

2. La jubilación: oportunidades para la vida activa

La jubilación supone para algunas personas mayores el cese de su capacidad de liderazgo y su actividad creativa. Esta situación las convierte desde el punto de vista de las generaciones más jóvenes en individuos pasivos, receptores de prestaciones y consumidores de recursos sociales. Nada más lejos de la realidad, ya que la jubilación es una etapa a la que la población suele llegar con buena salud, cierta independencia económica, un bagaje de conocimientos y habilidades y una gran capacidad de acción, al menos en la mayoría de los países europeos y del mundo occidental (Bru Ronda et al., 2016; Bru Ronda & Alesón-Carbonell, 2017). En realidad, este colectivo es un activo económico y social que a menudo queda obliterado por una imagen edadista de dependencia que sólo representa a un porcentaje de personas mayores con problemas de salud e incapacidad real. En una mayoría de ocasiones, si la persona no permanece activa es porque pierde su empuje, autonomía y motivación por no encontrar respuesta o soporte a sus necesidades e ideas. Muy al contrario, la capacidad de aportación social y potencialidad de contribución del alumnado mayor es exponencial.

Aunque en algunos foros la forma de rentabilizar económicamente a estas generaciones se plantea solamente a través del aumento de la edad de jubilación y la eliminación de la edad obligatoria de cese de la actividad profesional (e.g. Burtless, 2013), esta visión es muy parcial. Este tipo de planteamiento reduccionista no tiene en cuenta las implicaciones que el retiro y la inactividad tienen en la salud de las personas. Uno de los errores radica en no reconocer la necesidad de adaptar la actividad a la edad. También se obvian los efectos negativos que supone el no poder disfrutar de la jubilación, una etapa vital con menor estrés y responsabilidad profesional. Tal y como sugiere un estudio reciente sobre el retraso de la edad de jubilación, el mantenimiento de las condiciones del trabajo en el rango de edad de 60-69 se puede correlacionar con efectos negativos en la salud y en los índices de mortalidad (Bellés-Obrero et al., 2022).



Otro tipo de prejuicios se relaciona con la falta de reconocimiento del trabajo no remunerado que estas generaciones ofrecen de forma altruista a la sociedad. Desde las amas de casa que siguen realizando las tareas del hogar, pasando por los cuidados a los nietos, familiares o progenitores o incluso llegando a compromisos firmes en labores de voluntariado, los mayores aportan un gran valor económico a la sociedad; un valor que, al no estar cuantificado, se ignora.

Disfrutar de la jubilación y disponer de tiempo para cuidarnos física y mentalmente en los años que podemos ejercer más actividad, también redundan en una mejor salud y una reducción del gasto médico. Varios estudios indican, por ejemplo, que las personas mayores comprometidas en acciones de voluntariado tienen una mejor salud física y mental (Hao, 2008; Owen et al., 2022; Piliavin & Siegl, 2007; Thoits & Hewitt, 2001). De esta manera, la jubilación no debería entenderse como un cese del periodo productivo de una persona, sino como un cambio en la forma en la que esta se relaciona con el sistema social y económico, donde la actividad se desarrolla de otra manera sin las presiones y las constricciones del trabajo profesional.

3. La necesidad de un nuevo paradigma

Esta manera de entender la jubilación como una etapa vital necesaria e importante, requiere de una buena formación y preparación. Comprender el envejecimiento, tomar decisiones en cuanto al uso del tiempo y adquirir las habilidades y estrategias necesarias para vivir activa y autónomamente es esencial (Guðjónsdóttir et al., 2016). Como destaca el informe sobre envejecimiento de la OMS, aquellas personas mayores con menores competencias y menores ingresos que no tienen acceso a una formación de calidad o a un soporte en esta etapa pueden no estar capacitadas para afrontar los desafíos de un periodo que, gracias a la esperanza de vida actual, corresponde ya a casi un tercio de nuestra existencia. Con una preparación deficiente es más complicado aplicar un modo de vida activo que permita llegar a edades avanzadas en mejores condiciones (2015, p. 205). Como en cualquier momento crucial de la vida (e.g., el inicio de la escuela, de los estudios no obligatorios, o el momento de buscar trabajo), es necesario contar con una orientación adecuada.

Los programas universitarios para mayores cumplen esa función, que en otros momentos realiza la escuela, el equipo de orientación de los centros educativos, o el personal de orientación laboral. A la hora de comenzar el viaje de la jubilación, como en otros momentos críticos, es vital preparar un proyecto de vida que nos ayude a tomar decisiones y a dirigir nuestros pasos en esta etapa. También es importante contar con la habilidad y resiliencia para reorientar el rumbo, si es necesario, y adaptarse a las circunstancias de cada momento. Este es un desafío que las universidades de mayores deben afrontar.



Estamos ante un nuevo contexto que necesita una nueva pedagogía y donde la formación no sólo debería basarse en el aprender por el placer de aprender, sino en la adquisición de los conocimientos y competencias que nos permitan ser decisivos, dueños de nuestras acciones, adaptables, autónomos y lo suficientemente conectados con el mundo cambiante que nos rodea para seguir teniendo voz y presencia en la sociedad. Las universidades deben formar a las personas mayores para convertirlas en líderes activos que sean capaces de transformar su mundo y que desde unos valores de compromiso, empatía, integridad y decisión aporten y generen beneficios a la sociedad en su vida diaria. Como predecía el Informe de la OMS de 2002, estamos ante un nuevo paradigma:

"It is time for a new paradigm, one that views older people as active participants in an age-integrated society and as active contributors as well as beneficiaries of development" (2002, p. 43) ²

4. Geragogía Crítica, el nuevo paradigma de la Gerontología Educativa

El reconocimiento del derecho al aprendizaje a lo largo de la vida en su momento representó una innovación y fue un avance respecto a la pedagogía tradicional (Chen, 2013; Foote, 2015; Knowles, 1979; O'Toole & Essex, 2012), especialmente por el hecho de programar una enseñanza específica para adultos. A pesar de ello, esta teoría andragógica no lograba dar una respuesta adecuada a las necesidades específicas de los estudiantes adultos mayores (Ozuah, 2005). Por ejemplo, en la formación del alumnado mayor no existe una necesidad urgente e imperiosa de adquirir conocimientos, tampoco se suele tener que compaginar el trabajo con el aprendizaje y las cargas familiares son diferentes. En cambio, estas cuestiones son fundamentales en los planteamientos andragógicos.

El aprendizaje en los programas de mayores suele ser más pausado y relajado (un ejemplo es la evaluación, que suele desaparecer de las programaciones). El alumnado y el profesorado puede pararse a disfrutar del proceso sin las exigencias de una titulación profesional, o de las constricciones y demandas del ámbito laboral. La motivación radica en el placer de adquirir nuevos conocimientos, de desarrollar la mente, mantenerse activos, enriquecer sus vidas y, también, contribuir a la sociedad en la que viven, aunque es difícil generalizar porque el colectivo de personas mayores es muy heterogéneo. Las razones que los llevan a inscribirse en programas de aprendizaje permanente suelen ser también bastante diversas.

² "Es tiempo de un nuevo paradigma, uno que entienda a las personas mayores como participantes activos en una sociedad para todas edades y como contribuyentes activos, además de beneficiarios de los avances" (2002, p. 43).



Entre otras, podemos destacar las siguientes (Alesón-Carbonell, 2021):

- Incrementar sus conocimientos;
- perfeccionar sus destrezas;
- interactuar socialmente;
- adquirir nuevas competencias;
- ajustarse a un mundo en constante evolución;
- aprender por el mero placer de hacerlo (en ocasiones, lo que no pudieron en su juventud);
- mejorar su bienestar y calidad de vida;
- participar activamente en actividades sociales, dinámicas y comunitarias; o
- adquirir capacidad de liderazgo para convertirse en agentes de cambio social.

Frente a estas necesidades, que difieren de las de los estudiantes más jóvenes, es importante buscar nuevas formas de enseñanza. La geragogía, por ejemplo, se enfoca específicamente en la gestión de estrategias de enseñanza y aprendizaje dirigidas a adultos mayores (John, 1988), y busca establecerse como una nueva teoría educativa (Formosa, 2012, p. 38). Al igual que la pedagogía aborda las necesidades de los estudiantes jóvenes y la andragogía se centra en la enseñanza de adultos, la geragogía ocupa un espacio similar, pero orientado a las personas mayores. Esta teoría educativa destaca la importancia de que los educadores y las metodologías pedagógicas se adapten a las motivaciones, el contexto y las particularidades de los estudiantes de mayor edad, ofreciendo un enfoque adecuado para su proceso de aprendizaje.

Además, la geragogía puede también adquirir una perspectiva crítica que pone énfasis en el desarrollo de la conciencia social, la emancipación y el empoderamiento de este grupo de edad (Formosa, 2002, 2011; John, 1988; Ramírez Gómez, 2016). Este enfoque no solo busca transmitir conocimientos, sino también fomentar una concienciación social que permita a los mayores asumir un rol activo como agentes de cambio dentro de sus comunidades.

Esta última función la relaciona directamente con las últimas corrientes del constructivismo social. En esta línea, las metodologías didácticas se centran en adaptarse mejor al perfil del alumnado, reforzando la construcción social del aprendizaje, mediante redes, de forma colaborativa y creativa. Las principales innovaciones que esta visión aporta se pueden resumir en los siguientes puntos:



- **Enfoque en la emancipación:** La geragogía crítica busca que los estudiantes mayores no sean solo receptores pasivos de conocimientos, sino participantes activos en su proceso educativo, capaces de analizar críticamente su entorno social, político y cultural.
- **Transformación social:** Este enfoque promueve el uso de la educación como una herramienta para el cambio social. Se motiva a que los estudiantes mayores tomen la iniciativa en la identificación y lucha contra las injusticias o desigualdades por razón de la edad y a buscar maneras de actuar y contribuir a mejorar la sociedad.
- **Reconocimiento de la experiencia y sabiduría de los mayores:** En lugar de considerar a los estudiantes mayores como individuos en declive, la geragogía crítica reconoce y valora su experiencia de vida como un recurso clave en el proceso educativo, fomentando la reflexión y el diálogo crítico sobre sus realidades.
- **Cuestionamiento de estereotipos sobre el envejecimiento:** Se desafían los estereotipos tradicionales sobre la vejez y el envejecimiento, promoviendo una visión más inclusiva y positiva de las personas mayores como ciudadanos activos, creativos y reflexivos.
- **Fomento de la participación política y social:** La geragogía crítica anima a los mayores a participar activamente en la vida política y social, desafiando la marginalización a la que a menudo se enfrentan en estos espacios.

El propósito de estas metodologías es permitir que los estudiantes mayores se transformen en participantes activos, con capacidad para desarrollar y diseñar proyectos o de llevar a cabo actividades útiles para la sociedad, aplicando las competencias y conocimientos que han adquirido. La agenda programática llama a la revolución social y a transformar desde su base los prejuicios edadistas de la sociedad. Siguiendo a Formosa y Galea, es necesario recalcar que, si bien es cierto que la agenda crítica de la geragogía es deseable, sus objetivos son muy ambiciosos. En la realidad, es complicado implicar a los mayores en una agenda política de grandes pretensiones (2020, p. 64). La inversión de tiempo, compromiso y esfuerzo es innegable y no todas las personas mayores tienen la motivación y el tiempo para implicarse de forma directa en programas de tanta envergadura.

Aun así, las experiencias que llevamos a cabo en la UPUA nos indican que no es necesario un gran programa de geragogía crítica para generar impacto. Simplemente el hecho de adaptar nuestra formación siguiendo esta línea metodológica puede crear transformaciones positivas en nuestro entorno social.



Aunque no sea posible implementar estrictamente la ambiciosa agenda política que promueve la geragogía crítica, el hecho de integrar sus objetivos claves en las propuestas pedagógicas que realizamos, ya supone un cambio cualitativo en la enseñanza que se imparte y recibe. Nuestra propuesta es que la clave no está en pretender una gran revolución social, sino en centrarse en los pequeños cambios que incentiven a las personas mayores implicadas a crear impactos positivos en el entorno. Esto se traduce en proyectos controlables, de pequeña escala, que impliquen menor esfuerzo y recursos, pero que son realizables.

Lo fundamental es promover la participación y la transformación, ofreciendo a los alumnos un espacio para la acción social que garantice el aprendizaje y el enriquecimiento del alumnado. En este sentido, el reto es que los programas académicos deben avanzar hacia la capacitación de los mayores para la consecución de objetivos más ambiciosos.

Un primer paso es superar la imagen del alumnado como mero receptor de conocimientos. Hay que reconocerle el derecho a aplicar lo aprendido en el aula y, por tanto, los programas deben incluir la formación en habilidades y competencias útiles aplicables a proyectos. Una de las más importantes es la creatividad (Sahlberg, 2009), que no se entiende tanto como la capacidad de crear arte, sino como la capacidad de generar (Villar & Celdrán, 2012). Los alumnos deben formarse para ser actores y no simples receptores. Por esta razón, los programas de mayores deben realizar cambios estructurales y metodológicos en cuatro sentidos (Alesón-Carbonell, 2015):

- pasar de la pasividad a la ACTIVIDAD e INTERACTIVIDAD;
- transformar las tareas de poca complejidad a TAREAS DE ALTA COMPLEJIDAD;
- ir más allá de lo específico, a una visión donde el APRENDIZAJE TRANSFORME; y
- superar el aislamiento y la soledad, para fomentar la PARTICIPACIÓN SOCIAL.

Estos cambios, hoy en día, suponen un reto importante, pero como en toda transformación, existen dificultades. Por un lado, no todos los alumnos adultos comparten los mismos propósitos, motivaciones o características. Algunos prefieren metodologías más tradicionales o no tienen tiempo ni motivación para comprometerse a un nivel mayor. Por otro lado, las administraciones educativas pueden imponer diferentes tipos de limitaciones económicas, políticas o estratégicas (Holton et al., 2009).



Sin embargo, dentro de las capacidades de los programas, es importante crear nuevos espacios que den respuesta a un alumnado más implicado, más creativo y que llega a nuestros centros con mejores capacidades y recursos. A pesar del desafío que implica este tipo de transformaciones, los PUMs deben evolucionar para estar preparados para asumir las necesidades del alumnado y de la sociedad del futuro. Creemos que este cambio de visión que proponemos es el impulso transformador requerido para empoderar al alumnado, superar la barrera que las aulas imponen y llegar al contexto social. El objetivo es traspasar los límites de la enseñanza tradicional y crear nuevos espacios de aprendizaje.

5. Hacia una Universidad más empoderada, transformadora y crítica: los viejos y los nuevos espacios de aprendizaje

Estas ideas renovadoras de empoderamiento y acción social que hemos esbozado no son tan innovadoras y modernas como parecen. Muchas de ellas se fraguaron en el siglo XX gracias a los trabajos e inspiración de grandes pedagogos como John Dewey, John Collier, María Montessori, Kurt Lewin o Lev Vigotsky en los años 20, o más adelante, con Paulo Freire en la década de los 70, o Marja Liisa Swantz en los 80. A pesar de su influencia, las implementaciones prácticas no se han producido tan rápidamente, al menos en la universidad (Alesón-Carbonell, 2019; Creech & Hallam, 2015; Formosa & Galea, 2020; Garduño Teliz et al., 2020; Hachem, 2023; Swantz, 2008). Toda revolución educativa en las instituciones no es inmediata al tener que superar barreras administrativas, económicas, pedagógicas y personales que dificultan su implementación.

Además, la enseñanza de adultos mayores ha ocupado tradicionalmente el último lugar en el interés de las administraciones públicas, ya que la educación de los niños, jóvenes o de los profesionales es más perentoria. Sin embargo, el momento actual en el que la concepción del aprendizaje es más holístico, permanente y global, es el ideal para fomentar el aprendizaje transformador y crítico que queremos en nuestras aulas.

El modelo que planteamos en esta comunicación no es una revolución absoluta de los métodos de enseñanza, sino unas líneas de actuación basadas en el marco actual que nos permiten avanzar hacia un sistema que garantiza la participación del alumnado y el desarrollo de su capacidad de liderazgo. El modelo se conceptualiza en tres espacios de aprendizaje que se inician en el aula tradicional y se complementan con otros dos donde el alumnado adquiere las competencias necesarias para liderar y transformar.

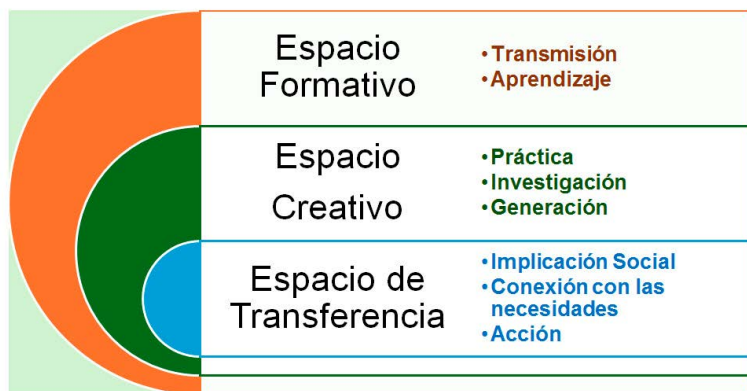


Ilustración 1: Marco Conceptual de los espacios de aprendizaje (Elaboración propia).

5.1. El Primer Espacio: La formación y transmisión del conocimiento

Este primer espacio responde a la que podríamos llamar primera misión de la universidad: la transmisión de conocimiento. Es el punto fuerte de los PUM, ya que el contexto universitario facilita la impartición de contenidos de calidad, totalmente actualizados y preparados por el propio personal investigador de las universidades. Tal y como establece la carta internacional de la AIUTA (Asociación Internacional de las Universidades de la Tercera Edad), este es el principal objetivo de las U3A: impartir conocimiento y cultura (AIUTA, 2014).

A nivel mundial existen dos modelos de universidades: el francés y el inglés (Formosa, 2009, 2019; Vellas, 2019). El modelo francés, fundado en 1974 por Pierre Vellas en la Universidad de Toulouse, fue el primer programa universitario para mayores. El objetivo era acercar el conocimiento universitario a las personas que en su vida profesional y escolar no habían tenido esa oportunidad. Estos programas se concibieron como una manera de ofrecer actividad y socialización y promover el bienestar de las personas de la tercera edad. En este modelo, los programas se vinculan a una universidad en particular que se encarga de su organización, planteamiento, currículo y profesorado. El modelo francés ha tenido una gran implantación en países como Francia, España, Portugal, la República Checa o Polonia.

En estos países, también encontramos dos tipos de organización, aquellos programas diseñados adhoc para las necesidades de las personas mayores con un currículo y un espacio propio, y los programas intergeneracionales donde los alumnos mayores comparten las aulas y las asignaturas con el alumnado de las facultades y donde se les ofrecen itinerarios específicos de aprendizaje.



Por otro lado, el modelo inglés parte del asociacionismo y está basada en una idea similar al mercado de conocimientos o las universidades populares donde un grupo de mayores coordina y dirige las actividades. El profesorado puede ser interno, elegido entre el personal de la propia asociación con experiencia en la materia, o externo, contratado específicamente para la docencia. Este modelo obviamente fomenta la participación del alumnado mayor, su independencia y autonomía. Uno de sus puntos más fuertes es el reconocimiento y el desarrollo de la capacidad de liderazgo de las personas involucradas en la organización del programa. Aunque su autonomía sea una ventaja, también es una de sus principales desventajas, ya que están desvinculados de otras instituciones y su campo de acción se centra exclusivamente en el mismo colectivo social.

A pesar de los prejuicios a los que la formación de personas mayores se enfrenta a diario, especialmente derivados de las ideas preconcebidas sobre la imposibilidad o la dificultad del aprendizaje a ciertas edades, el espacio formativo es el punto más desarrollado y fuerte en los PUM. Nuevas titulaciones europeas, como las micro-credenciales, pueden ser una forma de reconocer el aprendizaje y el trabajo que se realiza. Tanto en las universidades, como en otro tipo de programas, es necesario seguir reivindicando derechos y espacio, pero gracias a la nueva concepción del aprendizaje a lo largo de la vida que está calando en la sociedad con más fuerza, estamos viendo cada vez más un mayor apoyo y refuerzo a estos programas.

5.2. El Segundo Espacio: la creación del conocimiento

La segunda misión de la universidad, la creación de conocimiento, corresponde al segundo espacio. Tradicionalmente este espacio ha estado reservado para la comunidad académica considerada la única poseedora del conocimiento científico. Esta herencia filosófica positivista supone una barrera difícil de derribar porque considera la investigación como un privilegio exclusivo de los académicos. La construcción del conocimiento gira alrededor de un científico que observa, analiza y concluye. En ese marco hay escaso espacio para la colaboración o para la negociación de significado, especialmente con los alumnos o con las personas implicadas en ese contexto (Bradbury et al., 2019, p. 6).

Esta construcción del conocimiento, que sigue siendo válida y necesaria, puede complementarse con otras formas de actuación más inclusivas. Estos planteamientos innovadores son especialmente relevantes con adultos mayores, los cuales, a diferencia del alumnado más joven, suelen contar con un bagaje de experiencia y conocimientos que enriquecen el proceso. Dar esa relevancia a las personas mayores es dar el primer paso hacia el reconocimiento de su valor y liderazgo.



Incluso en el ámbito de la investigación pura, se están desarrollando en mayor o menor medida estos movimientos más democráticos que se centran en un papel más preponderante del alumnado (o del sujeto). Por ejemplo, en el ámbito Antropología, la Investigación-Acción Participativa (IAP) es un movimiento más inclusivo basado en la comunicación entre iguales, entre el investigador y el informante. Esta metodología investigadora que surge desde la honestidad del investigador que reconoce la importancia de la información vertida por el informante intenta revertir el papel elitista de la investigación. La IAP empodera al informante y al sujeto de la investigación otorgándole un rol activo. Además, recoge el espíritu de la Investigación-Acción enfocando los recursos hacia la solución de problemas reales que afectan al entorno. Como recalca Swantz, este paradigma reconecta la universidad con la realidad y sus problemas (2008).

Aplicado a la geragogía, si planteamos la creación dentro de un espectro que va desde la producción más mediatizada, aquella dirigida directamente por el profesor, hasta el otro extremo que serían proyectos educativos donde el alumno se convierte en investigador y creador de conocimiento, tenemos muchos niveles de actuación que se pueden adecuar a las posibilidades y capacidades de los alumnos más mayores. Aunque no todos puedan tener el objetivo de llegar al máximo nivel de intervención participativa, el cambio de metodología es necesario para poder no sólo transmitir conocimientos, sino también capacitar a las personas para que tengan la posibilidad de adquirir mejores competencias relacionadas con su autonomía y a su presencia en el mundo.

En los PUM, podemos encontrar un contexto perfecto para desarrollar este espacio. En algunas universidades ya se ofrecen programas de investigación en proyectos para aquellos alumnos que deseen dar ese paso adelante. Este tipo de investigaciones suelen tener un carácter individual y, como en la enseñanza reglada, vienen supervisadas por un profesor experto en la materia. En otros programas, se prefiere llevar adelante proyectos menos exigentes. Un buen ejemplo es la IAP cuyos resultados suelen tener una aplicación directa en el entorno de este colectivo. Este tipo de proyectos tiene la ventaja de poder realizarse colaborativamente y, al tener un campo de acción más acotado, permiten mayor flexibilidad en cuanto al tiempo y al compromiso que se debe adquirir. Además, este tipo de acciones dan mayor sentido a la formación de los adultos al ofrecer una aplicación práctica al esfuerzo realizado.

Todos estos programas educativos de creación de conocimiento son empoderadores y permiten al estudiante traspasar las barreras del aula. El aprendizaje no se queda limitado al intercambio del profesorado-alumnado, sino que se pone en práctica lo aprendido, a la vez que ese conocimiento adquirido, se contrasta, se negocia, se reformula y se amplía si es necesario. Este paso es necesario para la creación del siguiente espacio, la transferencia.



5.3. El Tercer Espacio: la transferencia

La tercera misión de la universidad es establecer una buena reputación científica (Hyland, 2009), lo que redundará en una mejor financiación, un mayor atractivo para nuevos estudiantes y en el prestigio de la institución. Para ello es indispensable transferir los resultados de su investigación y buscarles una aplicabilidad para solucionar los problemas del mundo que nos rodea. En esa línea, los programas de mayores también deberían buscar ese reconocimiento social de su labor.

Para que este tercer espacio funcione, es indispensable que la institución responda y apoye el trabajo y los resultados que se obtienen en los dos primeros espacios. Por un lado, debe promocionar la formación que imparte y fomentar el reconocimiento de su validez ante la sociedad. Con este fin es primordial contar con un sistema de calidad adecuado que le permita conocer sus fortalezas y debilidades y reconducir el programa formativo cuando no responda a las necesidades sociales del entorno. Por otro lado, debe buscar los modos de transferir a la sociedad el conocimiento que se crea en sus aulas. Este último propósito es quizás el más innovador y ambicioso, ya que pretende que la sociedad reconozca el valor de las personas mayores, a través del conocimiento y la innovación que puedan aportar.

En los primeros espacios, los programas dotan al alumnado mayor de conocimientos actualizados y pertinentes en diversas áreas del saber; además, les capacitan para que desempeñen un rol activo en la creación del conocimiento. En el tercer espacio, los programas universitarios deberían ofrecer el apoyo necesario para que los mayores contribuyan de manera significativa al cambio y la mejora del entorno en el que viven, ya sea a través del voluntariado, la colaboración en proyectos de acción social o el soporte a iniciativas comunitarias. En esencia, se trata de tener la oportunidad de aprender y de dar algo a cambio.

Como hemos argumentado con anterioridad, estos proyectos no son necesariamente grandes empresas, pueden incluso ser pequeñas acciones, con un impacto relativo, pero lo importante es que de alguna forma transformen el entorno. Asimismo, es fundamental que los programas para personas mayores den autonomía a alumnos en sus proyectos, y les ayuden a visibilizar y difundir a todas estas acciones. De esta manera, se promueve el impacto positivo del aprendizaje a lo largo de la vida y una visión favorable de las personas mayores en la sociedad, contribuyendo a que se sientan apreciadas y útiles.

La implicación de las personas mayores en este tipo de proyectos, especialmente el voluntariado no es algo nuevo (Hao, 2008; e.g., Thoits & Hewitt, 2001), el reto es reconocerlo como un espacio de aprendizaje necesario.



Uno de los problemas es que el empuje transformador inherente a estas acciones puede difuminarse sin un apoyo efectivo y un enfoque sistemático (WHO, 2015) y ahí radica el compromiso institucional. Las universidades tienen la capacidad de cumplir con esa responsabilidad, y a la vez, mientras lo hacen, demuestran su compromiso con una enseñanza de calidad, al promover un aprendizaje más profundo, orientado al cambio y a la generación de conocimiento.

6. Ejemplos de participación y empoderamiento en la Universidad Permanente de Alicante (UPUA)

Con el objetivo de trabajar para transformar a las personas mayores y convertirlos en líderes activos que generen beneficios a la sociedad en su vida diaria, la UPUA fundó en el curso 2002-2003, la Incubadora de Valores, un programa de actividades y proyectos para impulsar el envejecimiento activo y saludable. El principal objetivo era dar soporte a las iniciativas del propio alumnado y de otros colectivos y asociaciones de la sociedad civil para proponer acciones que convirtieran a las personas mayores en pilar y motor de cambio de la sociedad actual. Los objetivos siguen siendo principalmente tres:

- Fortalecer la participación colectiva y la solidaridad social, construyendo un marco para el desarrollo de las relaciones intergeneracionales.
- Fomentar acciones que permitan al alumnado compartir conocimientos y experiencias que benefician a otras personas dentro y fuera de su colectivo.
- Reforzar el reconocimiento del valor de las personas mayores en el conjunto de la sociedad.

El voluntariado es para la Universidad Permanente un lugar de transferencia y creación donde las personas mayores pueden liderar proyectos que mejoran su entorno y que repercuten positivamente en la sociedad. En la actualidad la Incubadora cuenta con quince programas de actuación en las áreas de voluntariado social, cultural, educativo, investigador, comunitario y de desarrollo empresarial. Durante este curso académico, estas acciones han estado coordinadas por 26 estudiantes. Además, colaboran en la organización un total de 45 voluntarios/as que han ofrecido su trabajo y asistencia a un total 1535 personas en el curso 2023-24. Como ejemplo de las acciones que se llevan a cabo, resumiremos brevemente tres de ellas.

6.1. Euconet: Aprendizaje TIC entre pares

A principios del siglo XXI, el acceso a internet era uno de los objetivos planteados por la Unión Europea para no dejar al margen del desarrollo tecnológico a las personas



mayores. En 2002, la UPUA intentó paliar el problema a través de su colaboración en un proyecto pionero, llamado EuCoNet (European Computer Network), del Programa Sócrates-Grundtvig. Fruto de las investigaciones, análisis metodológicos y experimentaciones didácticas de este proyecto fueron los cursos diseñados específicamente para el aprendizaje de las nuevas tecnologías por el alumnado mayor.

En 2003, aprovechando su experiencia como instructores de los cursos y como investigadores en modelos de buenas prácticas, un grupo de estudiantes de la UPUA más avanzados en habilidades tecnológicas impulsó la creación del Club EuCoNet, un programa de voluntariado cuyo objetivo era acercar las nuevas tecnologías y el uso del ordenador al alumnado mayor.

Después de más de 20 años, el Club EuCoNet sigue activo y sus cifras han aumentado respecto al curso pasado. Si bien el uso del ordenador está más extendido, los adultos mayores siguen necesitando acompañamiento en su proceso de adaptación a una tecnología que evoluciona cada vez más rápido. Buena parte del éxito de esta acción es el aprendizaje entre pares, la metodología educativa empleada por los voluntarios del programa, según la cual, la persona con más experiencia tutoriza las necesidades y los avances del aprendiente.

En este caso el ciclo de aprendizaje se inicia con el espacio investigador que crea conocimiento sobre las necesidades informáticas del alumnado mayor. El proceso sigue con la transferencia, donde se da a conocer los resultados de la investigación. En este espacio, a través del contacto con los usuarios finales se conocen nuevas necesidades, que implican una nueva formación de los coordinadores que buscan información y recursos y llevan ese aprendizaje de nuevo a las aulas a los usuarios finales. Este proceso de retroalimentación constante ha hecho que el programa mantenga su sostenibilidad por más de veinte años.

Este tipo aprendizaje colaborativo es altamente positivo puesto que los pares comparten un mismo discurso y el proceso de enseñanza genera beneficios específicos, por un lado, para el enseñante, que refuerza su propio aprendizaje y su autoestima y, por otro, para el aprendiente, que potencia su formación activa y favorece su inclusión social.

6.2. Voluntariado Educativo: Apoyo a la Prevención del Absentismo Escolar (APAE)

Apoyo a la Prevención del Absentismo Escolar: APAE es un programa de refuerzo educativo escolar para menores de la ciudad de Alicante. Esta actividad se dirige al alumnado de familias vulnerables que no pueden ofrecer el apoyo académico necesario a los escolares por carecer de recursos económicos o de los conocimientos necesarios para hacerlo.



El Programa APAE se lleva a cabo desde el curso 2016-17 mediante un convenio de colaboración entre la Universidad de Alicante y el Ayuntamiento de Alicante. El objetivo es atender las necesidades socioeducativas detectadas en los entornos de ambas organizaciones, tales como:

- la promoción del envejecimiento activo;
- la reducción del absentismo escolar y la mejora de los resultados escolares;
- el desarrollo de iniciativas y proyectos tendentes a la cohesión, la inclusión social y la solidaridad intergeneracional por medio de la educación.

El Departamento Técnico de Prevención de Absentismo Escolar de la concejalía de Educación del Ayuntamiento de Alicante se responsabiliza de la organización y programación de las clases, la selección y distribución del alumnado y la localización y dotación de los espacios donde se realizan las actividades. La selección del voluntariado corresponde a la UPUA. En este caso, el ciclo del aprendizaje se produce poniendo el espacio de la transferencia en el lugar primordial. Los voluntarios son, en este caso, antiguos maestros o profesores con formación previa que se forman para adaptarse al contexto pero que ya vienen una formación previa. El espacio creativo lo dedican a la adaptación de materiales y al diseño de actividades para los alumnos. Finalmente, el punto más importante es lograr mejora el contexto educativo de estos alumnos y colaborar en resolver un problema social.

Es importante recalcar, que las actividades desarrolladas por el voluntariado se realizan siempre con carácter gratuito y sin ánimo de lucro o competencia para entidades privadas o mercantiles cuya acción u objeto social sea la impartición de docencia lucrativa. El balance del curso 2023-24 de la actividad ha sido el siguiente: En Primaria, 30 alumnos/as y 8 voluntarios/as; en Secundaria, 13 alumnos/as y 2 voluntarios/as. En total 43 alumnos/as y 10 voluntarios/as.

6.3. Voluntariado de Investigación: Observatorio de mayores y medios de comunicación (MAYMECO)

En muchas sociedades actuales, las personas mayores son vistas como un grupo marginal, inútil e improductivo. Los estereotipos negativos hacia el proceso de envejecimiento son estructurales y subsisten mantenidos por la sociedad y por los propios mayores. Esta discriminación incide en su calidad de vida y en su salud, margina y limita su capacidad de acción.

Es importante resaltar cómo algunas víctimas de los estereotipos muestran tendencias a conformarse con estas desigualdades. El Observatorio de Mayores y



Medios de Comunicación funciona desde 2005 como grupo de investigación en la Universidad Permanente de la Universidad de Alicante, con el objetivo de contribuir a la definición y difusión de una imagen de las personas mayores actual, real y no estereotipada para combatir este tipo de discriminación.

Maymeco, coordinado por investigadores y expertos en las diversas áreas de la comunicación, cuenta entre sus integrantes con un grupo de personas mayores, matriculadas en la Universidad Permanente, que son su principal activo. Estos estudiantes se forman previamente en temas de investigación y análisis sociológico. Son "investigadores investigados".

El ciclo de aprendizaje se inicia como respuesta a un problema social, el edadismo en los medios en este caso. Los investigadores mayores se forman con los profesores expertos en el tema y adquieren las herramientas que les permiten llevar a cabo una investigación aplicada. El ciclo se cierra con la transferencia de los resultados de la investigación a los profesionales de los medios de comunicación. Un ejemplo de esta transferencia es la colaboración en guías deónticas (e.g. HelpAge España, 2024).

El observatorio estudia y analiza la imagen que los medios de comunicación transmiten de las personas mayores. La investigación primaria realizada por el observatorio en los últimos años se ha centrado fundamentalmente en publicidad y series televisivas difundidas en la esfera nacional. El observatorio ha contado en el presente curso con la participación de una coordinadora y 7 estudiantes.

6.4. Voluntariado Cultural: En libertad vigilada

En libertad vigilada es la actividad más reciente del voluntariado cultural para acercar el arte al alumnado de la UPUA. Su propósito es visibilizar (liberar) obras que habitan ocultas en el almacén del Museo de la Universidad de Alicante y exponerlas durante un trimestre en las dependencias del museo para disfrute de los visitantes. Los alumnos visitan los almacenes del museo, eligen una obra, la estudian, diseñan su exposición y las cartelas informativas. Por su parte, el museo de la universidad les cede un espacio de intervención en el que exponer la obra y su interpretación.

En este caso los espacios de aprendizaje se ordenan de forma secuencial, empieza con la formación en el campo del arte. El alumnado suele haber asistido con anterioridad a diversas asignaturas que se ofrecen en el programa y en las que han adquirido diversos conocimientos sobre el tema. En un segundo estadio, se plantean aplicar ese aprendizaje al estudio de una obra en particular. La analizan, la trabajan, construyen una narrativa sobre la obra y su autor/a sobre ella y diseñan la exposición; este es el espacio de la creación. Finalmente, el trabajo no se queda ahí, sino que lo



transfieren a través de una exposición involucrándose en el trabajo de transferencia del Museo de la Universidad de Alicante.

La obra liberada en mayo de 2024 fue Fuga de la artista albaceteña Elvira Pizano. La inauguración de la exposición se completó con una charla sobre la obra a cargo de la propia autora. El curso de Voluntariado ha contado en el presente curso con la participación de una coordinadora y 12 estudiantes.

7. Conclusiones

Tras más de 30 años de existencia, los PUM deben replantear sus metodologías y programas para dar una respuesta más efectiva a las demandas del colectivo de las personas mayores. El gran reto es avanzar para seguir siendo útiles (Villar & Celdrán, 2012). Por esta razón, uno de los principales desafíos es orientar el aprendizaje y la formación hacia la participación y la transformación social. El objetivo es que las personas mayores sigan teniendo en esta etapa vital un papel activo y decisivo tanto en el ámbito personal, como en el social. Si bien a primera vista puede parecer un cambio difícil de implementar, los ejemplos de buenas prácticas que se han presentado demuestran que no se requieren grandes inversiones, recursos, tiempo, o personal, sino de una convicción por establecer una posición metodológica distinta.

La geragogía, especialmente la geragogía crítica, ofrece un marco apropiado para desarrollar estos cambios en los programas de aprendizaje. A diferencia de las pedagogías tradicionales, el enfoque sistemático que proponemos permite reconocer el bagaje formativo y profesional previo de nuestro alumnado. Además, ofrece flexibilidad al establecer objetivos válidos para el desarrollo de proyectos vitales que, sin tener fines profesionales, necesitan una formación y un apoyo eficiente para poder provocar el cambio social que se pretende. Aun así, es cierto que cumplir en su totalidad con las premisas programáticas de la geragogía crítica es complicado, porque los proyectos que transforman radicalmente el entorno y causan un gran impacto necesitan de grandes inversiones de tiempo, compromiso y esfuerzo (Formosa, 2002, 2011; Formosa & Galea, 2020). Por esta razón, la geragogía necesita de una heurística que permita su aplicación en contextos más reducidos, que, aunque causen un impacto menor, no dejen de cumplir con los principios transformativos y participativos.

En este sentido, hemos propuesto un enfoque sistemático que facilita la actuación en tres espacios pedagógicos interdependientes enfocados hacia la formación, la creación y la transferencia al entorno social. En relación con el primer espacio, los PUM desde sus inicios cumplen sobradamente con la misión formativa, dando acceso a la universidad y a los conocimientos académicos. Una vez que esta función está cubierta, el siguiente paso es avanzar hacia una formación más flexible que permita a



los alumnos desarrollar acciones concretas. Nuestra experiencia demuestra que los programas de mayores no deben contentarse con la simple función de la transmisión del conocimiento. El alumnado, con mayor interés y proyección, puede integrarse en programas más ambiciosos de investigación y transferencia. No se trata simplemente de duplicar la misión de sus instituciones mater, sino de comprometerse firmemente en otorgar relevancia y finalidad a los aprendizajes que ofrecemos de una forma creativa y útil para sociedad.

En un futuro que ya es presente, nos enfrentamos al desafío de adaptarnos a un alumnado diverso. No todo el alumnado siente interés por la dimensión social del aprendizaje. El alumnado es heterogéneo con diversos niveles y competencias y con distintos problemas y dificultades. También, nos encontramos con las limitaciones de recursos de las administraciones educativas, especialmente las dirigidas a este colectivo. Lo importante es que los programas estén preparados para dar soporte a todas las motivaciones, especialmente con el fin de dar sentido a los esfuerzos formativos de los alumnos. En este sentido, los PUM pueden crear espacios de aprendizaje innovadores que respondan a estas nuevas inquietudes.

Este enfoque transformador puede alcanzar el objetivo de empoderar al alumnado, trascendiendo las barreras de la enseñanza tradicional y conectando la educación de mayores con las necesidades sociales. Con todo ello conseguiremos superar las conceptualizaciones reduccionistas del aprendizaje a lo largo de la vida (de Lima Flauzino et al., 2022, p. 507), dándole un nuevo significado en su etapa más avanzada, no solo con el propósito de envejecer mejor, sino con la firme intención de construir un proyecto vital.

En conclusión, la jubilación, como sucede en cualquier otro periodo de la existencia humana, requiere de una preparación adecuada. Las personas mayores necesitan herramientas para enfrentarse a los retos de esta fase de la vida. Por esta razón, los programas universitarios para mayores deben trascender el simple aprendizaje por placer y enfocarse en la adquisición de competencias que fomenten la autonomía, la adaptabilidad y el liderazgo activo. Esto permitirá que el alumnado pueda continuar siendo un miembro relevante y comprometido con su entorno. Además, será capaz de generar un impacto positivo económico y social; a la vez que ganará el reconocimiento de otras generaciones. Para ello, es fundamental promover una formación de calidad y crear estructuras de soporte que garanticen el respeto y la defensa de los derechos de las personas mayores. Al mismo tiempo, las instituciones deben brindarles oportunidades para desarrollar plenamente sus proyectos, asegurando así su participación activa y significativa en la sociedad. Los programas universitarios para mayores tienen la responsabilidad de liderar este cambio pedagógico para seguir siendo relevantes, útiles y necesarios ◀◀



Bibliografía

- AIUTA. (2014). *Universities of the Third Age Charter*. https://doi.org/10.1300/J021v11n01_09
- Alesón-Carbonell, M. (2019). The Heritage in Motion Project: The Role of Senior Citizens in the Promotion of Heritage. *AIUTA International Conference: Culture and the Universities of the Third Age.*, 1–4.
- Alesón-Carbonell, M. (2021). *Guía Metodológica: Metodologías innovadoras para la educación de adultos en patrimonio cultural y envejecimiento activo* (M. Alesón-Carbonell (ed.)). https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/project-result-content/72e4532a-0554-468f-8337-171935b366ad/HeiM-Methodological_Guide-ES.pdf
- Bellés-Obrero, C., Jimenez-Martin, S., & Ye, H. (2022). The Effect of Removing Early Retirement on Mortality. *SSRN Electronic Journal*, 15577. <https://doi.org/10.2139/ssrn.4232706>
- Bradbury, H., Waddell, S., O' Brien, K., Apgar, M., Teehankee, B., & Fazey, I. (2019). A call to Action Research for Transformations: The times demand it. *Action Research*, 17(1), 3–10. <https://doi.org/10.1177/1476750319829633>
- Bru Ronda, C., & Alesón-Carbonell, M. (2017). The Role of OAUPs in the Preparation of retirement: Perceptions and Necessities of Older Adults in Spain. *Annals of Social Sciences*, 45(2), 27–44. <https://doi.org/http://czasopisma.tnkul.pl/index.php/rns/article/view/8468>
- Bru Ronda, C., Pina Medina, V. M., Alesón-Carbonell, M., Ruiz Armero, N., López Blanes, A., Sarrión Cano, V., Guðlaugsdóttir, I. R., Guðmundsson, H. K., Björnsson, J., Adamczyk, M., Stanowska, M., Kato, I., & Gaska, T. (2016). *Hacia una tercera edad dinámica: Directrices y recomendaciones el proyecto Ball*. Towarzysstwo Wolnej Wszechnicy Polskiej Oddział w Lublinie U3A.
- Burtless, G. (2013). The Impact of Population Aging and Delayed Retirement on Workforce Productivity. *SSRN Electronic Journal*, May. <https://doi.org/10.2139/ssrn.2275023>
- Chen, J. C. (2013). *Teaching in Higher Education Teaching nontraditional adult students: adult learning theories in practice*. <https://doi.org/10.1080/13562517.2013.860101>



- **Council of the European Union. (2018).** Council Recommendation of 22 May 2018 on key competences for lifelong learning: Key competences for lifelong learning, a European reference framework. *Official Journal of the European Union*, 2, 7–13. [https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/PDF/?uri=CELEX:32018H0604\(01\)&rid=7](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/PDF/?uri=CELEX:32018H0604(01)&rid=7)
- **Creech, A., & Hallam, S. (2015).** Critical geragogy: A framework for facilitating older learners in community music. *London Review of Education*, 13(1). <https://doi.org/10.18546/LRE.13.1.05>
- **de Lima Flauzino, K., Manuel Pires Teixeira Gil, H., Sathler Tavares Batistoni, S., Oliveira Costa, M., & Cachioni, M. (2022).** Lifelong learning activities for older adults: a scoping review. *Educational Gerontology*, 48(11), 497–510. <https://doi.org/10.1080/03601277.2022.2052507>
- **Foote, L. S. (2015).** Transformational learning. *Adult Learning*, 26(2), 84–86. <https://doi.org/Retrieved from EBSCO HOST>
- **Formosa, M. (2002).** Critical Gerogogy: developing practical possibilities for critical educational gerontology. *Education and Ageing*, 17(1), 73–85.
- **Formosa, M. (2009).** Renewing universities of the third age: challenges and visions for the future. *Recerca*, 171–196.
- **Formosa, M. (2011).** Critical educational gerontology: A third statement of first principles. *International Journal of Education and Ageing*, 2(1), 317–332.
- **Formosa, M. (2019).** The University of the Third Age and Active Ageing: European and Asian-Pacific perspectives. In M. Formosa (Ed.), *Research on Ageing and Social Policy* (Vol. 8, Issue 1). Springer. <https://doi.org/10.17583/rasp.2020.4938>
- **Formosa, M., & Galea, R. (2020).** Critical educational gerontology at a senior center in Malta: possibilities and limitations for critical consciousness. *Educational Gerontology*, 46(2), 59–71. <https://doi.org/10.1080/03601277.2020.1711587>
- **Garduño Teliz, E., Montes Pacheco, L. del C., Medina Velázquez, L., & Medina-Gual, L. (2020).** Categorización pedagógica Freiriana de buenas prácticas docentes en educación básica durante la contingencia por COVID-19. *Paulo Freire. Revista de Pedagogía Crítica*, 24, 1–18. <https://revistas.academia.cl/index.php/pfr/article/view/1827>



- Guðjónsdóttir, A. M., Guðlaugsdóttir, I. R., Guðmundsson, Hans Kristján Bru Ronda, C., Alesón-Carbonell, M., Stanowska, M., & Adamczyk, M. (2016). *Looking Forward to a Dynamic Third Age*. Towarzystwo Wolnej Wszechnicy Polskiej Oddział w Lublinie U3A.
- Hachem, H. (2023). Older learners partaking in intergenerational learning: Freirean-inspired remarks. *Ricerche Di Pedagogia e Didattica*, 18(2), 81–96. <https://doi.org/10.6092/issn.1970-2221/15782>
- Hao, Y. (2008). Productive activities and psychological well-being among older adults. *Journals of Gerontology - Series B Psychological Sciences and Social Sciences*, 63(2), 64–72. <https://doi.org/10.1093/geronb/63.2.S64>
- HelpAge España. (2024). *Guía para una comunicación libre de edadismo hacia las personas mayores*. HelpAge España. <https://www.helpage.es/wp-content/uploads/2023/11/GUIA-PARA-UNA-COMUNICACION-LIBRE-DE-EDADISMO-HACIA-LAS-PERSONAS-MAYORES-1.pdf>
- Holton, E. F., Wilson, L. S., & Bates, R. A. (2009). Toward development of a generalized instrument to measure andragogy. *Human Resource Development Quarterly*. <https://doi.org/10.1002/hrdq.20014>
- Hyland, K. (2009). Academic Discourse. English in a Global Context. *In Continuum International*. Continuum.
- John, M. A. (1988). *Geragogy: A Theory for Teaching the Elderly*. Haworth Press.
- Knowles, M. (1979). The Adult Learner: A Neglected Species. In *Educational Researcher*. Gulf Publishing Company. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED084368.pdf>
- Ministerio de Educación, F. P. y D. (n.d.). *Aprendizaje a lo largo de la vida*. Marco Español de Cualificaciones. Retrieved September 2, 2024, from <https://www.educacionfpydeportes.gob.es/va/mc/mecu/aprendizaje.html>
- O'Toole, S., & Essex, B. (2012). The adult learner may really be a neglected species. *Australian Journal of Adult Learning*.
- Owen, R., Berry, K., & Brown, L. J. E. (2022). Enhancing Older Adults' Well-Being and Quality of Life Through Purposeful Activity: A Systematic Review of Intervention Studies. *Gerontologist*, 62(6), E317–E327. <https://doi.org/10.1093/geront/gnab017>



- **Ozuah, P. O. (2005).** First, There Was Pedagogy And Then Came Andragogy. *Einstein Journal of Biology and Medicine*, 21(8), 83–87.
- **Piliavin, J. A., & Siegl, E. (2007).** Health benefits of volunteering in the Wisconsin longitudinal study. *Journal of Health and Social Behavior*, 48(4), 450–464. <https://doi.org/10.1177/002214650704800408>
- **Ramírez Gómez, D. (2016).** Critical geragogy and foreign language learning: An exploratory application. *Educational Gerontology*, 42(2), 136–143. <https://doi.org/10.1080/03601277.2015.1083388>
- **Sahlberg, P. (2009).** Creativity and Innovation through Lifelong Learning. *Journal of Lifelong Learning in Europe*, 14, 53–60.
- **Swantz, M. L. (2008).** as Practice). In P. Reason & H. Bradbury (Eds.), *The SAGE Handbook of Action Research: Participative Inquiry and Practice* (2nd ed., Issue 1985, pp. 1–16). Sage Publications.
- **Thoits, P. A., & Hewitt, L. N. (2001).** Volunteer Work and Well-Being. *Journal of Health and Social Behavior*, 42(2), 115–131.
- **Vellas, F. (2019).** Origins and Development: The Francophone Model of Universities of the Third Age. In *The University of the Third Age and Active Ageing: European and Asian-Pacific perspectives* (pp. 10–30).
- **Villar, F., & Celdrán, M. (2012).** Generativity in Older Age: A Challenge for Universities of the Third Age (U3A). *Educational Gerontology*, 38(10), 666–677. <https://doi.org/10.1080/03601277.2011.595347>
- **WHO. (2002).** *Active ageing: a Policy Framework* (Vol. 7, Issue Suppl). World Health Organization. <https://doi.org/10.19043/ipdj.7sp.003>
- **WHO. (2015).** *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. World Health Organization. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873_spa.pdf?sequence=1



IMPORTANCIA DE LA SALUD ÓSEA Y ARTICULAR A PARTIR DE LOS 50 AÑOS

Francisco Javier Blanco García

Catedrático de Reumatología. Jefe de Sección Reumatología Translacional
Director de la Catedra FSR-UDC
Universidad de A Coruña

RESUMEN

A medida que envejecemos, la salud de nuestros huesos, articulaciones y músculos se convierte en un aspecto crucial para mantener la calidad de vida. A partir de los 50 años, tanto hombres como mujeres experimentan cambios fisiológicos que pueden afectar la densidad ósea, la función articular y la masa muscular.

Comprender la importancia de cuidar estos sistemas es esencial para prevenir enfermedades debilitantes y asegurar una vida activa y saludable en edades avanzadas.

ÍNDICE

1. Cambios fisiológicos en los huesos y articulaciones.
2. Sarcopenia: pérdida de masa muscular.
3. Factores que contribuyen a la pérdida de salud ósea, articular y muscular.
4. Prevención y mantenimiento de la salud ósea, articular y muscular.
5. Tratamientos y Manejo de Condiciones Existentes.
6. Conclusión.



1. Cambios fisiológicos en los huesos y articulaciones

Con la edad, el cuerpo experimenta una disminución gradual en la densidad ósea, un proceso conocido como osteopenia, que puede progresar a osteoporosis si no se maneja adecuadamente. La osteoporosis es una enfermedad caracterizada por huesos frágiles y porosos, lo que incrementa el riesgo de fracturas, especialmente en la cadera, muñecas y columna vertebral. Este debilitamiento óseo es más común en las mujeres postmenopáusicas debido a la disminución de los niveles de estrógeno, una hormona que protege la densidad ósea.

Las articulaciones también sufren cambios significativos con el envejecimiento. La osteoartritis es una de las afecciones más comunes, caracterizada por el desgaste del cartílago que protege las articulaciones. Este desgaste lleva a la inflamación, dolor y rigidez, limitando la movilidad y afectando la calidad de vida. Las articulaciones más comúnmente afectadas son las rodillas, caderas, manos y columna vertebral.

2. Sarcopenia: pérdida de masa muscular

Un problema relacionado que también surge con la edad es la sarcopenia, la pérdida progresiva de masa muscular y fuerza. A partir de los 30 años, los adultos pueden comenzar a perder entre un 3% y un 5% de su masa muscular por década, y este proceso se acelera después de los 50 años. La sarcopenia no solo contribuye a la debilidad muscular, sino que también afecta la estabilidad y el equilibrio, aumentando el riesgo de caídas y fracturas.

La sarcopenia se debe a varios factores, incluyendo la disminución de la actividad física, la reducción en la síntesis de proteínas musculares, y cambios hormonales como la disminución de la testosterona y la hormona del crecimiento. La pérdida de masa muscular también está vinculada a la resistencia a la insulina, lo que puede complicar la gestión de otras condiciones crónicas como la diabetes.

3. Factores que contribuyen a la pérdida de salud ósea, articular y muscular

Varios son los factores que contribuyen a la pérdida de salud ósea, articular y muscular a medida que envejecemos. La genética juega un papel importante en la predisposición a enfermedades como la osteoporosis, la osteoartritis y la sarcopenia. La nutrición es otro factor clave; una ingesta insuficiente de calcio, vitamina D y proteínas puede acelerar la pérdida ósea y muscular. La inactividad física también contribuye



significativamente, ya que los músculos, huesos y articulaciones no reciben el estímulo necesario para mantenerse fuertes. Además, el tabaco y el alcohol pueden afectar negativamente la salud ósea y muscular, al interferir con la capacidad del cuerpo para absorber nutrientes esenciales.

4. Prevención y mantenimiento de la salud ósea, articular y muscular

Es fundamental tomar medidas proactivas para mantener la salud ósea, articular y muscular a partir de los 50 años. Una "dieta rica en calcio, vitamina D y proteínas" es esencial. Los productos lácteos, el pescado graso, las almendras y los vegetales de hojas verdes son fuentes excelentes de calcio y vitamina D, mientras que las carnes magras, huevos y legumbres son buenas fuentes de proteínas necesarias para mantener la masa muscular.

El ejercicio regular es uno de los métodos más efectivos para mantener huesos, articulaciones y músculos saludables. Las actividades de peso corporal como caminar, correr y levantar pesas fortalecen los huesos y músculos, mientras que los ejercicios de bajo impacto como la natación y el ciclismo ayudan a mantener la movilidad articular sin causar desgaste adicional. Los ejercicios de resistencia y entrenamiento de fuerza son particularmente importantes para combatir la sarcopenia, ya que promueven la síntesis de proteínas musculares y aumentan la masa muscular.

Evitar el tabaco y limitar el consumo de alcohol son cambios en el estilo de vida que también pueden contribuir a la salud ósea y muscular. El tabaco reduce la capacidad del cuerpo para absorber calcio, mientras que el consumo excesivo de alcohol puede disminuir la formación ósea y muscular.

5. Tratamientos y manejo de condiciones existentes

Para aquellos que ya presentan signos de osteoporosis, osteoartritis o sarcopenia, es importante un enfoque de manejo integral. Los medicamentos como los bifosfonatos pueden ayudar a fortalecer los huesos, mientras que analgésicos pueden aliviar el dolor articular. En casos severos, las intervenciones quirúrgicas, como el reemplazo articular, pueden ser necesarias para restaurar la función y aliviar el dolor.

El manejo de la sarcopenia puede incluir suplementos proteicos y suplementos de aminoácidos como la leucina, que es clave en la síntesis de proteínas musculares. Además, la fisioterapia y los programas de ejercicio supervisados pueden ser esenciales para mejorar la fuerza muscular y la funcionalidad física.



Además de los tratamientos médicos, el apoyo psicológico y la educación sobre estas condiciones son vitales. Las personas que comprenden su condición están mejor equipadas para manejar sus síntomas y mantener una buena calidad de vida.

6. Conclusión

Cuidar la salud ósea, articular y muscular a partir de los 50 años es esencial para prevenir enfermedades debilitantes y mantener la independencia y movilidad en la vejez. Adoptar hábitos saludables, como una dieta equilibrada, ejercicio regular y la evitación de tabaco y alcohol, son fundamentales para mantener la fortaleza ósea y la funcionalidad muscular y articular.

Aquellos que ya sufren de enfermedades óseas, articulares o musculares deben seguir un plan de manejo integral para minimizar los síntomas y mejorar su calidad de vida. Con la atención adecuada, es posible envejecer de manera activa y saludable, disfrutando de una vida plena y sin limitaciones importantes ◀◀



MARINEDA BELLE ÉPOQUE: A CORUÑA MODERNISTA

José Ramón Soraluze Blond

Doctor Arquitecto¹

RESUMEN

Los convulsos inicios del siglo XX, con una primera guerra mundial incluida, cambiaron bruscamente las costumbres, modernizando los gustos en la arquitectura, la moda, la música y el arte. A Coruña, transformada en "Marineda" por la pluma de la condesa de Pardo Bazán, se convirtió en la ciudad del "Modernismo" en Galicia, durante la *Belle Époque*. La influencia europea de las revistas especializadas, afectó a nuestra arquitectura que proyectó numerosos edificios siguiendo las corrientes *Art Nouveau* franco belga y austríaca.

ÍNDICE

1. Introducción.
2. Claves del nuevo estilo.
3. Aportación al Modernismo internacional.

¹D. José Ramón Soraluze Blond es Académico Numerario de La Real Academia de Bellas Artes de A Coruña; de la Real Academia de Bellas Artes de San Fernando y de la Real Academia Catalana de Bellas Artes de Sant Jordi.



1. Introducción

A Coruña, transformada en “Marineda” por la pluma de la Condesa de Pardo Bazán, durante las primeras décadas del siglo XX es la más importante ciudad modernista del noroeste peninsular².

El Modernismo, que ya se extendía por Europa a finales del siglo XIX, aparece en A Coruña hacia 1906 con el proyecto para un edificio de viviendas en la calle Barreira 23, obra del joven arquitecto Ricardo Boán y Callejas. Entre esa fecha y 1920 el cosmopolita “Art Nouveau”, nuestro “Modernismo”, se incorpora a la arquitectura coruñesa como un signo de modernidad y vanguardia, frente a la imperante construcción ecléctica con la que competirá e incluso se mezclará. Este es el principal problema del Modernismo coruñés, su escasa pureza.

No son muchos los edificios modernistas puros, aunque la presencia del nuevo estilo se aprecie, con diferente intensidad, en unos cincuenta edificios repartidos por casi todos los barrios de la ciudad, así como por los municipios cercanos de Oleiros, Cambre, Sada, Bergondo y Betanzos.

1. Claves del nuevo estilo

Para distinguir el Modernismo coruñés de la arquitectura ecléctica de fin de siglo, hay que conocer las claves del nuevo estilo consistentes en: su superficial papel ornamental, la singularidad de cada obra sin que se repitan los modelos, un catálogo propio de formas decorativas, un sistema compositivo a base de formalizaciones curvadas y el uso constructivo del mortero de cemento pintado, por la facilidad de reproducir la decoración en moldes.

El hierro, usado con timidez hasta el momento, se convierte en un elemento de diseño excepcional, mientras el cristal adopta también perfiles ovalados y grabados ornamentales. La imagen diferente de cada obra se refuerza con la personalización caligráfica del nombre o de la fecha de construcción.

Los elementos propios del Modernismo coruñés son: las formas vegetales, flores, hojas y ramas con formas sinuosas y filamentos ondulantes, los animales, aves,

² “Marineda” significa literalmente “La ciudad del mar”, y fue tomada por la escritora gallega Emilia Pardo Bazán para referirse a la ciudad de A Coruña. Fue nombrada por primera vez en su novela “La Tribuna”



reptiles, insectos y elefantes, o las caras femeninas procedentes del *Arts and Crafts*³ y del prerrafaelismo inglés, con la idealización del rostro atribuido a la poeta, artista y modelo británica Elizabeth Siddal, aunque su significado hay que buscarlo en "Flora" la diosa de la naturaleza inspirada en Boticelli y sobre la que William Morris escribió "He aquí la esclava de la tierra..."

De la cáscara de cemento de los edificios emerge una naturaleza botánica y zoológica fantástica, entre herrajes retorcidos, con la lánguida mirada femenina que despierta de un sueño romántico cubierta de flores y guirnaldas.

Gaudí es también fuente de inspiración en algunas obras, como las Escuelas Labaca de Leoncio Bescansa o los numerosos dragones de forja de Rafael González Villar, cargados de simbolismo como defensores del mitológico jardín de las Hespérides. Si en una primera fase el Modernismo se confunde con el Eclecticismo, en su etapa final la influencia de la Secesión vienesa con sus adornos geométricos, llega a confundirlo con el *Art Déco* que acabará imponiéndose en la ciudad.

Los arquitectos de los primeros años del Modernismo local como Boán y Callejas, Julio Galán o López Hernández, manejaban el doble lenguaje ecléctico y *Art Nouveau* de forma independiente o mezclada, mientras que la generación posterior, la de González Villar, se pasa paulatinamente del Modernismo al *Déco* y al Regionalismo. La arquitectura de este gran arquitecto atravesó varias fases artísticas que impiden catalogar de forma unitaria toda su producción. En el municipio de Betanzos, a 45 kilómetros al norte de A Coruña, se aprecian estos periodos en los que proyectó las farolas y barandillas modernistas de la plaza Hermanos García Naveira en 1911, la casa Núñez en estilo regionalista en 1923 y el quiosco de música *Art Déco* en 1927.

En el interior de las viviendas se siguieron manteniendo las distribuciones tradicionales, aunque los portales introducen novedades modernistas en varios casos, con el diseño de las escaleras, lámparas y artesonados de paredes.

3. Aportación al Modernismo internacional

A Coruña aportó algo propio al Modernismo internacional, como la incorporación de la galería acristalada, inusual en el *Art Nouveau* europeo, con piezas maestras

³El movimiento *Arts and Crafts* ("Artes y Oficios") fue un movimiento artístico originado a finales del siglo xix en Gran Bretaña y posteriormente extendido a otras partes del mundo.



como la del palacio del Marqués de San Martín de Hombreiro en la calle Tabernas, o la casa Rey en Puerta Real, sin olvidar la frágil estructura de madera y cristal de la Terraza de Sada.

Un fenómeno tan gallego como la arquitectura Indiana, permitirá que el Modernismo se extienda por los municipios colindantes, en edificios residenciales aislados o incluso en equipamientos educativos, caso de las escuelas y el asilo de los García Naveira en Betanzos.

La selección de obras recogidas en esta ponencia no es completa, aunque trata de ser rigurosa, se notará la falta de edificios que siempre se han considerado modernistas, algunos lo son, pero lo más corriente es que la difusa frontera entre lo modernista y lo ecléctico impida su catalogación, como ocurre con casi todas las obras de Pedro Mariño o Eduardo Rodríguez Losada.

La Coruña “Nouveau” es la más genuina muestra de las aspiraciones vanguardistas de la ciudad en el nacimiento del siglo XX, con una extraordinaria colección de sorpresas artísticas ◀◀



EMOCIONES E INTELIGENCIA EMOCIONAL: UNA APLICACIÓN PRÁCTICA CON EL AMOR

Laura Redondo Gutiérrez

Doctora en Psicología y Mediadora

RESUMEN

Seguimos a día de hoy con la gran asignatura pendiente de conocer y reconocer a las emociones, y de trabajar en su gestión. Cuestión fundamental tanto para las personas en concreto, como para el avance social en global. Ahora bien, cabría preguntarse por cómo llegamos a manejar nuestras emociones, o cómo podemos mejorar en este área. Pese a que tradicionalmente se ha creído que la inteligencia era una cuestión lógica-matemática, la investigación en psicología ha puesto de manifiesto que las inteligencias son múltiples, y en lo que a emociones se refiere, es la Inteligencia Emocional (IE) la que refleja el manejo, mejora y gestión de estas.

Este trabajo recorre el universo de las emociones y su aplicación en sentimientos concretos como por ejemplo, el amor, que se trata de un sentimiento complejo, conformado por emociones como la serenidad, la alegría y el éxtasis, por un lado; así como la admiración, la confianza y la aprobación por otro.

ÍNDICE

1. El desenlace tras la dicotomía razón Vs emoción.
2. Las emociones desde una perspectiva científica.
3. La familia emocional.
4. El entrenamiento de las emociones: La inteligencia Emocional.
5. Reflexiones sobre el amor, la emoción secuestrada.
6. La búsqueda del amor con Inteligencia Emocional.
7. Conclusión.
8. Referencias bibliográficas.



1. El desenlace tras la dicotomía razón Vs emoción

Durante siglos, que tengamos constancia, se han minusvalorado las emociones, como si fueran obnubiladores de la razón, y llevaran al ser humano a estados de conciencia despojados del más básico raciocinio. Esto se refleja en las concepciones grecolatinas, donde se presentan como rupturas del equilibrio de nuestra conciencia. De hecho, tal y como desarrolla Antoine (2006), un número importante de los filósofos griegos rechazaban las pasiones por considerarlas opuestas a la razón o logos. No obstante, filósofos como Aristóteles las trataba de conceptualizar, así como comprender. Si bien no expuso un cuerpo teórico específico sobre estas, sí delineó su teorización, que sería recopilada por Trueba (2009). Esta autora pone en valor cómo la noción de Aristóteles se articula desde las pasiones, hiladas de sensaciones como placer y/o dolor, si bien expone que implican un correlato fisiológico, como los distintos niveles de temperatura.

Por su parte, otra autora (Nussbaum, 2011) sería quien expondría su interpretación sobre la conceptualización de las emociones aristotélicas, exponiendo estas como una forma de conciencia intencional, vinculadas a las creencias y por tanto modificables, con una entidad racional. No obstante, pese a esta conceptualización colindante al funcionamiento fidedigno del ser humano, las emociones pasarían siglos sin ser abordadas, o ser concebidas desde una arista racional.

En parte, esto se ha debido a que las emociones fueron históricamente atribuidas a las mujeres, como uno de los discursos justificativos de una cultura patriarcal para adjudicarles socialmente una supuesta irracionalidad y fragilidad innata al sexo femenino (Bolaños, 2016). Por tanto, el desprecio a las emociones como características de las mujeres supuso un discurso configurador y mantenedor de la visión histórica peyorativa de las mujeres que responde tanto a una estructura social histórica de dominación por sexos como a una cultura occidental con sesgos misóginos (Beard, 2018; Lerner, 1990). De hecho, no sería hasta los siglos XIX y XX que se comienza a concebir la emoción desde explicaciones más científicas y desde una perspectiva adaptativa sobre el entorno. A este respecto, podemos señalar **cuatro periodos diferenciados de la concepción de la razón Vs emoción** como se expone en la siguiente tabla tomada de Bolaños (2016):

- **Comienzos siglo XIX:** predomina la influencia de explicaciones de corte naturalista y fisiológicas.
- **Primeras décadas del siglo XX:** emergen rupturas epistemológicas que trascienden la tradición dualista emoción/razón.
- **Segunda mitad del siglo XX:** los estudios plantean la relación entre el cuerpo, las emociones y el mundo social.



- **Finales del siglo XX:** se registra influencia de la antropología, etnología y sociología francesa, con un enfoque interpretativo, diferencial y cultural sobre las emociones. Sin embargo, también fue un periodo de crítica, por considerarse que el enfoque interpretativo supeditó lo subjetivo al orden de lo textual y discursivo.

Así, como anticipábamos, las emociones han sido estudiadas tradicionalmente circunscritas al estudio de las pasiones, entendidas estas como contrarias a la armonía social. Esto ha sido característico hasta la entrada del Siglo XXI. Para comprender el calado de este sustrato cultural, y cómo ha sido el debate intelectual a este respecto, podemos leer a distintos autores, entre los que destaca Ricardo Mella (1945), uno de los principales intelectuales de esta época. Este expone su argumentación contra quienes rechazan las pasiones a la par que las defiende de ser consideradas contrarias a la armonía social. Como contrapunto, señala que la clave es la apuesta por el desarrollo de la libertad social para que estas tengan cabida:

"Me propongo, una vez más, demostrar a usted y a sus colegas que la libertad misma es el mejor antídoto contra las perturbaciones de la pasión desordenada, demostrando al propio tiempo que esas perturbaciones serán insignificantes en un régimen social de libertad propiamente dicha. ¿Pueden ser causa de inarmonía social lo que se llama pasiones humanas, en una sociedad verdaderamente libre? A esta pregunta, formulada para un público certamen, por cierta colectividad de soñadores proletarios, pudiera yo responder entrando inmediatamente en materia y demostrando, como dos y dos son cuatro, que las pasiones humanas no pueden, en modo alguno, ser causa de inarmonía, una vez supuesto el régimen de libertad, cifra y compendio de nuestras aspiraciones; o bien probando, con datos sencillísimos de general experiencia, que admitida la causa de la perturbación y la perturbación misma, todavía resultan ventajas esenciales para el método de la libertad sobre el de la autoridad, puesto que este último, interviniendo en los hechos pasionales y en todo género de extravíos, no evita, ni corrige, ni estorba la creciente extensión de la inarmonía social" (Mella, 1945, pp.3-4).

Esta visión de Mella (1945) refleja cómo había en la época distintas visiones sobre la conceptualización de lo emocional, una circunscrita al rechazo de las pasiones y otra emergente en su defensa. Este autor se posiciona en la defensa exponiendo cómo en una sociedad libre las pasiones no generarían interferencias a la armonía social. No obstante, actualmente este fin no está conseguido, dada la tendencia emergente de sacar leyes con un claro potencia dañino por basarse en sentimientos y deseos, obviando la realidad material y las necesidades psicobiosociales, en vez de aplicar criterios técnicos y científicos, lo que está perjudicando seriamente a menores y mujeres (Redondo-Gutiérrez, 2021).



Por tanto, seguimos a día de hoy con la gran asignatura pendiente de conocer y reconocer a las emociones, y de trabajar en su gestión. Cuestión fundamental tanto para las personas en concreto, como para el avance social en global.

2. Las emociones desde una perspectiva científica

Para contrastar la esencia de las emociones hemos de aplicar primeramente una perspectiva psicobiosocial, comprendiendo la parte biológica y evolutiva de estas. En esta línea, Salovey y Mayer (1990) evidenciaron cómo nuestros sistemas emocionales emergieron desde el tronco encefálico, que se encarga de la regulación de las funciones vitales básicas como sería respirar o el propio metabolismo, área común con todas las demás especies del mundo animal con las que compartimos sistema nervioso. Este cerebro primitivo evolucionó dando lugar al cerebro propiamente pensante, el neocórtex. Es decir, que incluso evolutivamente desarrollamos como especie primero el cerebro emocional y después el racional en relación a éste (Goleman, 2001). Esto supone un indicador claro de la importancia adaptativa de las emociones, así como la necesidad de coordinación de estos sistemas, teniendo presente los sistemas emocionales como primarios. De hecho, en una posición central en el cerebro está la amígdala, área especializada en cuestiones emocionales¹. Esta se relaciona con la estructura límbica ligada al aprendizaje y la memoria, que se encargarían otras áreas como el hipocampo, parejo a esta. Por lo que no es de extrañar que aprendamos, retengamos e incluso recordemos de manera diferencial aquello que nos impacta en lo emocional. Por tanto, su valor troncal en nuestra vida y funcionamiento es incuestionable.

Así pues, con el avance del pensamiento y su contraste empírico, la concepción dicotómica entre razón y emoción se visibilizó como un postulado más basado en mitologías sociales que evidencias. Pues, gracias al avance en la investigación social en general, y en concreto de la psicología, especialmente psicología básica y social, podemos afirmar categóricamente que las emociones son precursoras de la razón. Tal y como lo concibe Nussbaum (2008) las emociones serían evaluaciones que las personas construyen en base a su raciocinio y sistema de creencias, lo que implica un aprendizaje emocional. Es decir, que se postula una relación estrecha entre los procesos emocionales y cognitivos, así como se expone la aparición de emociones en primer lugar, seguida de la razón. De hecho, Haidt (2019), experto en el estudio del funcionamiento del ser humano que ha abordado esta casuística, si hemos de definirnos entre emocionales o racionales, por mucho que lo rechacemos, somos mucho

¹ Figura de la Anatomía del Cerebro en: <https://www.brightfocus.org/espanol/alzheimer/anatomia-cerebral-y-sistema-limbico>



más emocionales. Incluso la persona que se perciba como puramente racional tiene un sistema emocional que le guía y pauta su conducta, sea consciente o no. En esta dirección, este autor conceptualiza el funcionamiento humano a este respecto como si las emociones fueran un elefante que es guiado por un jinete, que es la razón. Así, si el jinete trata de controlar a la fuerza al elefante, este probablemente no obedecerá, y generará desasosiego e incluso descontrol. Si, por el contrario, el jinete y el elefante se comunican con atino, desde la mutua comprensión y una comprometida colaboración, ambos caminarán por el mundo con firmeza y bienestar.

En suma, comprender las emociones y su funcionamiento es un paso necesario en el propio autoconocimiento del ser humano, e incluso el propio devenir de la civilización humana. Más cuando si no detectamos e identificamos nuestras emociones será probable que puedan dominarnos. Por tanto, es inexcusable que no abordemos con celeridad el contraste de nuestras propias concepciones sobre las emociones, que las conozcamos y aprendamos a gestionarlas. Sin querer controlarlas, sino aceptando lo que somos, y aspirando a la mejor versión de lo que podemos ser.

3. La familia emocional

La emoción podemos definirla como “un fenómeno complejo que viene determinado fundamentalmente por el desarrollo conjunto de una serie de cambios fisiológicos, de conductas (no instrumentales en muchas ocasiones) y de experiencias subjetivas y evaluativas” (Pérez y Redondo, 2006, p.1). Por su parte, Alonso-Serna (2019) expone la función que estas suponen en nuestras vidas de la siguiente forma:

“Las emociones aportan gran sentido e importancia a nuestras vidas, a partir de la correcta regulación de nuestras emociones es que podemos decretar puntualmente la medida de nuestros éxitos o fracasos en todos los ámbitos en los que nos desempeñemos. Es importante prestar atención en la regulación de nuestras emociones para lograr ser una persona emocionalmente inteligente” (p.1).

Respecto a lo desarrollado anteriormente sobre las áreas del cerebro especializadas, tenemos un gran repertorio emocional, fruto del propio proceso de desarrollo de la persona. Ahora bien, de partida contamos con unas emociones básicas que tenemos desde que nacemos, que suponen las más enfocadas a la adaptación básica, como son enfado, vergüenza, asco, alegría y tristeza (Quintanilla et al., 2022). Al avanzar en nuestro desarrollo vamos adquiriendo madurez cerebral, y más complejo se vuelve la gestión del entorno que nos rodea. Así, mientras caminamos hacia la autonomía y la adultez, más complejas se vuelven nuestras emociones para poder adaptarnos a nuestro entorno con la precisión que se requiere. A este respecto, Robert Plutchik (1980) ha expuesto en su teoría “La rueda de las emociones” la complejidad



emocional del ser humano, exponiendo sobre su comportamiento las siguientes cuestiones de interés²:

- Las emociones adultas pueden agruparse en ocho categorías primarias: alegría, confianza, sorpresa, miedo, aversión, ira, tristeza y anticipación.
- Las emociones tienen distintas intensidades, de leves a intensas. Por ejemplo, el enfado puede pasar a ira, y la ira a furia, siendo esta su máxima intensidad.
- Las emociones tienen sus opuestos. Por ejemplo, lo contrario de odio es admiración, o lo contrario de la pena es el éxtasis.
- Las emociones pueden ser compuestas o combinadas. Por ejemplo, la sumisión tiene un componente de buscar la aprobación, y otro de temor o miedo.

Esta teoría que expone la diversidad emocional ha sido aplicada específicamente a la propia educación y mejora del rendimiento académico (v.gr. Vejar-Barra y Ávila-Contreras, 2020) y supone una aproximación práctica a la complejidad emocional del ser humano.

No obstante, podríamos pensar que esta complejidad no es algo cotidiano en nuestra vida. Pero nada más lejos de la realidad. De hecho, incluso en el habla escrita contamos con emoticonos que nos permiten transmitir emociones complejas como ironía, sarcasmo, estupor o congoja a través de unos simples dibujos.

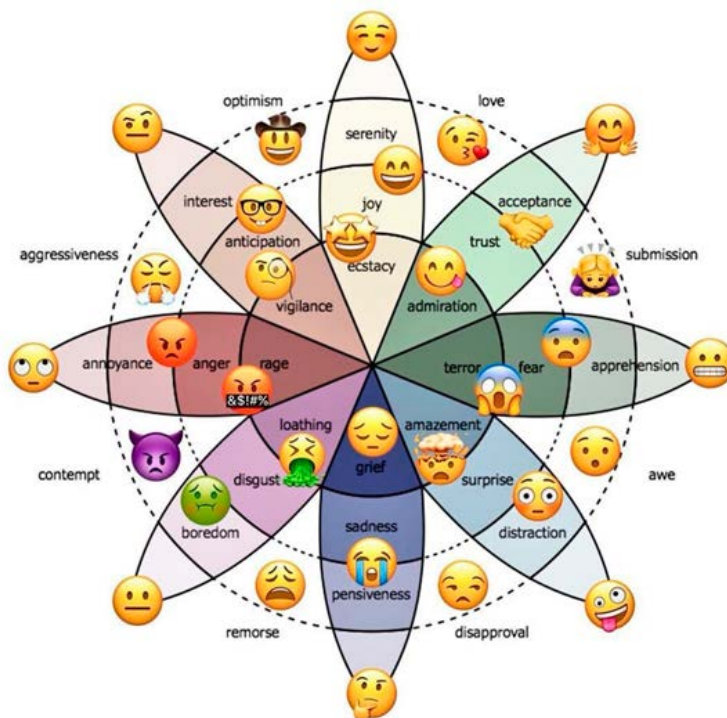
Estos emoticonos nacen en 1967 en un artículo de *Reder's Digest* (citado por Cuadrado et al., 2015), y de la misma forma que el ser humano va evolucionando de emociones básicas a complejas, así fue su desarrollo, haciéndose a día de hoy imprescindibles hasta el punto de existir investigación donde el uso de la "carita sonriente" se ha revelado como crucial en entornos laborales para generar un clima de colaboración (Darics, 2010).

Así, las emociones son facilitadoras de la interacción humana, y fundamentales para su gestión positiva para generar buenos entornos sociales, lo que supone que requiramos integrarlas en todos los modos de comunicación del ser humano. Tanto es así, que la propia rueda de las emociones de Plutchik se encuadra con el desarrollo de los emoticonos, por lo que podríamos afirmar que las emociones se han convertido en la solución a la necesidad de expresión emocional, siendo la transmisión comunicativa emocional una clave en la interacción humana de nuestros tiempos.

² Figura de la "Rueda de las emociones" de Robert Plutchik en: <https://psicologiymente.com/psicologia/rueda-emociones-robert-plutchik>



Figura 1: La rueda de las emociones de Plutchik con sus emoticonos correspondientes. Tomado de Infowetrust, citado por Renart (2024).



4. El entrenamiento de las emociones: La inteligencia emocional

Ahora bien, cabría preguntarse por cómo llegamos a manejar nuestras emociones, o cómo podemos mejorar en este área. Pues bien, pese a que tradicionalmente se ha creído que la inteligencia era una cuestión lógica-matemática, la investigación en psicología ha puesto de manifiesto que las inteligencias son múltiples (Gardner, 1987). En lo que a emociones se refiere, es la Inteligencia emocional [IE] la que refleja el manejo, mejora y gestión de estas. En concreto, en base a Bar-On (2000) podemos definirla epistemológicamente como “un conjunto de capacidades, competencias y habilidades cognitivas y no cognitivas, que influyen la habilidad propia de tener éxito al afrontar aspectos del medio ambiente” donde la inteligencia emocional-social sería “una serie de competencias emocionales y sociales interrelacionadas, que impactan en el comportamiento inteligente del individuo” (citado por Brito et al., 2019, p.3). En base a otro referente en la materia, Garner (2012), podemos acotar sus funciones de la siguiente forma:



El término inteligencia emocional se refiere a la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos. Se trata de un término que engloba habilidades muy distintas, aunque complementarias a la inteligencia académica, la capacidad exclusivamente cognitiva medida por el cociente intelectual (citado por Alonso-Serna, 2019).

Si bien el modelo de Goleman (2001) con su libro *Inteligencia emocional* ha sido un best-seller mundial, exponiendo cómo la inteligencia emocional se presenta en la adaptación al entorno desde la infancia, uno de los modelos con mayor minuciosidad es el de *Bar-on* (2000). Tal y como exponen Brito et al., (2019):

“El modelo mixto de Inteligencia Emocional de Bar-On, plantea en su concepto la existencia de un conjunto de conocimientos y habilidades en lo cognitivo y emocional-social que influyen en la capacidad general que tiene un individuo para afrontar efectivamente las demandas del medio, utilizando ésta meta-habilidad como herramienta para alcanzar el empoderamiento que brinda el auto-conocimiento y la conciencia emocional, para orientar la conducta del individuo, de manera tal que éste pueda tener las herramientas necesarias para gestionar su propio crecimiento y desarrollo tanto a nivel personal como profesional de manera exitosa” (p.33).

En concreto, tal y como se detalla en la tabla de Bar-on (1990) conceptualiza la inteligencia emocional en cinco componentes troncales: el intrapersonal, el interpersonal, el manejo del estrés, la adaptabilidad, y el estado de ánimo en general. Por tanto, trabajar nuestras emociones y desarrollar nuestro estado de mayor bienestar implica el desarrollo de esta meta-habilidad, lo que supone cuestiones como trabajar y mejorar la relación con nuestra propia persona, a la relación que tenemos con los demás, generar tolerancia al estrés, trabajar nuestra objetividad y contrastar nuestra realidad, así como tratar de tener una visión optimista y lograr la felicidad, entendida esta como un estado de satisfacción, tanto con quien somos como con la vida que tenemos.

Tabla: Modelo de BAR-ON (2006)

- **Componente intrapersonal**

Autoconcepto: supone la conexión de la persona con su mundo interior, desarrollando un proceso de autoaceptación y autorrespeto.

Autoconciencia emocional: es la capacidad de saber reconocer nuestras propias emociones, identificarlas apropiadamente y comprenderlas, lo que requiere saber identificar qué estímulos nos han provocado la reacción emocional, y qué nos la ha provocado. Es uno de los más importante en base al componente factorial.



Asertividad o autoexpresión emocional: es la capacidad de saber trasladar nuestras sentimientos, pensamientos, así como opiniones de una forma constructiva y efectiva.

Independencia: esta sería la capacidad de actuar libre de la dependencia emocional de otras personas, desde la autosuficiencia y autonomía, siendo el pensamiento propio quien guía a la persona. Supone tener fortaleza interior y autoconfianza.

Autorrealización: es la capacidad para dirigirnos a lograr nuestro máximo potencial, a través del cumplimiento de metas personales, participando en actividades que deriven en una vida con significado, rica y plena. Esto incluye desde talentos, a competencias y habilidades.

- **Componente interpersonal**

Empatía: esta sería la capacidad de ponerse genuinamente en el lugar de las personas, siendo sensible ante sus necesidades. Se relaciona con ser confiable, responsable o leal, y con perfiles cooperativos y colaborativos.

Responsabilidad social: es la capacidad de generar una preocupación por las demás personas y asumir responsabilidades colectivas o comunitarias, así como mantener o respetar las normas sociales. Parte de la identificación como parte de la sociedad o grupos en los que se está, y a los que se siente pertenecer.

Relaciones interpersonales: esta implicaría la capacidad de generar y mantener relaciones que sean recíprocamente satisfactorias, lo que incluye afecto o intimidad, y tener expectativas positivas respecto a las relaciones.

- **Manejo del estrés**

Tolerancia al estrés: es la capacidad de gestionar emociones efectiva y constructivamente, lo que implica la resistencia a enfrentarse a situaciones adversas que pueden generar estrés sin abrumarse por ello. Supone un estilo de afrontamiento activo y positivo, especialmente en situaciones de alta presión.

Control de impulsos: supone la capacidad de inhibir o ralentizar una conducta, bien en tentativa o bien como impulso, especialmente en lo que se refiere a agresividad, hostilidad o actos irresponsables.

- **Adaptabilidad**

Prueba de realidad: esta supondría la capacidad de contrastar las propias concepciones con la realidad. es decir, el grado de habilidad para generar procesos objetivos, así como contrastar percepciones, creencias, pensamientos, cogniciones o emociones.



Flexibilidad: esta se refiere a la capacidad de adaptarnos a situaciones y condiciones de nuestro entorno, especialmente ante entornos desconocidos, cambiantes, poco comunes e incluso poco predecibles.

Resolución de problemas: esta supone la capacidad para resolver con eficacia problemáticas o situaciones adversas, especialmente personales o interpersonales. Implica saber analizar la casuística ante la que nos enfrentamos, desarrollar confianza en su gestión, ver las distintas opciones de resolución, etc.

- **Estado de ánimo en general**

Optimismo: esta no supone tener una visión positivista como se suele considerar, sino que es la capacidad o actitud vital positiva y esperanzada ante la adversidad, que supere una visión alentadora y una motivación en lo que se lleva a cabo.

Felicidad: de igual modo que lo anterior, si bien se ha distorsionado considerando socialmente que es un estado que ha de ser permanente o eufórico, supone la capacidad de la persona de sentir satisfacción consigo misma, con las personas que le rodean, y su vida en general. Incluye un componente de saber disfrutar en su compañía y la del resto, por lo que sería autosatisfacción, satisfacción vital, y disfrute de la vida.

Así pues, tras esta revisión sobre el estado de la cuestión, cabe ir más allá y abordar cómo las distorsiones sobre las emociones siguen estando presentes, especialmente en el caso del amor que, pudiendo elevarnos a la felicidad anhelada y la satisfacción por una vida plena, no deja de ser inaccesible para una parte de la población, que lo conoce de palabra, pero no desde su genuina esencia. A continuación, nos proponemos lograr una reflexión sobre cómo debemos ir más allá de la inteligencia emocional y recuperar emoción a emoción, comenzando por el amor.

5. Reflexiones sobre el amor, la emoción secuestrada

Como hemos visto con las emociones en la rueda de Plutchik (1990) el amor es un sentimiento complejo, conformado por emociones como la serenidad, la alegría y el éxtasis, por un lado; así como la admiración, la confianza y la aprobación por otro. No obstante, no pocas personas podrían exponer que sus vivencias relacionadas con lo que han experimentado como amor no siempre han sido así. Esto, entre otros factores, tiene que ver con la mitología social asociada a lo que es el amor. Donde este principalmente se constriñe a la relación de pareja, cuando el amor es una emoción universal destinada a llegar a familiares, amistades, incluso a personas desconocidas que admiramos y nos alegran. Es decir, una emoción universal con un destino también universal, que ha sido reducido, cuando no secuestrado, bajo concepciones



sesgadas y reduccionistas. Prueba de ello son las cifras de mujeres asesinadas por sus parejas en España, que ascienden a 1282 (Delegación del Gobierno contra la violencia de género, 2024).

Por tanto, cabe preguntarse, ¿qué ha pasado con el amor, como para retorcerse y distorsionarse tanto que se convierta en daño, pérdida e incluso muerte? Cabe señalar que lo más plausible es que le llamemos amor a lo que no lo es. Pues dependencia no es amor. Ni daño, ni dolor. Lo que lleva a la siguiente pregunta: ¿cómo no nos centramos a nivel social en el desarrollo pleno de la inteligencia emocional?, ¿cómo se pasa por alto que una de las emociones más completas, el amor, que se relacionan con emociones positivas, e incluso felicidad, no la acotamos como procede? Es por ello que el presente trabajo pretende no solo acercar a sus lectores a las emociones y la inteligencia emocional, sino a llamar la atención a no dejar que se desvirtúe una emoción tan movilizadora y poderosa para los seres humanos como es el amor. Que autores como Fromm (2007) han expuesto como todo un arte, llegando a titular su obra como "el arte de amar".

En esta línea, un texto de alto interés para comprender las visiones sesgadas sobre lo que supone el amor, sobre todo desde el punto de vista romántico (relacionado con la pareja sexual y afectiva), es el cuento de Bucay (2006) denominado "Solo por amor":

"Camino por mi camino. Mi camino es una ruta con un solo carril, el mío. A mi izquierda un muro eterno, separa mi camino del camino de alguien que transita a mi lado, del otro lado del muro. De vez en cuando en este muro hay un agujero, una ventana, una hendidura... y puedo mirar hacia el camino de mi vecino o vecina. Un día mientras camino, creo ver, del otro lado del muro, una figura que pasa a mi ritmo, en mi misma dirección. Miro esa figura: es una mujer, es hermosa. Ella también me ve. Me mira. La vuelvo a mirar. Le sonrío... y me sonríe. Un momento después ella sigue andando su camino y yo apuro la marcha porque espero ansiosamente la próxima oportunidad de cruzarme con esa mujer. En la próxima ventana me detengo un minuto. Cuando ella llega, nos miramos a través de la ventana. Parece tan encantada conmigo como yo con ella. Le digo por señas lo mucho que ella me agrada. Me contesta por señas. No sé si significan lo mismo que las mías, pero intuyo que ella entiende lo que quiero decirle. Siento que me quedaría un largo rato mirándola y dejándome mirar, pero sé que mi camino continúa...

Me digo que más adelante en el camino, habrá seguramente una puerta y quizás pueda yo cruzar a encontrarme con ella. Nada da más certeza que el deseo, así que me apuro por encontrar la puerta que imagino. Empiezo a correr con la vista clavada en el muro. Un poco más adelante la puerta aparece. Allí está del otro lado, mi ahora deseada y amada compañera, esperando, esperándome. Le hago un gesto, ella me devuelve un beso en el aire. Me hace una seña como llamándome. Es todo



lo que necesito. Emprendo contra la puerta para reunirme con ella, de su lado del muro. La puerta es muy estrecha, paso una mano, paso el hombro, hundo un poco la panza, me retuerzo un poquito sobre mí mismo, casi consigo pasar mi cabeza, pero mi oreja derecha se queda trabada. Empujo. No hay caso, no pasa. Y no puedo usar mi mano para torcerla, porque no podría poner ni un dedo allí... No hay espacio para pasar con mi oreja, así que, tomo una decisión... (Porque mi amada está allí, y me espera...). (Porque es la mujer que siempre soñé y me llama...) ... Saco una navaja de mi bolsillo y de un sólo tajo rápido, me animo a darme un corte en la oreja para que mi cabeza pase por la puerta. Y tengo éxito, mi cabeza consigue pasar...

Pero después de mi cabeza, veo que es mi hombro el que queda trabado. La puerta, no tiene la forma de mi cuerpo. Hago fuerza, pero no hay remedio, mi mano y mi cuerpo han pasado, pero mi otro hombro y mi otro brazo no pasan... Ya nada me importa, así que... Retrocedo, y sin pensar en las consecuencias, tomo envión y fuerzo mi paso por la puerta. Al hacerlo, el golpe desarticula mi hombro y el brazo queda colgando como sin vida, pero ahora, afortunadamente, en una posición tal que no puedo atravesar la puerta... Ya casi... casi, estoy del otro lado. Justo cuando estoy a punto de terminar de pasar por la hendidura, me doy cuenta de que mi pie derecho se ha quedado enganchado del otro lado. Por mucho que fuerzo y me esfuerzo, no puedo pasarlo. No hay caso, la puerta es demasiado angosta para que mi cuerpo entero pase por ella. Demasiado angosta, no pasan mis dos pies... No lo dudo. Estoy ya casi al alcance de mi amada. No puedo echarme atrás... Así que, agarro el hacha, y apretando los dientes, doy el golpe y desprendo la pierna.

Ensangrentado, a los saltos, apoyado en el hacha y con el brazo desarticulado, con una oreja y una pierna menos, me encuentro con mi amada. Le digo: - Aquí estoy. Por fin he pasado. Me miraste, te miré, me enamoré. He pagado todos los costos por ti... Todo vale en la guerra y el amor. No importan los sacrificios... valían la pena si eran para encontrarse contigo... para poder seguir juntos... juntos para siempre... Ella me mira, se le escapa una mueca y me dice: - Así no, así no quiero... A mí me gustabas cuando estabas entero" (pp.33-34).

6. La búsqueda del amor con Inteligencia Emocional

Como podemos extraer del relato anterior, la visión del amor-romántico- que se interioriza a nivel social es la de entrega a cualquier precio. Sin ser conscientes de que requerimos de relaciones sanas que nos hagan mejores, y no que distorsionen lo que somos. De hecho, curiosamente, el hecho de aplicar la inteligencia emocional (Bar-on, 2000), supone aumentar las probabilidades de encontrar un amor de pareja genuino que nos aporte. Veamos en la práctica esta cuestión sobre qué implicaciones tiene la Inteligencia Emocional (IE) en la búsqueda del amor-romántico-:



- **Componente intrapersonal:** cuando nos trabajamos personalmente nuestro autoconcepto es positivo y realista, lo que nos permite aceptarnos y no aceptar rechazos injustificados, ni faltas de respeto. De igual modo, si algo nos parece mal respondemos desde la asertividad exponiendo nuestra visión de forma constructiva. Asimismo, comprendemos qué nos sucede y de dónde viene sin autoengaños, identificando qué nos parece mal o molesta. Así, tendemos a autorrealizarnos, desarrollando nuestro máximo potencial, no dejando que nada o nadie nos lo impida, si es posible.
- **Componente interpersonal:** el desarrollo de la IE aquí implica tener empatía, sin que la emoción nos nuble el raciocinio, sino que cooperemos equilibrando posturas desde la comprensión mutua. En esta línea, tener responsabilidad social hace que cuidemos el entorno, la comunidad donde vivimos, las personas que nos rodean. Por tanto, generamos relaciones interpersonales sanas, recíprocas y que nos aportan.
- **Manejo de estrés:** en este aspecto es importante desarrollar tolerancia al estrés, dado que esto hará que gestionemos mejor nuestra conducta, evitando gritos, malas formas e incluso violencia. Del mismo modo, el desarrollo de control de impulsos supone no dejarnos llevar por malos momentos, ni por impulsividad, que puede deteriorar las relaciones o motivar conductas negativas e incluso dañinas.
- **Adaptabilidad:** desarrollar este componente de la IA supondrá generar pruebas de realidad, o lo que es lo mismo aplicado al caso, escuchar a la persona sin creer que tenemos siempre la razón. Esto hará que podamos enriquecernos desde distintas visiones, así como mejorar nuestra y ampliar nuestra concepción del mundo. En esta línea, tendremos mayor flexibilidad ante decisiones que no serían las nuestras, respetando sin imposiciones, y gestionando mejor la ambigüedad, situaciones desconocidas, cambiantes o incluso impredecibles. De igual modo, tener una buena capacidad de resolución de problemas hará que nos comuniquemos de forma efectiva para solventar nuestras diferencias, para cercar posturas, o conseguir ver distintos abordajes de un reto o problemática a la que nos enfrentemos.
- **Estado de ánimo en general:** tratar de ser optimistas, es decir, de tener una actitud activa y esperanzada, también nos dará una mayor perspectiva y motivación a la hora de interaccionar, de percibir nuestra vida y a quienes nos rodean. Por tanto, es fundamental trabajar nuestra mente para no tratarnos mal, para no dejarnos arrastrar por la negatividad y las circunstancias, a veces duras, a veces hasta crueles. Asimismo, trabajar nuestra felicidad, lo que implica lograr una satisfacción vital, trabajando un sentido a la vida. Lejos de la inmediatez del consumismo, o de las dictaduras del "deber ser" o "eres lo que tienes".



Como vemos, la aplicación de la IE no solo nos aporta dentro de una potencial pareja, sino a generar bienestar independientemente de tener pareja o de la pareja. Pues, cuando se entiende qué supone el amor, se comprende no solo que es universal y no se acota a una pareja, sino que si no encontramos una pareja desde la IE la elección de trabajarnos y cultivarnos es la más sana opción.

7. Conclusión

En resumidas cuentas, contamos con avances científicos y profesionales que hacen posible que tengamos una forma de introducirnos por el sendero del arte de amar: el desarrollo de la inteligencia emocional. Por tanto, hemos de establecer de una vez por todas qué son las emociones, la importancia que tienen, y cómo de importante es trabajarnos personalmente, trabajar nuestras relaciones, la gestión del estrés, la adaptabilidad y la gestión emocional.

Lejos de mitologías sociales, cabe aportar dosis de realidad, donde el amor verdadero sea también el propio, donde merecemos que nos quieran aun no queriéndonos, donde no vale querer, sino querer bien. Y que el aprendizaje es nuestro compañero de viaje, nunca siendo tarde para conquistar el bienestar físico y emocional, e incluso aprender a amar. Pues el arte de querer es la habilidad de ser felices y regalar felicidad ◀◀

8. Referencias Bibliográficas

- **Antoine, F. G. (2006).** “Las pasiones en el estoicismo”. *Estudios de filosofía*, 34, 187-199.
- **Bar-On, R. (2000).** “Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory”. En R. Bar-On y J. D. A. Parker (Eds.), *The Handbook of Emotional Intelligence* (pp. 363-388). Jossey-Bass.
- **Beard, M. (2018).** *Mujeres y poder, un manifiesto*. Crítica.
- **Bolaños Florido, L. P. (2016).** El estudio socio-histórico de las emociones y los sentimientos en las Ciencias Sociales del siglo XX. *Revista de estudios sociales*, 55, 178-191.
- **Brito, D., Santana, Y., & Pirela, G. (2019).** El modelo de inteligencia emocional de Bar-On en el perfil académico-profesional de la FACO/LUZ. *Ciencia Odontológica*, 16(1), 27-40.
- **Bucay, J. (2006).** *Cuentos para pensar*. RBA Integral.



- Cuadrado Gordillo, I.; Martín-Mora Parra, G.; Fernández Antelo, I. (2015). "La expresión de las emociones en la Comunicación Virtual: El Ciberhabla". ICONO 14, *Revista de comunicación y tecnologías emergentes*, 13, 180-207.
- Delegación del Gobierno contra la violencia de género (2024). *Mujeres víctimas mortales por violencia de género en España a manos de sus parejas o exparejas. Datos provisionales*. https://violenciagenero.igualdad.gob.es/wp-content/uploads/VMortales_2024_10_18.pdf
- Fromm, E. (2007). *El arte de amar*. Paidós.
- Gardner, H. (1987). *La teoría de las inteligencias múltiples*. Instituto Construir.
- Gerda, L. (1990). *La creación del patriarcado*. Katakarak.
- Goleman, D. (2001). *Inteligencia Emocional*. Editorial Kairós. ISBN 84-7245-371-5
- Haidt, J. (2019). *La mente de los justos*. Editorial Planeta, SA.
- Nieto, M. Á. P., & Delgado, M. M. R. (2006). *Procesos de valoración y emoción: características, desarrollo, clasificación y estado actual*. Reme, 22(9), 8.
- Nussbaum, M. C. (2011). *La terapia del deseo: teoría y práctica en la ética helénica*.
- Nussbaum, M. (2008). *Paisajes del pensamiento: la inteligencia de las emociones*. Editorial Paidós.
- Plutchik, R. (1980). *Emotion: A Psychoevolutionary Synthesis*. Harper & Row.
- Quintanilla, L., Giménez Dasí, M., Sarmiento Henrique, R., & Lucas Molina, B. (2022). "La comprensión asíncrona de las emociones básicas: un estudio longitudinal con niños de 3 a 5 años". *Psicología educativa: revista de los psicólogos de la educación*, 28(1), 71-79.
- Renart, M. (2024). "La rueda de las emociones de Plutchik (versión emoji)". <https://x.com/marcosantonr/status/1779562342683906199>
- Salovey, P., y Mayer, J. (1990). *Inteligencia emocional. Imaginación, conocimiento y personalidad*, 9(3), 185-211.
- Vejar-Barra, M., & Ávila-Contreras, J. (2020). "Emociones de estudiantes de tercer año básico en el contexto de evaluaciones escritas en educación matemática". Paulo Freire. *Revista De Pedagogía Crítica*, 23, 47-68.



PONENCIAS (II)

Experiencias que nos unen



MUJERES GALLEGAS RELEVANTES DE LOS SIGLOS XIX Y XX

Pilar García Negro (Coordinadora)

Doctora en Filología Gallega; política, escritora, sociolingüista y profesora

**Carmen Lence Pin, Eloísa Cubeiro Veiga, Ángeles Vázquez Sánchez,
Puerto Pérez Domínguez, Concha Maneiro Santamaría**

Alumnas de la Universidad Sénior de A Coruña

RESUMEN

A Coruña es una ciudad de honda tradición feminista. Capital gallega de las mujeres, cuyo bagaje histórico hemos querido mostrar en estas Jornadas a través de un trabajo realizado por un equipo de mujeres alumnas de la Universidad Sénior que hemos denominado "mujeres gallegas relevantes de los siglos XIX y XX", lideradas por la profesora Pilar García Negro.

Este trabajo es el mejor ejemplo de que no podemos olvidar de dónde venimos para poder acertar en el destino que trazamos. En ellas, en las mujeres que nos precedieron, tenemos también grabada nuestra propia historia. Y nuestro deber es darla a conocer y reivindicarla, haciéndole justicia a todo su trabajo.

ÍNDICE

1. Introducción.
2. Mujeres Cigarreras de la Real Fábrica de Tabacos de A Coruña.
3. Emilia Pardo Bazán.
4. Juana de Vega.
5. Concepción Arenal.
6. Sofía Casanova.
7. Ángela Ruíz Roble.
8. María Wonenburger.
9. Rosalía de Castro.
10. Referencias.



1. Introducción

Estas XXII Jornadas Internacionales celebradas en Galicia nos han dado la oportunidad de mostrar al mundo una pequeña muestra de las muchas mujeres gallegas que en los siglos XIX y XX formaron parte del arduo camino emprendido por el feminismo para, simplemente, desarrollar ideas y participar en la sociedad que les tocó vivir.

Tenemos tantas y son tan numerosas (como iréis leyendo empezaremos por un grupo de cuatro mil mujeres coruñesas) que inmediatamente después de formar el grupo de cinco mujeres alumnas de la Universidad Sénior de la UDC interesadas por este proyecto, nos pusimos a trabajar. La primera reunión tuvo una duración de más de dos horas, con un solo punto escrito en el Orden del Día: ¿A qué mujeres seleccionamos? Había que dejar a muchas de ellas sin nombrar, tanto por extensión de la investigación como por el tiempo limitado de exposición.

El grupo de producción empezó a funcionar y la siguiente pregunta fue ¿Quién con autoridad académica reconocida orientará nuestro trabajo? Este punto era fácil porque según se ha demostrado en estas Jornadas, contamos con magníficos profesores y profesoras que proceden de las universidades de grado.

Nuestra Directora de la Universidad Sénior, Matilde García Sánchez, nos propuso a Pilar García Negro, una de las profesoras más apreciadas con las que contamos, que además entre otros muchos valores, es feminista, excelente conocedora de la Historia de Galicia y sin duda la persona con más conocimientos de nuestra Rosalía de Castro incluso a nivel internacional. Y además, la teníamos en las aulas de la UDC Sénior. Nos pusimos en contacto con ella y para nuestra satisfacción, accedió a coordinar y liderar nuestro proyecto.

El siguiente punto que había que pensar y tratar es que la influencia de las mujeres gallegas seleccionadas llegara al siglo XXI, y nos dimos cuenta con regocijo que este requisito lo cumplen todas.

Otra curiosidad que encontramos al comenzar la investigación y bucear en sus biografías es que, de alguna manera, todas estaban increíblemente relacionadas, es como tirar de una cereza en un cuenco, porque salen todas enganchadas.

Por tanto, nos planteamos cómo presentar este trabajo para que resultara didáctico y ameno, y en este punto contamos con la ayuda de nuestros técnicos, también alumnos de la UDC Sénior, Julio César Carballada y Luís Santillana. De esta manera, comenzamos a incorporar y combinar textos, vídeos y entrevistas con una facilidad sorprendente porque, en ninguno de los formatos, hemos obtenido un no por res-



puesta. Por tanto, agradecemos a todas las personas que con su presencia, opinión, sugerencia, consejos han enriquecido nuestro trabajo, y sobre todo, porque han confiado en la capacidad del alumnado universitario Sénior para realizar investigaciones con sello académico.

Una vez que estuvo estructurado el proyecto, decidimos comenzar con las famosas Cigarreras de la Real Fábrica de Tabacos de A Coruña.

2. Mujeres Cigarreras de la Real Fábrica de Tabacos de A Coruña

Fue inaugurada en 1804 y en principio dio ocupación a 500 mujeres. Lo que la Historia llama mujeres, actualmente son consideradas niñas porque la mayoría no tenían más de 14 años. Era uno de los requisitos para ser cigarrera, porque se necesitan manos pequeñas para liar cigarrillos.

Llegaron a ser hasta 4.000 mujeres cigarreras, y probablemente fueron feministas sin pretenderlo, porque eran mujeres pero realistas, concienciadas de sus derechos y sus necesidades como trabajadoras. Ellas fueron las que no aceptaron unas condiciones de trabajo indignas donde unos jefes tenían el derecho de elegir quién formaba sus equipos de trabajo -cuando todas hacían el mismo-, o percibir la retribución en especies (tres paquetes de tabaco al mes) que se daba sólo a los hombres. Fueron también pioneras en la creación de un fondo monetario al que todas aportaban para mantener a las operarias que caían enfermas o simplemente parían. Pero aún llegaron más lejos, porque fueron las protagonistas de dos importantes huelgas.

La inserción de estas mujeres trabajadoras en la vida social de A Coruña fue muy significativa porque, en la mayoría de las celebraciones, su presencia era conjunta y arraigada como "las cigarreras", y cuyas vidas transcurrieron "Entre humo de cigarros y derechos sociales", como bien ha titulado el escritor Juan José Lojo Fandiño¹ su libro sobre la importancia de la solidaridad de estas mujeres -lo que hoy llamamos sororidad²-. También Pardo Bazán en su libro "La Tribuna" afirma que en el momento en que tenían que defender al colectivo eran aguerridas y estaban unidas.

Conviene recalcar esta característica, pues les permitió alcanzar logros laborales que en pleno siglo XXI se han ido perdiendo, produciéndose lo que se denomina

¹ Juan José Lojo Fandiño es tabaquero y presentó su libro "Entre humo de cigarros y derechos sociales" el 13 de junio de 2024, donde expresó: «Así transcurrió mi vida y quise dejarlo por escrito, los buenos y los malos momentos. Y es un homenaje a la cigarreras, que tan importantes son en la historia de A Coruña».

² Sororidad: Nombre femenino, Amistad o afecto entre mujeres. Relación de solidaridad entre las mujeres, especialmente en la lucha por su empoderamiento.



ya "precarización de la clase media", debida en parte -como señala el profesor Sánchez-Quinzá Torroja en un artículo publicado en la Voz de Galicia³- al individualismo en el que estamos inmersos.

En 2002 la Fábrica de Tabacos cierra sus puertas, acompañada del sonido y el rugir de las manifestaciones de los trabajadores y secundadas por casi toda la ciudadanía herculina. Una despedida con el recuerdo de Amparo, la cigarrera protagonista de la novela de Pardo Bazán "la Tribuna" (1883).

3. Emilia Pardo Bazán

La Condesa Pardo Bazán había nacido en 1851 en A Coruña, en la parte alta de lo que llamamos Ciudad Vieja y era tan importante la presencia de las cigarreras en la ciudad que quiso saber quiénes eran y cómo vivían. Y allí se fue a documentarse para escribir una de sus grandes obras, "La Tribuna", considerada la novela en que la autora ensaya la nueva técnica naturalista⁴.

Su condición de mujer le impidió ir a la Universidad, pero al pertenecer a la alta burguesía de la ciudad, -no sólo condición económica sino también intelectual-, unido al talante liberal de sus padres, a la amplia biblioteca de su propia casa y a los amigos de la familia que la frecuentaban, se dotó de una amplia formación académica que despertó en ella un interés permanente de conocimientos, abarcando no solo el área de las letras sino de la ciencia, la filosofía, las artes y en general el mundo real que la rodeaba.

Este bagaje y el dominio de los idiomas francés, inglés y alemán le permitió viajar por Europa y conocer los movimientos literarios del momento. Se decantó por la escritura en todas sus facetas: novelista, poetisa, crítica literaria, periodista, dramaturga, traductora, editora, conferenciante, llegando a ser la impulsora del naturalismo en España adelantándose en ese movimiento a Pérez Galdós y Blasco Ibáñez.

Fue la primera mujer en entrar como socia en el Ateneo de Madrid, donde presidió la sección literaria. También fue la primera mujer catedrática en la Universidad Central (ahora Complutense). A los 65 años fue la primera mujer Académica Honoraria de la Real Academia Galega (RAG), pero precisamente esa condición de mujer le impidió entrar en la Real Academia Española de la Lengua (RAE). Ese honor lo tuvo la escritora Carmen Conde, pero en 1978.

⁴ El Naturalismo es el planteamiento artístico según el cual el artista trata de representar los objetos según son observados empíricamente, tanto en sus aspectos más vulgares como en los más sublimes.

³ Juan Manuel Sánchez Quinzá-Torroja, profesor titular de Economía Aplicada de la UDC. "¿Tiene motivo el mercado del trabajo español para temer a la inteligencia artificial?", en *La voz de Galicia*. 16/06/ 2024.



Durante toda su vida reivindicó la instrucción y educación de las mujeres como algo fundamental y dedicó una parte importante de su actividad pública a defenderlas. Apuntaba en una ocasión: "Nadie debe poner rejas al espíritu humano y nadie debe resignarse a que se las pongan". Falleció en Madrid en 1921.

4. Juana de Vega

Juana de Vega y Martínez, condesa de Espoz y Mina, nació en A Coruña en 1805 en el seno de una familia acomodada, liberal e ilustrada, por lo que fue educada en los principios de la Ilustración que abogaban por sacar también a las mujeres de la ignorancia. Sin embargo, en su entorno social aún se decía que la mujer no debía saber leer ni escribir porque eso les podía conducir a la perdición.

Comprometida con su entorno y consecuente con la educación recibida, funda en 1838 la Asociación de Señoras de A Coruña con la finalidad de cuidar a los niños expósitos y asistir a los enfermos del Hospital de la Caridad.

En 1841 es nombrada aya de la que más tarde sería Isabel II y de su hermana la infanta Luisa Fernanda. En 1856 la Reina Isabel la nombra "vice protectora de los establecimientos benéficos de A Coruña".

Su encuentro con Concepción Arenal fue fundamental para ambas. Con ella crea la asociación de mujeres Las Magdalenas con el objetivo de reinsertar en sociedad a las reclusas de la cárcel de mujeres de A Coruña cuando éstas obtuvieran su libertad.

Fundó y financió escuelas para niños pobres y para adultos. La sede era su propia casa y, para que los jornaleros se aprovecharan de esa instrucción, estableció también un horario nocturno. En esta línea Juana cedió su casa de San Pedro de Nos (A Coruña) para la creación de una escuela teórico-práctica de agricultura. La Fundación todavía existe y está en funcionamiento. También, junto a Concepción Arenal consigue que se funde un Hospital Psiquiátrico en Conxo (Santiago de Compostela) dedicando siete años a conseguir que aprobaran el proyecto. En esa misma década impulsó y presidió la delegación local de la Cruz Roja.

Falleció en A Coruña en 1872.

⁵ "Paisaje con figuras" fue una serie de televisión producida por RTVE dirigida por Mario Camus, con guiones del escritor Antonio Gala (1976-1984). Cada uno de los 39 episodios estaba dedicado a un personaje histórico español, una figura representativa «en el momento cumbre de su vida», en el paisaje donde sucedió. Se recorren los lugares emblemáticos de la vida del personaje en cuestión. El episodio N° 17 (segunda temporada) está dedicado a Concepción Arenal. <https://www.rtve.es/play/videos/paisaje-con-figuras/concepcion-arenal/6800213/>



5. Concepción Arenal

Concepción Arenal Ponte nació en Ferrol (A Coruña) en 1820 y como resume el escritor Antonio Gala en la presentación del capítulo dedicado a la pensadora gallega en la serie "Paisaje con figuras" de RTVE⁵: "fue una santa laica".

Concepción Arenal decía con frecuencia: "todas las cosas son imposibles... mientras lo parecen", y desde luego lo practicó con el ejemplo.

Cuando quiso ir a estudiar Derecho a Madrid a la recién estrenada Facultad dentro de la Universidad Central se le comunicó que no admitían mujeres. Es conocida la anécdota de cómo resolvió el problema: vistiéndose de hombre para asistir a las clases. Termina sus estudios en 1845 y se casa en 1848. Su marido era de ideología liberal y también hace la carrera de Leyes. Tiene tres hijos, pero su única hija muere a los dos años. La sobrevivieron los varones Fernando y Ramón con los que se traslada desde Madrid a Potes (Cantabria) porque se había quedado viuda en 1857 y su economía no le permitía otra solución.

En 1863 la nombran Visitadora de Cárceles con el apoyo de su amiga Juana de Vega. De este tiempo es conocida otra de sus célebres frases: "Abrid escuelas y se cerrarán cárceles". La cesan en 1865, pero este breve espacio de tiempo le sirve para fijar sus principales objetivos:

- Restablecer la dignidad entre las presas.
- Procurarles unos conocimientos suficientes que les generen unos mínimos recursos para afrontar la salida de la institución.
- Tomar conciencia de que no pueden mantenerse juntas las presas comunes, y las presas demenciadas.

A esta queja responde su amiga Juana de Vega, que consigue rehabilitar un antiguo edificio y fundar, junto con otras personas e instituciones, el Hospital Psiquiátrico de Conxo que se inaugura en 1885 y ha llegado hasta nuestros días. En el libro "Barrotes Retorcidos. Memorias de un Juez", publicado en 2022, el Juez José Castro habla de la época en la que fue funcionario de prisiones y se refiere a esa misma dificultad de no distinguir en muchos casos a delincuentes comunes y otros que deberían estar en instituciones psiquiátricas.

⁵ Véase el libro "Concepción Arenal en un océano de relaciones" (2021), de María Teresa Arias Bautista. Disponible en: www.ateneodemadrid.com/wp-content/uploads/2022/03/concepcion-arenal.pdf



En 1868 restablecen a Concepción Arenal en el cargo en el que la habían cesado en el 1865. Esta vez con el título de "Inspectora de Casas de Corrección de mujeres". Se mantiene en éste hasta 1873. En la labor muy avanzada de reinserción de presas entra de nuevo su amiga Juana de Vega que crea la asociación de mujeres "Las Magdalenas", cuya finalidad entre otras muchas es reinserir a las reclusas de la cárcel de mujeres de A Coruña⁶.

En 1870 funda el periódico "La voz de la caridad" para denunciar las injusticias e inmoralidades en el campo de la beneficencia y de las prisiones. La publicación dura 14 años y Concepción Arenal escribe más de 400 artículos.

En 1872 con un donativo de 25.000 francos de la condesa polaca Francisca de Krasinski crea la "Constructora Benéfica" destinada a edificar viviendas para obreros.

En 1878 presenta en el Congreso de Estocolmo un trabajo sobre el estado del régimen penitenciario en España, y en 1892 defiende en Madrid en el Congreso Pedagógico Hispano-Portugués Americano dos ponencias "La educación de la mujer" y "La instrucción del obrero".

Muere en Vigo en 1893 y en su tumba se graba "A la virtud, a una vida, a la ciencia".

5. Sofía Casanova

Sofía Guadalupe Pérez Casanova de Lutostawski nació en A Coruña en 1861 y murió en Poznan (Polonia) en 1958. Presenció de primera mano el desarrollo del sindicalismo, la caída de la Corte Imperial rusa, la Gran Guerra, la Guerra Civil Española, la Segunda Guerra Mundial y la persecución de los judíos por el régimen nazi en el gueto de Varsovia.

Casada con un excéntrico profesor, filósofo y diplomático polaco, viajó por casi toda Europa, llegando a dominar seis idiomas además del español y el gallego.

Traduce a famosos escritores polacos y escribe cuentos y artículos de opinión acerca de la vida en Polonia y Rusia que publica en la prensa más destacada de España, lo que le supone ser la primera mujer en ser nombrada Corresponsal permanente de Guerra en el extranjero.

Dado que fue testigo de la Revolución de Octubre (también conocida como la Revolución Bolchevique), la muerte de Rasputín, el golpe de Estado de Lenin, y que llegó a entrevistar a Trotski, la censura rusa le prohibió toda comunicación con España donde se le llega incluso a dar por muerta. Sofía Casanova expresa una postura pacifista y



antibelicista que, pese a su ideología conservadora, no duda en denunciar, sobre todo el horror de los campos de concentración nazis y la ocupación alemana de Polonia, aunque ello le supuso el cese de su colaboración con el periódico ABC.

Es más que una pionera del periodismo gracias a la aguda conciencia que le otorga su condición de mujer y sus valores literarios. No en vano, poemas suyos fueron publicados cuando tenía la temprana edad de 15 años.

De hecho, frecuenta innumerables reuniones literarias, y así consigue entre otras cosas, que el Rey Alfonso XII corra con la edición de su libro de poesías o que el famoso Castelao⁷ ilustre su relato "Princesa del amor hermoso" (1909). En 1906 fue admitida en la RAG y en 1952 fue nombrada Académica de Honor.

En un discurso en el Ateneo de Madrid en 1919 afirmó que "todo abuso de poder engendra una ciega rebeldía en los maltratados por lo que las naciones deberán desarmar su rabia con reformas de igualdad social". Sentencia de plena actualidad.

6. Ángela Ruiz Robles

Nació en Villamanín (León) en 1895, hija de una familia acomodada, pero ferrolana de adopción. Maestra, escritora e inventora. Fue docente y directora de varias escuelas como la de Niñas del Hospicio de Ferrol o el Instituto Ibáñez Martín. Fundó la Academia Elmaca en la que desarrolló su labor pedagógica y social que le valió la concesión, en 1947, de la Cruz de Alfonso X el Sabio, por acciones como impartir clases nocturnas gratuitas a personas con pocos recursos.

Entre 1938 y 1946 escribió, dio conferencias, editó y reeditó la mayor parte de su obra científica, un total de dieciséis libros. Sus tres primeros son: "Compendio de ortografía castellana", "Ortografía castellana" y "Taquigrafía martiniana abreviada moderna".

En su etapa como inventora, entre 1944 y 1949 llevó a cabo varios proyectos, como el Atlas Científico-Gramatical y la Máquina de Taquimecanografía, entre otros. En 1949 desarrolló la primera propuesta de enciclopedia mecánica, patentada con fecha 7 de diciembre, y del que se puede decir que es el primer libro electrónico que nació en Ferrol⁸.

⁷ Alfonso Daniel Rodríguez Castelao (1886-1950), conocido simplemente como Castelao, fue novelista, dramaturgo, ensayista, etnógrafo, caricaturista, pintor, teórico del arte y político. Castelao es considerado el gran intelectual gallego, uno de los principales narradores en esta lengua, y uno de los padres del nacionalismo gallego.

⁸ Vídeo con la entrevista a la propia Ángela Ruiz "precursora del libro electrónico" en <https://www.youtube.com/shorts/5S1mer3qXGI>



En 1970 fue mencionada en Bruselas como la única mujer inventora española con sus tres ingenios verdaderamente importantes: la Máquina Taquimecanográfica, el Atlas Lingüístico-Gramatical y la Enciclopedia Mecánica.

La Xunta de Galicia convoca en 2024 la VI edición de los *Premios Ángela Ruiz Robles a la Excelencia Académica* en grados universitarios. Este es el segundo año en que estos galardones reciben el nombre de Ángela Ruiz Robles, maestra, que fue un ejemplo de valores como el esfuerzo, el tesón, la excelencia, el continuo aprendizaje y la vocación de servicio a la sociedad.

En 1970 rechazó una proposición en Washington de explotar sus patentes en Estados Unidos, porque quería que fuera desarrollada en su país, España, donde Ferrol fue "su cuna".

7. María Wonenburguer

María Josefa Wonenburger Planells nació en Oleiros (A Coruña) en 1927, fue matemática, algebrista e investigadora. Desarrolla su carrera en Estados Unidos y Canadá, porque según argumentan sus biógrafas, no pudo ejercer en España.

Al terminar su carrera en la Universidad Central de Madrid (actual Complutense) sus profesores le aconsejan pedir una beca para doctorarse en Estados Unidos, y es admitida en la Universidad de Yale. Era la primera mujer en obtener una *Beca Fulbright*, ayudas de estudio para intercambio de titulados superiores, considerado uno de los programas más prestigiosos del mundo.

Con su tesis doctoral obtenida con sobresaliente *cum laude* vuelve a España con el objetivo de impartir docencia, pero su doctorado no se convalida por lo que realiza un nuevo doctorado en España, y aunque su nota también vuelve a ser sobresaliente *cum laude*, sigue sin poder ejercer como profesora en la Universidad.

Este contratiempo la lleva a Canadá donde pudo desarrollar su carrera como docente e investigadora. También en esta ocasión recibe una beca postdoctoral de la Universidad de Toronto, en Ontario (Canadá). Fue la única profesora en un claustro masculino. Allí dirigió la tesis doctoral de Robert Moody, quien después trabajó en lo que pasó a conocerse como la "teoría de álgebras de Kac-Moody", que tuvo a María Wonenburger como inspiradora.

⁹ Video "El eslabón perdido del libro electrónico. Ángela Ruiz Robles", donde también habla uno de sus nietos. En <https://www.youtube.com/watch?v=yYV0eptATDQ>



En 1966 se trasladó a Estados Unidos, a la Universidad de Buffalo, y al año siguiente, en 1967, consiguió una plaza definitiva como profesora en la Universidad de Indiana, donde permaneció hasta 1983.

Según la base de datos del Proyecto de Genealogía Matemática (MGP) (*Mathematics Genealogy Project*) María Wonenburger tiene veintiséis “descendientes” al referirse a los alumnos a los que dirigió tesis doctorales o que siguen su línea de investigación. La comprensión y el uso de las estructuras algebraicas ha permitido mejorar el conocimiento de nuestro entorno. Por ejemplo, en genética se conocen las características de la herencia. Otro ejemplo lo tenemos en el concepto de “grupo abeliano”, que permite interpretar la síntesis de proteínas.

María solía decir “Con esfuerzo se puede conseguir lo que una quiera”. Falleció en A Coruña en 2014. En 2024 se ha publicado la magnífica biografía “María Wonenburger. La atrevida matemática a la que nuestro país dio dos veces la espalda”. Sus autoras son María José Souto Salorio, catedrática de Escuela Universitaria del área de Álgebra y Ana Dorotea Tarrío Tobar, catedrática de Escuela Universitaria del área de Matemática Aplicada. Ambas de la UDC.

8. Rosalía de Castro¹⁰

María Rosalía Rita de Castro é a imaxe máis icónica da literatura en galego, pero é máis que un icono, os seus versos cantaron o pobo galego, despois de vivir o noso idioma máis de cinco séculos na escuridade. Ela soubo chegar ao noso corazón como ninguén o tiña feito.

Naceu no lugar de Conxo en Santiago de Compostela (A Coruña), o 23 de febreiro do ano 1837. As súas maiores obras foron “Cantares Gallegos” editada no ano 1863, “Follas Novas” no 1880, ámbalas dúas en galego. A nosa autora tamén ten obra en prosa, dende o ano 1859 ate o ano 1881 publicou “La hija del mar”, “Flavio”, “Ruinas”, “El caballero de las botas azules” e “El primer loco”. Da súa obra tamén temos que citar “Contos da miña terra” do 1864, “Carta a Eduarda” e “El codiceño” no ano 1865 e o poema “Eva” publicado en Madrid no 1861. Colaborou con periódicos españois e arxentinos. No ano anterior a súa morte publicou “En las orillas del Sar”.

Faleceu en Padrón (A Coruña) o 15 de xullo de 1885, aos 45 anos de idade. Os seus restos descansan no Panteón de Galegos Ilustres en Santiago de Compostela.

¹⁰ Este apartado está realizado a través de las preguntas de Por petición expresa de D^a. Concha Maneiro a D^a Pilar García Negro, quien por deseo expreso quiso que el texto fuera publicado en gallego, la lengua de Rosalía y la que defendió en sus obras.



E para rematar a exposición destas sete galegas ilustres, quero destacar un breve poema de Rosalía onde nos mostra alegría e sentido do humor. Titúlase "Vamos bebendo" do libro *Follas Novas*.

<i>Teño tres pitas brancas</i>	<i>vai por un neto</i>
<i>e un galo negro,</i>	<i>y'antramentras non quitas</i>
<i>que an de poñer bos ovos</i>	<i>eses cerellos,</i>
<i>andando o tempo;</i>	<i>y as pitas van medrando</i>
<i>y hei de vendelos caros</i>	<i>c'o galo negro,</i>
<i>polo Xaneiro</i>	<i>para poñe-l-os ovos,</i>
<i>y hei de xuntálos cartos</i>	<i>tod'aquelo</i>
<i>para un mantelo,</i>	<i>d'o Xaneiro, dos cartos,</i>
<i>y héino de levar posto</i>	<i>y o casamento,</i>
<i>n-o casamento,</i>	<i>miña prenda d'a y-alma,</i>
<i>y hei...</i>	<i>¡vamos bebendo!</i>
<i>-Pois mira, Marica,</i>	

Quixemos pechar esta breve escolma de mulleres galegas ilustres dos séculos XIX e XX con Rosalía de Castro e como non podía ser doutro xeito, na súa lingua, o galego ◀◀

Bibliografía y Filmografía

- "Leitura de Cantares Gallegos", de Rosalía de Castro (1863).
- "La Tribuna" de Emilia Pardo Bazán (1883).
- "Concepción Arenal, la caminante y su sombra", de Anna Caballé (1954).
- "Tres mujeres gallegas del siglo XIX: Concepción Arenal, Rosalía de Castro, Emilia Pardo Bazán", Elvira Martín (1977).
- Video del Episodio 17 sobre Concepción Arenal, dirigido por mario Camus y presentado por Antonio Gala en el programa "Paisaje con figuras", de RTVE (1984).
- "Concepción Arenal y el feminismo católico español", de Manuela Santalla López (1995).



- “Sofía Casanova: mito y leyenda”, de Rosario Martínez Martínez (1996).
- “Sofía Casanova”, de Olga Osorio. Xunta de Galicia (1997).
- “Biografía de Rosalía de Castro”, de Francisco Rodríguez Sánchez (1988).
- Video “Casa-Museo de Emilia Pardo Bazán”, conducido por Xulia Santiso (2007).
- Película “Emilia Pardo Bazán, la Condesa Rebelde”, dirigida por Zaza Ceballos (2011).
- Unidad Didáctica “Concepción Arenal, Unha voz Rompedora”, basada en la película de Zenit TV “Concepción Arenal, la visitadora de cárceles”, realizada para Secretaría Xeral de Igualdade de la Xunta de Galicia en el 2015. Diputación de A Coruña.
- “Azules son las horas”, biografía novelada de Sofía Casanova, de Inés Martín Rodríguez (2016).
- Película “Juana de Vega, Vizcondesa del Arado”, dirigida por Zaza Ceballos (2017).
- “A voz das últimas cigarreras coruñesas, lembranzas do tempo ido” de Ana Romero Masía y Xulia Santiso (2022).
- Cómic: “O voo da curuxa. Unha tarde con dona Emilia no pazo de Meirás”, de Inacio e Iván Suárez (2022)
- “Barrotes torcidos” de José Castro (2022).
- “Entre humo de cigarros y derechos sociales”, de Juan José Lojo Fandiño (2024).
- Enciclopedia da Literatura Galega.

Agradecimientos

A las personas entrevistadas: D. Juan José Lojo Fandiño; D^a. María José Souto Salorio; D^a. Ana Dorotea Tarrío Tobar y D^a. Pilar García Negro.

A las personas asesoras: D^a. Matilde García Sánchez, directora de la UDC Sénior; D^a. Pilar García Negro; D^a. Xulia Santiso, directora de la Casa-Museo de Emilia Pardo Bazán; Fundación Juana de Vega.

A la persona colaboradora en la lectura en el paraninfo de la UDC: D^a. Carmen Sánchez Suárez alumna de la UDC Senior.



EXPERIENCIAS RADIOFÓNICAS DE UNIVERSIDADES SÉNIOR COORDINADAS POR "RADIO 50YPICO"

Julio César Carballada Arias

Alumno de la UDC Sénior. Socio de ADAYEUS

Y los demás componentes de "Radio 50ypico": Carmen Albores, de Santiago; Conchi Mumari y Cristina Luginick de Pontevedra; Luis Santillana, Manuel Ferreirós y Puerto Pérez, de A Coruña; Pilar Martínez, de Ourense; y Rosy Romero, de Vigo

RESUMEN

"Radio 50ypico" es un proyecto de comunicación de la Federación Gallega de Asociaciones Universitarias Sénior (FEGAUS). Se realiza desde cinco de los siete campus universitarios de Galicia y aborda todo tipo de contenidos de interés, informativos, culturales, de actualidad y de entretenimiento. El programa está realizado por el alumnado de las Universidades Sénior y en 2024 han comenzado la quinta temporada bajo el lema "Si nos escuchas, te enganchas" (*Se nos escoitas, préndeste*). Se emite a través de CUAC FM, la radio comunitaria de A Coruña, que lleva emitiendo en el 103.4 FM desde 1996¹. En estas XXII Jornadas, la unidad móvil se desplazó hasta el Paraninfo de la UDC para realizar el programa en directo ante el auditorio de participantes.

ÍNDICE

1. Introducción: Conociendo la Radio.
2. Un mar de contenidos.
3. Emisión en directo en las XXII Jornadas.

¹ "Radio 50ypico" se puede escuchar los miércoles de 13 a 14 horas en cuacfm.org/directo; en *streaming* y en los podcast en cuacfm.org y en las *apps* gratuitas para Android y Iphone. En A Coruña y su entorno también en el 103.4 de la FM, y en cualquier momento en el podcast en www.fegaus.com.

El historial de programas y temporadas también están disponibles en: <https://cuacfm.org/radioco/programmes/radio-50-y-pico/> Para participar se pueden enviar notas de audio al whatsapp 625897323, y cualquier persona puede sumarse al programa escribiendo a: radio50ypico.fegaus@gmail.com



1. Introducción: Conociendo la Radio

Llegó un día, cuando ya llevábamos por la tierra más de 60 años, que nos jubilamos, celebramos fiestas de jubilación, nos fuimos de viaje, pasamos días tumbados en el sofá, nos tomamos pastillas para dormir y otras muchas cosas que nuestra memoria no nos deja recordar.

Al fin, un mes de marzo, leímos en algún sitio, o alguien nos lo contó, que estaban a punto de abrir los plazos de matriculación para la Universidad Sénior de A Coruña. Nos informamos, nos matriculamos y comenzamos las clases.

Pasaron un par de años como alumnado universitario, y de repente un día cualquiera, ahí estaba ELLA, ofreciéndonos un futuro, exigiéndonos un reto de mejora, enseñándonos cosas, requiriendo hablar despacio, reclamándonos escuchar, pidiéndonos compartir, obligándonos a trabajar en equipo. Era y es la Radio, a todos nos encandiló, era CUAC FM, era radio FEGAUS. Entonces nació “Radio50yPico” hecha para y por alumnado universitario Sénior. Ya hemos culminado cuatro temporadas y en el curso 24/25 comenzamos la quinta.

En este proyecto radiofónico participamos desde todos los campus de las tres universidades de Galicia: campus de A Coruña, Ourense, Pontevedra, Santiago de Compostela y Vigo; en el de Ferrol aún no y en Lugo está en proyecto. Nos gusta decir que no ha sido fácil organizarnos, pero tenemos que reconocer que en realidad ha sido muy fácil y gratificante, y aunque sigue siendo exigente para nosotros, la radio nos ha regalado una inyección de vida para nuestro cerebro en todos los sentidos.

2. Un mar de contenidos

Podemos decir que ya está totalmente consolidado nuestro proyecto de “Radio-50yPico”, porque contamos con cuatro temporadas y con mucha más experiencia. Esto nos ha permitido analizar nuestro entorno y buscar cómo poner nuestros conocimientos en la radio al servicio de la sociedad, y aún más sabiendo que es un medio de comunicación que llega a tanta gente en los rincones más insospechados.

Con esta filosofía, atendiendo a que nuestra Comunidad Autónoma es la más envejecida y contamos con una amplia población en un territorio muy disperso, hemos realizado cuatro programas especiales en zona rurales de Galicia y todos ellos con un aliciente común, poner sobre la mesa el problema de la soledad no deseada. Con el programa en directo de “Cuéntame tu soledad”, las personas entrevistadas cuentan sus vivencias, y no sólo desde pueblos con muy pocos habitantes, sino también en residencias de mayores y en organizaciones sociales.



La primera emisión se realizó en Castrelo de Miño (Orense), una localidad rural, donde se realizaron entrevistas a mujeres que vivían solas y querían seguir viviendo solas, en su ambiente de toda la vida, negándose a ir a las casas de sus hijos fuera de su pueblo. Eran conscientes que llegaría el momento de no poder seguir en esta situación. En este caso el Ayuntamiento dispone de una casa rehabilitada para uso de unos pocos residentes y asistida las 24 horas del día por personas especializadas. De este modo no pierden su hábitat y siguen encontrándose con sus vecinos y amistades. Están considerando la posibilidad de incrementar la experiencia que, por la alegría que vimos y nos contaron las residentes, ha sido un éxito.

La segunda emisión se realizó desde la Residencia sanitaria Campo Longo, en Pontevedra, donde reunimos a los residentes con sus familiares en el salón de actos, con el fin de que contasen su "soledad". Fue todo un éxito. Elegimos esta residencia por el buen hacer del director en la atención a las personas que viven en este establecimiento y la dedicación especial que ofrecen a los internos, pero que en la realidad siguen viviendo en soledad.

Otras sesiones las realizamos en Quiroga (Lugo) donde contamos con una excelente colaboración de profesionales y autoridades y en Betanzos (A Coruña), donde conocimos a un sacerdote que tiene un proyecto singular ofreciendo unas magníficas instalaciones de cocina y comedor a personas solas que se organizan entre ellas para comprar, cocinar y comer. Además, el Ayuntamiento ofrece un autobús para trasladar a personas mayores a centros médicos. Sólo tienen que inscribirse poniendo dirección día y hora. Todas estas sesiones las hacemos en directo, con nuestra unidad móvil, y hasta ahora hemos conseguido que todos los participantes contesten a las preguntas que realizan el equipo de "Radio 50ypico".

Con todo este gratificante trabajo, llegamos al fin de la cuarta temporada de nuestro programa. La cuarta temporada cerró con todo un reto de organización, una maratón de radio de dos horas de duración que realizamos en directo desde los estudios de CUAC FM en conexión con los siguientes programas:

- "¿Qué hay de tu vida?" de *Radio Cincuentopía* desde Madrid.
- "Con Mayor Voz", OMC Radio, junto a las Lideresas de Villaverde (Madrid).
- "Entre Lobas" de *Radio XATA*, la radio comunitaria de Pinto.
- "Reporteros del Aula" de la Experiencia, de *RadiUS*, la emisora de la Universidad de Sevilla.
- "La Voz de los Mayores" de *Canal Málaga Radio* desde Málaga.
- "ALUMA en las Ondas" de *RadioLab UGR*, la emisora de la Universidad de Granada.
- "En Mi Mayor" de *UniRadio Jaén*, la emisora de la Universidad de Jaén.
- "Más que Dos", en *RTB* desde México Distrito Federal.



La experiencia vivida con este programa realizado en cadena fue histórica para “Radio 50yPico”, por la concentración de tantas emisoras, y porque fue el origen del comienzo de una nueva era en la comunicación en la Quinta temporada, que se inició después de septiembre de este mismo año.

Esta iniciativa también sirvió para unir, compartir y dar a conocer las experiencias en Radio de otras asociaciones universitarias sénior, compañeras en estas y otras Jornadas, creando un vínculo de colaboración permanente en las ondas y en otros proyectos, porque nos une la misma filosofía sobre el envejecimiento activo y los objetivos que lleva el aprendizaje a lo largo de la vida con el sello universitario.

Un programa muy especial para demostrar que es posible la colaboración, participación y posibilidades de iniciar una cadena de programas de radio, especializado en las personas mayores, y que en estas páginas queremos dejar constancia y hacerlos visibles, porque los reporteros del Aula de la Experiencia de la Universidad de Sevilla nos mostraron la vida que tiene la Comunidad Educativa; las Lideresas de Villaverde nos ofrecieron su espacio sonoro creado por mujeres mayores, dispuestas a conseguir comunicar mediante las ondas con mucho humor y con perspectiva de género, desde los estudios de esa emisora. También estuvimos encantados con la propuesta de darle la vuelta a todo con perspectivas de género de mano de “Entre Lobas”, programa para mayores de Radio XATA de Pinto, que nos permitió conocer una forma original de comunicar y hacer radio.

Por otra parte Radio Cincuentopia de Madrid nos contaron cómo trabajan en el tránsito por esta etapa de la vida de los mayores donde se celebra la madurez, con una visión de una nueva vida enriquecedora, arte, cultura y nuevas experiencias para desafiar estereotipos y disfrutar al máximo después de los 50.

Desde Andalucía conectamos con Málaga, Granada y Jaén. El programa semanal “La Voz de los Mayores” de Canal Málaga está dedicado a nosotros las personas mayores y realizado por personas de nuestra generación. También realiza talleres de radio dedicados a los Derechos Sociales del Ayuntamiento de Málaga, con secciones fijas sobre temas de los mayores. En Granada, nuestros compañeros de la Asociación de Alumnos del Aula Permanente de Formación Abierta de la Universidad de Granada, nos informaron de su proyecto en el programa “ALUMA en las ondas”, pioneros en llevar el nombre de su asociación en el título. Nos enseñaron cómo dan voz al alumnado sénior de ese Campus, a través de un Podcast, y también nos contaron con satisfacción cómo han conseguido hacerse un hueco periódicamente en los medios de comunicación de Granada. Por último, dimos voz al programa “En Mi Mayor”, del Alumnado de los Programas Universitarios de Mayores de la Universidad de Jaén, que nos acercaron todos los temas que se tratan en su asociación para dar beneficio y servir a la ciudadanía.



Y por último, saltamos "el charco" y hablamos con los compañeros del programa "Más que dos", en México Distrito Federal con *RTB México*. Todo un lujo de broche final internacional que demostró que éste es un proyecto con unas bases muy sólidas, respaldada por los mejores profesionales de la radio, y con una infraestructura que ha sorprendido a todos los oyentes.

El Programa "Radio 50ypico" está pilotado desde hace cuatro años por tres profesionales y una responsable, como es Puerto Pérez Domínguez (ADAYEUS). El equipo técnico lo forman Julio César Carballada, Luis Santillana y Mariano Fernández. Todos los que han participado en este programa durante cuatro temporadas esperan buscar un proceso de colaboración para poder comunicar desde la radio todo lo que se está haciendo; podría ser una futura Cadena de Programas de radio para poner en valor a las personas mayores.

3. Emisión en directo en las XXII Jornadas

Y nos piden que participemos en las vigésimas segundas Jornadas Internacionales de Asociaciones Universitarias Sénior. Por supuesto, en menos de un segundo decidimos participar. Llegó el día. Cargamos toda nuestra unidad móvil, nos fuimos al Paraninfo de la Universidad de A Coruña y montamos nuestro equipo.

Aquí la liamos un poco, uno que el cable rojo va arriba, otro que el rojo es de abajo, que el negro hay que conectarlo en la clavija grande; un cable azul nos lo lio más todavía. Sin embargo, con la llegada de nuestro técnico especialista cada cable acabó conectado en su sitio. Vamos a probar, no funciona, preocupados, hasta que caímos en la cuenta que el enchufe principal no estaba conectado a la red eléctrica.

Este programa ha sido muy especial, porque aprovechamos para presentar a todas las personas presentes, nuestros compañeros sénior, nuestra quinta temporada de radio en la que empezamos, como es habitual, con las noticias más relevantes de nuestros campus; la actualidad de nuestra Federación FEGAUS haciendo hincapié en las actividades programadas; nuestra sección de salud en la que una semana hablaremos de nutrición con Lucia, nuestra nutricionista, con la que aprenderemos a comer mejor, y otra semana contaremos con los consejos de nuestra fisioterapeuta Pilar, que nos ayudará, por un lado, a combatir dolencias leves y por otro, nos enseñará a tener hábitos saludables diarios.

También se presentó nuestra sección literaria, donde los oyentes pueden participar enviándonos audios con sus recomendaciones sobre lectura; las rutas turísticas que desde Ourense elabora otra Pilar dentro de la sección de Andainas; como no, arte, cultura y belleza que también tiene su espacio este desde Vigo con Rosy.



Por supuesto no nos olvidaremos del humor, ni de las entrevistas a personas destacadas de la sociedad que tratarán los más diversos temas de actualidad. Por último, realizaremos reportajes relevantes para nosotros y esperamos que nuestras tertulias, además de interesantes, sean divertidas.

La importancia que para nosotros tienen estas Jornadas nos llevó a invitar al programa en directo a nuestra alcaldesa Inés Rey, con la que hemos hablado de muchos temas, destacando el aspecto festivo de nuestra ciudad de A Coruña, donde las celebraciones estivales empiezan con la celebración de la Noche de San Juan, siguiendo todo el mes de julio con innumerables festivales y conciertos en los que se da cabida a grupos y solistas del primer orden, así como la oportunidad a artistas menos conocidos de gran calidad. En A Coruña finaliza la temporada festiva con las fiestas celebradas en honor de María Pita, que duran todo el mes de agosto.

Pero también hablamos con Inés Rey de la oferta de talleres de formación que oferta el Ayuntamiento de A Coruña en sus centros de Ágora y en el Fórum. La Alcaldesa en este aspecto nos retó a las asociaciones universitarias sénior a colaborar en los barrios, a hacer comunidad porque somos idóneas para buscar lo que a la sociedad y a otras personas mayores les hace falta. Nos describió como plataformas entre la Universidad y el pueblo, una colaboración que no es solo -pero también- “hablar con alguien en un banco del parque”.

Terminamos el programa con nuestra habitual tertulia. Pero esta vez fue una tertulia muy especial con nuestros colegas y compañeros y me atrevo a decir que ya amigos: Domingo Santana, del programa “De Palique” del canal de radio Espacio Sénior de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria; Pepe Rodríguez, del programa “ALUMA en las Ondas” de la Universidad de Granada y Antonio Montilla del programa “En Mi Menor”, de la emisora Uniradio de la Universidad de Jaén. Todos ellos presentes y ante el público universitario sénior, que tuvo el privilegio de participar en directo y nosotros el honor de contar con tan grata implicación.

Esta es la experiencia de “Radio 50ypico”, una de tantas iniciativas que tienen como objetivo dar a conocer las inquietudes e iniciativas que tenemos las personas mayores, que no son distintas a las de otras edades, pero que a veces no se oyen.

Bienvenidos a nuestra radio. Os esperamos en las ondas ◀◀



INTERVENCIONES Y PROYECCIONES DEL LIBRO: CARTAS DE IDA Y VUELTA. LENGUAJES (EN)RED(ADOS) EN CREACIÓN Y EXPANSIÓN

Susana Silvia Rocha Amorós

Docente del Programa Educativo de Adultos Mayores (PEAM)
Universidad Nacional de Río Cuarto (UNRC), Córdoba (Argentina)

Mireia Viladevall Guash

Profesora Investigadora del Colegio de Ciencias y Humanidades
Universidad Autónoma de Ciudad de México (UACM)

RESUMEN

En este escrito relatamos las intervenciones artísticas y los encuentros intergeneracionales e interculturales devenidos del libro *Cartas de Ida y Vuelta* desarrollados entre 2023 y 2024. Estas acciones forman parte de un proyecto más amplio, "Intervenciones y proyecciones del libro: *Cartas de Ida y Vuelta*. Lenguajes (en)red(ados) en creación y expansión", que respondía a una convocatoria de dos Secretarías de la Facultad de Ciencias Humanas de la UNRC, Argentina: La de Investigación y la de Extensión-Vinculación, desde una novedosa propuesta interinstitucional e interdisciplinaria que intentaba acercar cuestiones epistemológicas con acciones de proyección universitaria hacia la comunidad.

Desde supuestos teóricos, en relación con la educación de personas mayores a lo largo de la vida, educación intergeneracional y promoción de la salud, acciones educativas y artísticas, intercambios en torno a este libro producido por jóvenes y adultos de tres países (España, México y Argentina) es que resumimos este proceso de trabajo que involucró instituciones, encuentros de saberes y personas, lenguajes diversos, acciones y proyecciones en(red) dados en clave de creación y expansión.



ÍNDICE

1. **Invitación a expresar en lenguajes diversos el libro o alguna de las cartas.**
Se va enredando, enredando, como en el muro la hiedra.
2. **¿Quiénes participaron en esta apuesta?**
Y va brotando, brotando como el musguito en la piedra.
3. **Testimonios a partir de la presentación del libro en la Sociedad Española de Río Cuarto.**
Mi paso retrocedido cuando el de ustedes avanza, el arco de las alianzas ha penetrado en mi nido. Con todo su colorido se ha paseado por mis venas.
4. **Ecos de los participantes del proyecto.**
Lo que puede el sentimiento no lo ha podido el saber.
5. **De la necesidad de revisar valores, contenidos, acciones, en el (que)hacer educativo que genera salud.**
Solo el amor con su ciencia nos vuelve tan inocentes.
6. **Un sentimiento intergeneracional.**
El amor con sus esmeros al viejo lo vuelve niño.

Bibliografía y Sitiografía

1. **Invitación a expresar en lenguajes diversos el libro o alguna de las cartas**
Se va enredando, enredando, como en el muro la hiedra

Este escrito continúa el relato iniciado hace tres años acerca de proyectos anteriores en relación con cartas que fueron escritas por jóvenes y mayores de tres países -México, España y Argentina, entre 2020 y 2021, y presentados en este foro, al ser generosamente invitadas a participar en las Jornadas de CAUMAS de los años 2021, 2022 y 2023.

¹ Parte de la letra que acompaña los subtítulos de este trabajo fueron tomados de la canción "Volver a los 17", de Violeta Parra. Letra: <https://www.letras.com/parra-violeta/363452/>; canción: <https://www.youtube.com/watch?v=Oe1o13Cltv4>



En esta oportunidad presentamos lo que derivó del libro *"Cartas de Ida y Vuelta, Una experiencia intergeneracional y transcultural de encuentros, esperanza y vida"*², editado a finales de 2022 con la recopilación de cartas intergeracionales e imágenes que las ilustraban de autores de los tres países.

Tener el libro en mano significó observar el caudal de experiencias narradas, vivencias plasmadas en palabras, ansias de darse a conocer, evidencia de la necesidad de encuentros entre seres humanos... Entonces, respondiendo a una convocatoria de articulación de Investigación - Extensión (I+E) de la Facultad de Ciencias Humanas de la UNRC, propusimos el proyecto denominado: "Intervenciones y proyecciones del libro: Cartas de Ida y Vuelta. Lenguajes (en)red(ados) en creación y expansión"³.

Con alegría, asombro, disposición, se recibió la propuesta en espacios de educación y de creación, lo que devino en una producción colectiva donde intervinieron diferentes actores en su concepción y concreción. Diferentes actividades y producciones han nacido de esta invitación por parte de diferentes instituciones con quienes interactuamos, así como docentes-investigadores en actividad y retirados, estudiantes mayores y jóvenes de diferentes niveles educativos de tres países y personal de apoyo que acompañó cada intervención.

2. ¿Quiénes participaron en esta apuesta?

Y va brotando, brotando como el mosquito en la piedra

Las actividades que se detallan, surgidas a partir de la invitación a intervenir (tal y como esta palabra se entiende en el mundo del arte) el libro *Cartas de Ida y Vuelta*, fueron gestadas, generadas y compartidas desde el mayor entusiasmo, compromiso, dedicación y desde la ilusión de seguir generando encuentros en red. Ellas fueron:

- Preparación, grabación y edición de 10 podcasts con la lectura de dos cartas (una de ida y otra de vuelta), a cargo de autores de Argentina, México y España. Coordinaron y dirigieron la grabación: Profesora Mireya Viladevall y Susana Rocha. Por su parte, Santiago Barreiro Director de la Radio y Televisión del *Casal Català de Guayaquil*, nos apoyó desde Ecuador grabación y producción de los podcasts.

² El libro se puede descargar gratuitamente en: <http://terapianarrativacoyoacan.com/documentos/>

³ Aprobado por Res. N° 334/2023.



El Profesor Ángel Bruno, fue el director artístico de las capsulas y el Maestro Gastón Torres, a cargo de *UniRíoTV*, realizó el trabajo de edición de los podcast e inclusión en la playlist de *UniRíoTV*. Por su parte *RAB radio*, desde Barcelona, nos apoyó en la difusión en su emisora del proyecto y de los productos nacientes⁴.

- Integrantes de la "Asociación 1 Minuto para Ver" realizaron la traducción al braille de la presentación del libro, los agradecimientos y de cuatro cartas. Esta traducción se presentó en el Stand de la "Asociación 1 Minuto para Ver" en la Feria del libro de Río Cuarto (octubre 2023).
- Encuentro con estudiantes de nivel medio de Lengua y Literatura a cargo de la Profesora Mirtha Andarnello, en Escuela Normal Justo José de Urquiza en Río Cuarto (14 de noviembre 2023).
- Intervención con un cuadro y comentario de la artista Paula Juárez: "Cósmicos II".
- Presentación libro *Cartas de Ida y Vuelta* en la Sociedad Española de Río Cuarto el 4 de mayo 2024, con la participación de estudiantes voluntarios, docentes, integrantes de las instituciones involucradas, y público en general. Se hizo entrega de un ejemplar del libro a cada autor de Argentina⁵.
- Difusión de Podcast en RAB RADIO, transmitidos a través de su página Web de lunes a viernes a las 13 horas de España e inclusión de los mismos en su lista de *Spotify*⁶.
- Creación colectiva del vídeo danza "Con la maleta a cuesta", cuya producción e interpretación corrió a cargo de la Compañía Andares, *Danza&Creación*; inspirado en la carta de Rafael Reche Silva, compañero de la Asociación ALUMA de

⁴ Puedes escuchar los podcast en: <https://www.youtube.com/watch?v=KqRcswecZeQ>
<https://www.youtube.com/watch?v=QeilCJa9JUJ&t=64s>
<https://www.youtube.com/watch?v=SwUG0z2-7XY&t=38s>
<https://www.youtube.com/watch?v=IVhAGWHhuTI&t=22s>
<https://www.youtube.com/watch?v=G-E9apZNRDo&t=115s>
https://www.youtube.com/watch?v=50m_f3-ZKWE&t=253s
https://www.youtube.com/watch?v=HAWWhOzfm_rw
<https://www.youtube.com/watch?v=8ATQHR9zZ9E&t=140s>
<https://www.youtube.com/watch?v=w5eYqJrLWzc&t=215s>
<https://www.youtube.com/watch?v=QmaipKoQw-o>

⁵ Para acceder a registros de la presentación del libro: Artículo en *diario Puntal* en <https://www.puntal.com.ar/cartas/cartas-ida-y-vuelta-experiencias-intergeneracionales-y-transculturales-n217117> Registro de imágenes y videos en: <https://drive.google.com/drive/folders/1WrIvf86j2f-j4gWpgJOHyIgc6F30uM7p>

⁶ Acceso en: www.rab.cat/graella y en <https://www.youtube.com/watch?v=WEgkkjFO65g>



Granada, que es parte del libro *"Cartas de Ida y Vuelta. Una Experiencia Inter-generacional y Transcultural de encuentros, esperanzas y Vida"*⁷; que, como ya lo hemos mencionado en otras ocasiones, vincula integrantes alumnos y docentes de la Carrera Licenciatura en Promoción de la Salud de la UACM de México, de la Facultad de Ciencias Humanas de la Universidad Nacional de Río Cuarto de Argentina, así como de estudiantes mayores del Taller de Arte y Creatividad del Aula de Formación Abierta de la Universidad de Granada, en España y del Programa Educativo de Adultos Mayores, PEAM de la UNRC.

El trabajo creativo, la producción y post producción del video danza fue desarrollado con el acompañamiento y dirección de Enrique Alcoba y Lucila Amaya, coreógrafos y docentes del mencionado elenco y de los Talleres de Folklore e Identidad Cultural del Programa Educativo de Adultos Mayores, de la Universidad Nacional de Río Cuarto.

- Envío de 11 láminas a color con descripción, pintadas por estudiantes mayores del Taller de Arte y Creatividad del Aula Permanente de Formación Abierta de la Universidad de Granada, en España, a cargo de la Profesora Cristina de Pinedo Extremera. Entre esas láminas se encuentra una "carta abierta más allá del océano", de parte de una estudiante mayor granadina que no formaba parte del Taller en época de pandemia, pero quería seguir abriendo la comunicación con argentinos y mexicanos.

3. Testimonios a partir de la presentación del libro en la Sociedad Española de Río Cuarto

Mi paso retrocedido cuando el de ustedes avanza, el arco de las alianzas ha penetrado en mi nido. Con todo su colorido se ha paseado por mis venas

En este apartado reproducimos algunos comentarios de los autores de las cartas cuando vieron plasmada la entrega de un libro que contiene su carta escrita durante la pandemia:

Graciela Gamarra:

"Tantas personas unidas intercambiando historias y sus saberes. ¡Un hilo que nos une! De Granada son algunos de mis ancestros directos (dibuja un corazón). Es muy emocionante realmente!!!"

⁷ Puedes ver el video danza en <https://www.facebook.com/unrcpeam/videos/445536168227789>



Gladys Jelonche:

"Cuando recibí mi libro tan soñado y ver que era real sentí un enorme silencio embargado por una brisa perfumada... era el perfume de nuestras almas enlazadas festejando la vida. Proyectos intergeneracionales de jóvenes y mayores, que rompen fronteras y une a personas de distintas nacionalidades. Enhorabuena por el magnífico trabajo. Seguimos construyendo el futuro para las siguientes generaciones".

Luisa Olmos:

"Qué hermosa, emocionante, cálida, participativa, transportadora jornada que hizo viajar a presentes y ausentes como lo hicieron las cartas de aquí y de allá. Quién se hubiera imaginado, la movilización que resultó de este proyecto. Sí, porque donde nació esa idea y su respuesta fue: '¿y por qué no?...'. Allí surgió la rueda que desató el hilo para conducir, viajar, volar, cruzando océanos, uniendo países, estados y provincias... Todas las ideas de esas mentes incansables sabían que alguna vez esto se concretaría. Porque una vez que se plantó la semillita, se vio crecer esa plantita que con sus ramas y hojas abrazó a las iniciadoras, conductoras y tejedoras Susana, Mireya y a todos los que alimentaron y se unieron, tal como el agua que da vida a este trabajo, a ese hilo conductor, gigante que no deja de crecer, tejer y envolver. No existieron fronteras para lograrlo, como siempre, con ideas conjugadas y compartidas por los creadores e integrantes. No pude asistir a la jornada de presentación y entrega, pero seguí muy de cerca todo lo que vivieron quienes fueron y compartieron. Pues con fotos, videos, llamadas, relatos sentí estar presente. España, México, Argentina una vez más juntas para continuar el tejido, que sigue uniendo y creciendo. Memorable jornada para atesorar, como ese libro que leímos y jamás olvidamos".

4. Ecos de los participantes del proyecto

Lo que puede el sentimiento no lo ha podido el saber

Palabrear y lenguajear. Dos palabras que creo resumen la esencia de los múltiples proyectos que han nacido alrededor de *Cartas de Ida y Vuelta*. El origen de este proyecto se encuentra en la crisis pandémica, esa que nos dejó aislados y confrontados a nuestro ser emocional, es decir confrontados a nuestro sentir. En esos días nuestros primeros acompañantes fueron: la soledad, el miedo y la incertidumbre, poco espacio había para eso que llamamos razón y que había sostenido férreamente nuestro día a día acompañada siempre de la rutina.

Desconcierto, paralización y un montón de palabras y sentimientos que se agolparon en nuestro corazón y nuestra garganta sin poder ser nombradas y sin saber a quién y a dónde dirigir las.



La primera necesidad: palabrear, nombrarlas y hacerlo en compañía, con escucha, con el reconocimiento que otro ser humano puede hacer de mi sentir, de mi ser, y de mi manera de ser. A eso Maturana le llama *lenguajear*.

Lenguajear es mucho más que usar un lenguaje es compartir: códigos, acuerdos, sentimientos, emociones, creencias, normas, ilusiones, sueños, valores. Implica reconocerse como una inteligencia deseante, o un deseo inteligente para poder reconocer al otro de igual manera. Cuando yo soy capaz de reconocer mi derecho a sentir y pensar y reconozco al otro en su sentir y ser, y con mi escucha, respeto y reconocimiento legítimo nuestro derecho a ser, diría Maturana.

Y en este conversar *lenguajeando* comparto mi ser, y quienes me escuchan comparten su ser y así nos transformamos mutuamente. Ya no somos los que éramos antes de palabrear y *lenguajear*, porque compartiendo y compartiéndonos hemos creado una nueva realidad, una nueva manera de ser, estar, y sentir que nos permite seguir potenciándonos como individuos y como grupos.

Eso fue lo que nos pasó escribiendo cartas para quienes no conocíamos en ese momento, pero que como nosotros necesitaba: sacar y nombrar sus sentires, sentirse acompañado, para saber y sabernos. En este conversar *lenguajeando* hemos compartido nuestra vida, deseos, sentires, saberes e ilusiones, y esperanzas.

Así la magia de *lenguajear* fue *tejiendo* -como siempre lo ha hecho a lo largo de los tiempos- un tejido de vínculos que nos sostuvo porque nos regaló la escucha, el reconocimiento y el respeto, además saberes, y sentires. Susana Rocha habla siempre de encuentros, encontrar a los demás para encontrarme a mí. Sólo hay encuentros donde podemos conversar *lenguajeando* y para ello necesitamos el reconocimiento del derecho del otro a ser quien es. Respeto por este derecho y por la propia persona: sus sentimientos y pensamientos.

Vamos *tejiendo* dignidad cuando hay respeto y al mismo tiempo reconocimiento hacia el otro que nos lleva a una sana curiosidad por el saber, sentir, pensar, desear, y soñar de los demás. Cuando me relaciono con otras personas desde aquí nos enriquecemos mutuamente, porque, sólo así se pueden crear idiomas propios que nos permiten tejer pertenencias que nos sostienen y nos impulsan, que no son impuestas, sino que son mutuamente creadas y mutuamente aceptadas y que validan nuestro ser pensar y sentir y nos dan espacio para seguir siendo como decidamos y queramos seguir siendo.

Sin el reconocimiento de la dignidad del otro y otra, y las otras y los otros, no puede haber relaciones que nos otorguen, ni la confianza, ni la libertad para ser y compartir.



Una de las primeras tareas de la Promoción de la Salud consiste en identificar conjuntamente con las personas y los grupos de trabajo las necesidades, ilusiones, deseos y anhelos; la segunda tarea es la de reconocer de la misma forma las habilidades y conocimientos que la persona y/o la comunidad tiene para así poder crear estrategias y acciones que nos permitan –en conjunto– satisfacer las necesidades, ilusiones, deseos y anhelos.

Para lograr lo anterior hay que lenguajejar y para ello hay que generar encuentros para la conversación porque: las conversaciones son encuentros donde gracias a la escucha atenta y sanamente curiosa se reconoce, respeta y legitima el derecho a ser de los demás (dignidad): que redunde en libertad de poder ser, crear o hacer.

La promoción de la salud tiene como objetivo potenciar todas las facultades humanas y ello no se logra en soledad. La creación conjunta de *Cartas de Ida y Vuelta*, y los proyectos que de ella han derivado nos ha enseñado, como promotores de la salud, a escuchar, a respetar, a reconocer y a crear vínculos que nos permiten seguir conversando y lenguajeando,

Y así, conjunta y mágicamente entre todos hemos logrado llenar de un musguito delicado, sutil y hermoso hecho con lo más humano de los humanos, no sólo unas páginas, o unas mentes-corazones, sino un espacio físico y virtual que abraza e invita.

Este musguito mágico es sin duda es Salud si la entendemos como la satisfacción de nuestras necesidades, ilusiones, deseos y anhelos, que nos permite potenciar todas nuestras facultades para nuestro bienestar y en favor del bienestar de los demás.

5. De la necesidad de revisar valores, contenidos, acciones, en el (que) hacer educativo que genera salud

Solo el amor con su ciencia nos vuelve tan inocentes

Nos gustaría añadir cómo este proyecto educativo transdisciplinario, intergeneracional e intercultural devino en un espacio que nos ha permitido repensar la salud desde la visión de la educación intergeneracional y del transcurrir de la vida y, con ello, la salud pensada como un proceso de vida donde la creación de redes sociales y de espacios de encuentro y reflexión que van más allá de los límites fronterizos o de edad, se convierten en una pieza clave para la salud en tiempos de pandemia, al ayudar a identificar nuestros sueños y esperanzas, así como las estrategias y acciones para poderlos lograr, siguiendo así los lineamientos establecidos por la OMS en referencia al quehacer del Promotor de la Salud.



Por otro lado, generar un espacio de encuentro, conversación y reflexión a distintos niveles y tiempos en un contexto de educación a lo largo de la vida ha permitido el reconocimiento y fomento de habilidades como: la creatividad, la expresión, la escucha, la ternura y el acompañamiento de los participantes. Estas habilidades reconocidas y fortalecidas han sido piezas claves para dar una respuesta al aislamiento, el miedo, y la angustia, que la incertidumbre en tiempos de la pandemia y lo que sobrevino, nos trajo, generando con ello un ejemplo de acción en Promoción de la Salud y Educación en tiempos pandémicos y pos pandémicos.

En síntesis, el diseño y concreción de actividades de encuentros entre docentes investigadores y con/entre personas de diferentes edades de modo virtual y presencial, la sistematización de lo observado en esos encuentros presentada en Jornadas, Congresos, libros, capítulos de libros, en medios de comunicación en red, potenciados en formaciones de grado y posgrado, en becarios/as, en tesis... nos permite considerar haber logrado cumplimentar con los objetivos propuestos en los Proyectos presentados en diferentes convocatorias al recuperar de modo inter y transdisciplinario las narrativas de experiencias y saberes de personas mayores en encuentros con jóvenes en contextos de educación.

6. Un sentimiento intergeneracional

El amor con sus esmeros al viejo lo vuelve niño

Fue finalmente este sentimiento, deseado, necesitado, sentido, que acercó edades, realidades distantes, vidas en la puesta en común de las cartas, en esa co-responsencia que se generó a partir de una primera invitación.

Palabras inquietas, palabras faro que condensan los principales sentidos de esta iniciativa: Redes, integración transcultural, creación y proyección, educación intergeneracional a lo largo de la vida.

Consideramos que todo puede sintetizarse en la respuesta de los diferentes colectivos, la participación comprometida en las acciones que surgieron y las proyecciones teóricas y prácticas, epistemológicas y pedagógicas que devienen, plasmadas en imágenes y palabras. Conceptos faro que sintetizan este proyecto-vivencia: AGRADECIMIENTO, RECONOCIMIENTO Y PLENITUD EN UN CONTEXTO DE EDUCACIÓN UNIVERSITARIA EN EXTENSIÓN para seguir generando, si nos permiten parafrasear el lema de este Congreso de CAUMAS:

"Formación continua, socialización y bienestar, desde este espíritu que nos une" ◀◀



Bibliografía

- **Isla C. Muñoz Rodríguez M. (comps) (2022).** *Intervención en Salud Comunitaria. Relatoría de experiencias*. Ediciones Nuevos Tiempos. Material con fines de estudio. ISBN 978-987.
- **Latorre-Gentoso, Í (2024).** *Dignidad por partes. Reflexiones sobre la ética del cuidado*. Ril Editores y PRANAS Ediciones: Santiago de Chile.
- **Lladser Ma. C. (2018).** "Referentes mayores y jóvenes escolarizados. Memorias, presencias, Proyecciones en el encuentro intergeneracional". En: Rocha S. y Lladser, Ma. C. (Compiladoras), *Semilla...: adultos mayores: revalorizando el transcurrir de la vida: al encuentro de paradigmas, conceptualizaciones, experiencias, proyecciones en la interdisciplina y la interrelación*. Río Cuarto. Argentina. Imprecom.
- **López Pérez E. y De Pinedo Extremera C. (2018).** "Creación, Arteterapia y empoderamiento. Cruzando el océano: una travesía a bordo de narrativas visuales y literarias". En: Rocha S. y Lladser, Ma. C. (Compiladoras), *Semilla...: adultos mayores: revalorizando el transcurrir de la vida: al encuentro de paradigmas, conceptualizaciones, experiencias, proyecciones en la interdisciplina y la interrelación*. Río Cuarto. Argentina. Imprecom.
- **Morin, E. (2004).** *Introducción al pensamiento complejo*. México, D. F.: Editorial Gedisa.
- **Rocha S. (2018).** "Palabras iniciales". En: Rocha S. y Lladser, Ma. C. (Compiladoras), *Semilla...: adultos mayores: revalorizando el transcurrir de la vida: al encuentro de paradigmas, conceptualizaciones, experiencias, proyecciones en la interdisciplina y la interrelación*. Río Cuarto. Argentina. Imprecom.
- **Rocha S. y al. (2022).** *Cartas de Ida y Vuelta: una experiencia intergeneracional y transcultural de encuentros, esperanza y vida*. Libro digital. Río Cuarto, Argentina. Imprecom ed. ISBN : 978-987-4272-73-6
- **Viladevall Guasch M. Rocha S.** *Viajes de encuentros para tejer saberes y sembrar futuros*. Presentado en XXI Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores. International Conference on Association Movement in Senior University Programs "El futuro de las Asociaciones Sénior en la Universidad", 13-16 septiembre 2023.



Sitiografía

- Boff L. (2016). *Una nueva humanidad para una nueva Tierra*. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=O6VgrISGyZc&t=206s>
- Maturana, H & Dávila, X (2018). *Lenguaje y lenguajear. Comunidad Matriztica*. www.researchgate.net/publication/324256028_Aportes_del_constructivismo_y_la_cultura_matriztica_a_la_terapia_familiar_sistemica
- Rocha S. y otros. (2022). *Cartas de ida y vuelta: una experiencia intergeneracional y transcultural de encuentros, esperanza y vida*. Río Cuarto, Imprecom. Libro Digital. <https://terapiannarrativacoyoacan.com/cartas-de-ida-y-vuelta-una-respuesta-a-los-discursos-hegemonicos-en-tiempos-de-pandemia/#sc-tab86650>
- Zarebski G. (2016). *El Paradigma de la Complejidad en el Curso de la Vida y el Envejecimiento*. Presentado en Congreso Mundial "Por El Pensamiento Complejo. Los desafíos en un mundo globalizado". París, 8 y 9 de diciembre. Recuperado de www.reseau-canope.fr/fileadmin/user_upload/Projets/pensee_complexe/zarebski_paradigma_complejidad.pdf



LAS UNIVERSIDADES DE MAYORES EN PORTUGAL. CARACTERIZACIÓN Y DESARROLLO

Luis Manuel Jacob Jacinto

Rede de Universidades Seniores (RUTIS)

"La educación es el arma más poderosa que puedes usar para cambiar el mundo"

Nelson Mandela, 2003

RESUMEN

Las US portuguesas son equivalentes a las "clases para la tercera edad" en España mientras que los Programas Universitarios para Seniores (PUS) en Portugal son más equivalentes a las "Universidades para mayores" en España. Con el envejecimiento progresivo de la población de los países occidentales, de los cuales Portugal no es la excepción, surgió la necesidad de ir más allá en la educación de adultos y crear un modelo teórico y pedagógico específico para adultos mayores, en el que la cualificación profesional no fuera el aspecto principal.

Al fin de la década de 1990 y principio de 2000, surgieron algunas situaciones particulares en Portugal que darán lugar al surgimiento de un movimiento educativo dirigido a las personas mayores. Es en este contexto, que el número de US en nuestro país aumenta significativamente¹.

ÍNDICE

1. Contexto de investigación.
2. Relevancia del estudio.
3. Procedimientos metodológicos.
4. Demostración de resultados.
5. Conclusiones.

¹ Este trabajo es un resumen de la Tesis Doctoral Internacional de D. Luís Jacob. Salamanca, 2020.



1. Contexto de Investigación

Comencemos por contextualizar el surgimiento de las universidades para mayores en Portugal (*Universidades Seniores ou Universidade de la Tercera Edad -US- en português*, Universidades de Tercera Edad en francés, U3A en inglés e UNATI -Universidad abierta a personas mayores- en Brasil), las razones de su expansión y sus efectos ya entendidos en las personas mayores y cuál es la relevancia del tema en estudio.

Las US portuguesas son equivalentes a las "clases para la tercera edad" en España mientras que los Programas Universitarios para Seniores (PUS) en Portugal son más equivalentes a las "Universidades para Mayores" en España.

De toda la literatura revisada, comenzamos la presentación de este trabajo con una frase de Nelson Mandela "La educación es el arma más poderosa que puedes usar para cambiar el mundo" (2003)². Si queremos trasladar esta frase al universo de personas mayores, podemos decir que las US son probablemente una de las armas más poderosas para mejorar todo el potencial de las personas mayores y aumentar su envejecimiento activo y el aprendizaje permanente.

Portugal tiene tradicionalmente altos niveles de analfabetismo y una baja participación de la población adulta activa en programas de educación o capacitación, 10.3% en 2018 (Consejo Nacional de Educación -CNE-, 2019). La tasa de analfabetismo en Portugal en 1960 fue del 46,5% (4.128.000 personas sin educación, Pordata, 2019), en comparación con Dinamarca y Letonia, esta tasa fue inferior al 4% en el mismo año (UNESCO, 1986).

En Portugal, la formación de adultos nunca ha sido muy valorada y Silvestre indica que "si consideramos que la educación y formación de adultos ha sido marginada, esta franja etaria (ancianos) ha sido super hiper-ultra marginado" (2011, p. 117).

Con el envejecimiento progresivo de la población de los países occidentales, de los cuales Portugal no es la excepción, surgió la necesidad de ir más allá en la educación de adultos y crear un modelo teórico y pedagógico específico para adultos mayores, en el que la cualificación profesional no fuera el aspecto principal.

En ausencia de un modelo específico de capacitación / educación para adultos, Malcolm Knowles (1968) desarrolló un programa teórico para enseñar a esta audiencia, al que llamó andragogía, es decir, la ciencia de la educación de adultos.

² Mencionado en la conferencia "Lighting your way to a better future" en el planetario de la Universidad de Witwatersrand en Johannesburgo, Sudáfrica, el 16 de julio de 2003.



Posteriormente aparecieron los conceptos de geragogía ("geronte" del griego géron (anciano, anciano) y "gogia" (del griego), gerontopedagogía o gerontología educativa, según distintos autores.

Al fin de la década de 1990 y principio de 2000, surgieron algunas situaciones particulares en Portugal que darán lugar al surgimiento de un movimiento educativo dirigido a las personas mayores. Con el rápido envejecimiento demográfico de la población portuguesa; una ola de jubilaciones anticipadas (esencialmente docentes, empleados bancarios y de compañías aseguradoras, como consecuencia de las diversas adquisiciones y reestructuraciones que sufrieron esas organizaciones durante ese período) que llevaron a una gran cantidad de personas mayores (con altas calificaciones, mayor poder económico y autonomía) a la jubilación; y generó mayor atención sobre el tema del envejecimiento por parte de los medios de comunicación y la clase política. Ejemplo de ello fueron las Jornadas Presidenciales dedicadas al envelhecimento activo organizadas por el entonces presidente de la República, Jorge Sampaio, del 21 a 25 de noviembre de 2005.

Es en este contexto se entiende que el número de US en nuestro país aumente significativamente. A pesar de que han existido en Portugal desde 1978, es después de 2000 que adquieren una gran vitalidad y dispersión geográfica, lo que las hace pasar de 20 en 1995 a 307 a diciembre de 2018 (CNE, 2019).

En 2005, se creó oficialmente la Red de Asociaciones de Universidades de la Tercera Edad (RUTIS) para promover, unir y representar a las US. La creación de esta red tiene un propósito aglutinante y de soporte técnico para las universidades existentes, además de proporcionar una serie de actividades para sus alumnos. La función más importante en ese momento fue acompañar a posibles promotores (asociaciones, municipalidades y grupos informales de personas mayores) que querían crear nuevas universidades para personas mayores y brindarles el apoyo técnico y motivador que necesitaban para tal efecto.

Hay dos modelos principales de universidades de mayores en el mundo. El modelo original, el francés, comenzó en la Universidad de Toulouse en 1973 basada en universidades formales, con profesores remunerados y estructura de cursos; y el modelo de inglés basado en grupos informales, con diferentes clases y profesores voluntarios. Las US portuguesas tienen como base el sistema inglés y se basan en organizaciones sin ánimo de lucro, profesores voluntarios y un modelo de educación no formal.

Las universidades para mayores ofrecen regularmente clases, conferencias, eventos e itinerarios culturales, talleres temáticos, reuniones, sesiones de difusión e información, proyecciones, acciones voluntarias y solidarias, espectáculos, juegos florales (concursos literarios), concursos, seminarios, días intergeneracionales y visitas



a museos, teatros, y monumentos a todas las personas mayores interesadas, independientemente de su nivel académico, económico o social.

Lo que impulsa a las personas mayores a unirse a las US es la voluntad de aprender, actualizarse y compartir sus conocimientos, permanecer activos y participativos, la búsqueda de nuevas formas de ocio intelectual, socializar y conocer nuevas personas, luchar contra el aislamiento, crear nuevos proyectos de vida y participar en actividades recreativas y culturales.

Además, ser estudiante e ir a una US le da "estatus" y autoestima, les brinda a las personas un renovado sentido de importancia y propósito, algo que esperar, incluso una fortaleza adicional para luchar contra una enfermedad y un aliento renovado.

En palabras del fundador del movimiento de las US, Pierre Vellas "sacar a los ancianos del aislamiento, brindándoles salud, energía e interés en la vida y cambiando su figura ante la sociedad fueron, desde el principio, los objetivos del programa [Toulouse US]. Es posible compensar todo tipo de dificultades debido a la edad y obtener nuevas posibilidades de vida y bienestar, gracias a una acción apropiada compuesta por la vida social, ejercicios físicos, actividades culturales y medicina preventiva "(Vellas, por Cachioni, 1999, p. 145)".

Como complemento, y no en oposición a las US, surgieron los programas universitarios para seniores de las universidades formales. El primero en crearse fue el Programa de Estudios Universitarios para Mayores de la Facultad de Letras y Humanidades de la Universidad de Porto en 2006/2007. Este movimiento surge de la mayor conciencia de estas entidades académicas sobre este tema, la reducción de alumnos jóvenes y el mercado de personas mayores puede compensar de alguna manera esta situación y porque hay un número creciente de personas mayores que desean un modelo de educación más formal y exigente. Los diferentes PUS que han surgido en Portugal son muy heterogéneos en sus objetivos, metodologías, costes y duración. Si bien el funcionamiento de las US es muy similar en los proyectos universitarios para personas mayores, la norma ha sido la diversificación.

A los fines de este estudio, solo analizaremos las US, sin embargo, de acuerdo con Villar et al (2011, p. 124.) que compararon en España los dos modelos, las Clases para la Tercera Edad (similares a las US portuguesas) y los Programas Universitarios para Mayores (PUM), más similares a los PUS portugueses, han encontrado que los efectos generados en los participantes tanto de PUS y de US son idénticos: "Los beneficios que se mencionaron en la respuesta (mejora cognitiva, refuerzo de la red social y refuerzo del autoconcepto) son similares a las que surgieron en otros estudios que examinan específicamente este tema (por ejemplo, Alfageme, 2007). Además de este tipo de respuesta, los participantes consideraron que los contenidos y los oradores eran los dos mejores aspectos de su programa universitario".



A nivel general, las US sirven para varios propósitos y operan en cinco áreas:

1. **Social:** Proporcionan a sus usuarios una mayor red de contactos sociales; ayudan a las personas mayores a tener una razón para "salir de casa" y reducir su sensación de aislamiento y soledad.
2. **Psicológico:** Aumentan la autoestima de las personas mayores, reducen la sensación de inutilidad que pueden desarrollar y ayudan a prevenir la aparición o el empeoramiento de algunas enfermedades mentales.
3. **Educativo:** Proporcionan nuevos conocimientos a sus alumnos; permitiéndoles compartir el suyo con otros y en otros lugares; aumentan las habilidades personales de las personas mayores; contribuyen a la inclusión digital y mejoran su alfabetización.
4. **Salud:** Mejoran significativamente la salud física y mental de sus usuarios; disminuyen el consumo de medicamentos; promueven la actividad física; mejoran el conocimiento de la salud global y reducen las tasas de depresión y ansiedad.
5. **Cultural:** Aumentan el consumo de bienes y servicios culturales por parte de las personas mayores; promueven y difunden la creación artística; elevan el conocimiento cultural y fomentan el uso de espacios y servicios culturales.

La importancia de las US en Portugal fue legalmente reconocida por el estado portugués a través de la Resolución del Consejo de Ministros (RCM) No. 76/2016.

2. Relevancia del estudio

Este estudio, llevado a cabo entre 2016 y 2020, es particularmente relevante debido a la importancia que otorga al envejecimiento de la población, la aparición del llamado envejecimiento activo, el desarrollo del aprendizaje permanente y la necesidad de aumentar la alfabetización digital en los ancianos.

2.1. Factor demográfico

Portugal tiene 2.244.225 personas de edad avanzada (21.8% de la población total) y 2.147.675 personas entre 50 y 65 años (20.9%), para una población de 10.276.617 habitantes (datos del 14 de junio de 2019, Pordata), que en total es casi la mitad de la población portuguesa (42.7%) mayor de 50 años. Portugal no es una excepción a la realidad del envejecimiento demográfico en los países occidentales. En 2013, fue considerado el noveno país más envejecido del mundo, en un ranking de 201 países (United Nations, 2013, p. 94). Nunca en Portugal ha habido tanta gente mayor de 65 años como hoy. Ya no podemos hablar de una pirámide de edad en Portugal, sino de un rectángulo.



2.2. Factor de envejecimiento activo

Ante el continuo envejecimiento demográfico de la población y el aumento de la esperanza de vida media, urge transformar esta situación, tanto para los adultos mayores como para la comunidad en general; en un momento en el que se valoran los conocimientos adquiridos, se aprovecha el tiempo libre disponible y se sigue siendo un elemento vivo y dinámico en la familia y la comunidad. Esta combinación de factores se llama promoción del envejecimiento activo.

2.3 - Factor de aprendizaje permanente y alfabetización digital

Además del aumento del envejecimiento demográfico y la promoción del envejecimiento activo, se agregan la valoración del aprendizaje permanente y la protección del conocimiento y las tradiciones. Podemos considerar que la educación y la formación son un gran aliado del envejecimiento activo y una vejez más positiva e inclusiva.

En 1986, la UNESCO resaltó "la importancia de promover actividades educativas y culturales para que los jubilados y los ancianos asuman mejor su propio envejecimiento, para garantizar mejores condiciones de existencia y, aún más, para que las sociedades se beneficien de su larga experiencia" (p. 29).

En relación con la población portuguesa de más de 50 años, se presentan tres caminos hoy en Portugal: el entorno no formal (p. Ej., US), el entorno formal (cursos de educación y formación, para mayores de 23 años, etc.) y el mixto (p. ej., PUS).

Es por estas tres razones principales mencionadas que consideramos necesario y actual estudiar mejor el funcionamiento y el desarrollo de las US portuguesas.

3. Procedimientos metodológicos

Este trabajo está estructurado en cuatro capítulos, además de una introducción con el contexto de la investigación, distribuida de la siguiente manera:

- Cuerpo teórico sobre envejecimiento, educación permanente y universidades de alto nivel.
- Procedimientos metodológicos: métodos y materiales.
- Resultados de la investigación
- Conclusiones y consideraciones generales.

Sabíamos que las US están estructuradas en torno a tres pilares esenciales: las entidades promotoras y sus líderes; profesores voluntarios y alumnos de último año, a los que agregamos un cuarto pilar que une a todos los demás: las actividades socioeducativas y culturales que llevan a cabo.



Los diversos estudios científicos nacionales, mientras tanto, indican que asistir a una universidad de mayores incrementa la calidad de vida de sus visitantes, mejora su estado general de salud, disminuye la sensación de depresión y aislamiento, disminuye el consumo de medicamentos y aumenta la inclusión social.

Sin embargo, estos estudios analizaron solo un factor (modelo de organización, motivación, soledad o calidad de vida para los alumnos) o fueron limitados, ya sea en la muestra o en la ubicación geográfica de la investigación. No hubo análisis de una dimensión global de los tres pilares y a nivel nacional de este fenómeno. Ese sería nuestro problema. Queda por caracterizar a las US y sus partes interesadas a la escala nacional.

Para determinar todos los objetivos propuestos aquí, fue necesario construir herramientas para completar este estudio. Elegimos crear cuatro encuestas. De estas (Q2) se dividió en dos, Q2p en portugués y Q2b en portugués de Brasil; Dos (Q2p y Q3) fueron sometidas a análisis estadístico por el Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales (SPSS), versión 25; La encuesta Q4 se analizó utilizando el *software webQDA* y las Q2b y Q1 se sometieron a un simple trabajo estadístico en Excel. En Q2 usamos la Escala de Depresión Geriátrica de 15 ítems (Q15), validado para portugués, y en Q3 usamos la Escala de Motivación para el Voluntariado (VMS), validado para portugués.

- Q1- US (quiénes son y cómo funcionan). Respondieron 125 US
- Q2- Alumnos mayores con una escala Q15 (caracterización y motivaciones). Respondieron 1.016 portugueses y 90 brasileños.
- Q3- Profesores en las US con escala VMS (caracterización y motivaciones). Respondieron 575 profesores.
- Q4- Pedagogía para personas mayores. Respondieron 18 Expertos (18), 105 profesores en las US y 145 alumnos.

Hemos prestado especial atención al análisis de las 57 tesis nacionales de maestría y doctorado que encontramos en las US, y que ya constituyen una colección muy interesante. También hemos leído 42 artículos diferentes publicados desde el 2002 hasta diciembre de 2019. En RCAAP³ es posible encontrar 171 referencias a "Senior University", desde 2010, y 25 resultados a "Senior Academy" desde 2011.

³El portal RCAAP (Repositórios Científicos de Acesso Aberto de Portugal) tiene como objetivo recopilar, agregar e indexar contenido científico en acceso abierto (o acceso abierto) existente en los repositorios institucionales de entidades nacionales de educación superior y otras organizaciones de I + D.

Acceso: www.rcaap.pt



4. Demostración de resultados

Sin embargo, al analizar los datos disponibles, encontramos que no pudimos responder a uno de los objetivos del trabajo, que era saber cuántas US existen exactamente en Portugal y cuántos alumnos y profesores están involucrados en este movimiento. Nuestra base inicial fue la base de datos de US, creada por RUTIS y publicada en el sitio web de CASES⁴, dos veces al año. Nos dimos cuenta de que esta base de datos tenía algunos errores, excluía a las US que no están registrados en la red y contenía US no ubicadas en Portugal que no deberían considerarse.

Decidimos buscar valores más exactos de dos maneras:

- En base a esa base de datos, contactamos a todas las US en esa lista. Fue un trabajo muy arduo y lento, porque muchas entidades no respondieron a nuestras solicitudes de información hechas por carta, teléfono o correo electrónico. Finalmente, pudimos obtener información de todas las US presentes en la base de datos RUTIS.
- La segunda parte fue más complicada porque no había una lista a seguir. Por lo tanto, el primer paso fue elaborar una lista provisional de unidades organizativas no registradas de otras bases de datos, noticias en los medios y una amplia búsqueda en línea principalmente en los sitios web de los municipios. Identificamos 69 US, de las cuales 31 respondieron a nuestro reto y validamos su funcionamiento. Todavía encontramos tres que están en proceso de creación por iniciativa de los municipios⁵.

Recibimos una indicación de 5.697 alumnos de 31 US, lo que da un promedio de 184 alumnos por US. Aplicamos esta medida a las 38 US restantes y obtuvimos el resultado de 6.992 alumnos. Sumando los alumnos de las US de la red y éstos, tenemos un total de 61.974 alumnos mayores en Portugal. Estamos frente una muestra feminizada (71.9% de los encuestados son mujeres) con una edad promedio de 68.1 años (desviación estándar de 6.7 años). La mayoría de los encuestados están casados (63.9%) y el 21.1% son viudos. También se sabe que más de la mitad de la muestra (58.4%) ha estado inscrita en la Universidad/Academia Sénior por menos de 4 años.

La gran mayoría de los encuestados están jubilados (88%). La muestra se caracteriza por escolaridad e ingresos intermedios, aunque debe tenerse en cuenta que el 18.9% de los encuestados gana más de 1.501 euros mensuales.

⁴ CASES (Cooperativa António Sérgio para a Economia Social). Registo de Universidades y Academias Sénior asociadas, en <https://www.cases.pt/rutis-universidades-academias-seniores/>

⁵ En la lista, el total de US era de 368, de las cuales 296 estaban registradas; 96 no registradas y 3 por crear.



El nivel de satisfacción con la Universidad/Academia Sénior es muy alto. Sólo el 2.1% de los encuestados dijeron que no estaban muy satisfechos, lo que demuestra la importancia de las US en la vida de las personas y el éxito de la iniciativa.

Fue en el grupo de edad de "75 años o más" donde hubo una mejora significativamente mayor en el estado de salud. El mismo hallazgo se aplica a las mujeres encuestadas, viudas, amas de casa y grupos con menos educación. Estos datos son relevantes para dar realce a la función social de las US, ya que indican que sus efectos son mayores en los que más lo necesitan.

Recibimos la información de 676 profesores de 31 US, lo que da un promedio de 22 profesores por US. Aplicamos esta medida a las 38 US restantes y obtuvimos el resultado de 828 profesores. De estas 31 US, el 58% trabaja solo con profesores voluntarios, el 19% trabaja con profesores remunerados y el 23% con voluntarios y remunerados. Agregando alumnos de la red de las US y alumnos no registrados, tenemos un total de 7.544 profesores en los US.

A nivel mundial, si comparamos los datos de los principales países que desarrollan las US, podemos ver que Portugal tiene una excelente relación US/Población y Alumnos mayores/Población. Aun excluyendo a China, debido a su tamaño y al hecho de que las US son todas gubernamentales, Portugal es el país del mundo con la mejor relación US/Habitante, (proporción 0.345) y US/Personas mayores (proporción 1.68).

Durante nuestra estadía de tres meses en Brasil, aplicamos Q2b a alumnos de UNATI en PUC/Goias (*Pontificia Universidade Católica de Goiás*), con el objetivo principal de averiguar si había diferencias sustanciales entre los dos grupos de alumnos, los portugueses y los brasileños. Cabe señalar que las diferencias entre las muestras (la de Brasil en un solo y Portugal en todo el país y una con 90 encuestados y la otra con 1.016) no nos permitieron llegar a respuestas concluyentes.

Las diferencias que podemos ver entre los alumnos portugueses y brasileños es que hay un poco más de mujeres (85.6% a 71.9%) en UNATI/PUC; el estado civil está más diversificado entre los alumnos brasileños y los alumnos portugueses asisten a un mayor número de clases, por ejemplo: el 21.7% de los portugueses asiste a 5 o más clases para el 0% de los alumnos brasileños.

Con respecto a la aplicación de la escala de depresión en Brasil, los resultados son idénticos a los portugueses, y los ancianos en las US reflejan mejores valores que la población de ancianos en general (15% a 45% dependiente de la fuente),

Del análisis de las respuestas de los tres grupos (técnicos, profesores y alumnos) sobre la mejor manera de enseñar en la US, surge que lo que consideran más importante para impartir clases a personas de la tercera edad es muy similar.



Claramente hay dos factores relevantes, tener conocimiento (conocimiento técnico) y la relación (saber cómo ser/ser), y de estos dos la relación, el afecto es el factor más determinante para ser un buen profesor en los US. Y dentro del afecto, paciencia y empatía fueron las palabras más mencionadas. La paciencia juega un papel importante porque estamos trabajando con un grupo de edad que es muy diverso en sus propias edades y, sobre todo, en sus niveles de conocimiento, así como que ya tiene algunas dificultades/limitaciones en su capacidad de aprender.

Otras dos ideas que podemos retener de esta encuesta son que los alumnos no quieren ser tratados como niños, son adultos con una gran experiencia de vida y los profesores deben saber cómo usar esto en clase, y en el mismo sentido, las US son lugares de intercambio y los docentes deben evitar "verse a sí mismos" como el único poseedor del conocimiento.

5. Conclusiones

El presente trabajo inicialmente tenía tres objetivos principales:

- Conocer el movimiento de las US de forma estructurada.
- Caracterizar a los alumnos mayores en Portugal.
- Saber cómo las US influye en la vida de los alumnos.

Anteriormente formulamos nuestras preguntas, y luego de haber completado los estudios que se llevaron a cabo, estamos en condiciones de confirmar nuestras suposiciones.

Pregunta 1: ¿Las US fueron creadas por la sociedad civil?

Sí. La mayoría (67%) de las US son creadas por el movimiento asociativo (asociaciones, cooperativas, clubes y fundaciones) y las primeras 10 US fueron creadas exclusivamente por asociaciones y la mayoría de ellas fueron creadas recientemente. En 2002, el número de US autónomas, que no formaban parte de otra organización, representaba el 30% de todas las US, una cifra que cae al 5% en 2019. En los últimos años, la importancia de las US públicas ha aumentado, siendo estas las principales unidades de la creación de nuevas unidades organizativas. Entre 2016 y 2019, el 45% de las nuevas US son públicas.

Pregunta 2: ¿Las US para mayores son diferentes de las creadas por asociaciones?

Sin confirmación. En los ítems principales (promedio de alumnos y profesores, cuotas mensuales, número de profesionales y centros) los indicadores son similares,



las diferencias aparecen en la dirección superior, en los principales problemas encontrados y en las instalaciones utilizadas. En general, las US públicas y las US asociativas son muy similares en términos de su funcionamiento, oferta de capacitación y los servicios que ofrecen a los alumnos.

Pregunta 3: ¿Las US trabajan esencialmente con profesores voluntarios?

¿Y son de su agrado?

Sí. Todas las bases de datos consultadas y nuestras encuestas (Q3 y Q4) indican que entre el 85% y el 95% de los docentes son voluntarios. Los resultados de nuestra encuesta Q3 y Q4 indican que los profesores se sienten muy bien enseñando clases en las US, con menos del 2% sintiéndose insatisfecho y con el 50.5% colaborando durante más de 3 años con US, que también es un señal de satisfacción.

Pregunta 4: ¿Cuáles son las motivaciones de los alumnos?

Las principales motivaciones de los alumnos están en el dominio del conocimiento (aumentar el conocimiento, aprender, viajar y compartir experiencias) y en el dominio del ser (socializar, conocer gente y reducir el aislamiento).

Pregunta 5: ¿Influyen las US en la percepción del estado de salud del estudiante?

Sí. 62.3% de los alumnos en Portugal y Brasil dicen que se sienten mejor, desde el punto de vista de la salud, después de asistir a las US. El hecho de que las US ofrezcan clases de deportes y habilidades motoras (son las asignaturas con más alumnos en 2019) y la salud también contribuye a esta percepción. "Todos los alumnos de la US se refieren a la contribución de la US a su bienestar, así como al mantenimiento del mismo". Machado y Medina (2013b) en sus estudios se refieren a que la permanencia de los adultos mayores en estas instituciones educativas también contribuye a su bienestar físico, psicológico, emocional y cognitivo-mental, así como a su realización personal. Sin olvidar que estas instituciones promueven la sociabilidad, el bienestar y la realización personal de quienes los atienden, así como una percepción optimizada de sí mismos, su rol social y el envejecimiento" (Almeida, Mendes e Castro, 2017, p. 120).

Pregunta 6: ¿Las US influyen en la percepción de depresión del estudiante?

Sí. Los datos de Q2p y Q2b en la aplicación de la escala de depresión del PIB-15 en alumnos revelan una tasa de depresión más baja, que puede llegar hasta 7 veces menos, a otros estudios sobre este tema en ancianos. En general, los proyectos similares a las de US (que llevan a cabo actividades socioeducativas, deportivas, culturales, sociales, recreativas y sociales) tienen resultados similares, Bastos et (2019, p. 3).



Pregunta 7: ¿Las US influyen en el sentimiento de soledad y aislamiento de los alumnos?

Sí. Los datos del segundo trimestre revelan que los alumnos se sienten menos solos, lo que reduce la sensación de soledad y aislamiento. Para Xizhe, decano de la Universidad de Fudan, en Shanghai (China), "las universidades para ancianos ayudan a aliviar su soledad" (Yiwen, 2017).

Pregunta 8: ¿Las US tienen influencia en la red de amigos y conocidos?

Sí. Los datos del segundo trimestre revelan que los alumnos han aumentado su red social y tienen más amigos y conocidos que antes. La participación activa de los ancianos en las US incrementa la creación de redes comunitarias auténticas que tienen un efecto comprobado en el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida.

Pregunta 9: ¿Las US son accesibles para todos y son intergeneracionales?

Sí. US está presente en 251 de los 308 municipios del país, lo que los hace presentes en casi todo el territorio nacional y, por lo tanto, los hace teóricamente accesibles para la población de edad avanzada. Monetariamente, la tarifa mensual promedio es de 10,5 euros, una cantidad accesible para la mayoría de las personas mayores.

Encontramos intergeneracionalidad entre los alumnos, la edad mínima es de 50 años y tenemos un 10% de alumnos mayores de 80 años, lo que significa que tenemos entre 3 y 4 generaciones juntas, encontrándose inclusive padres e hijos que asisten a la misma US. También tenemos profesores de 12 a 80 años, lo que los hace verdaderamente intergeneracionales.

Pregunta 10: ¿Las US mejoran el acceso de los alumnos a los medios digitales?

Sí. Los resultados indican claramente que los alumnos tienen más conocimiento después de asistir a los US que antes, y debe notarse la disminución en los alumnos que revelaron que no tenían conocimiento del 22.7% al 5.2%. Muchos alumnos tienen su primer contacto con computadoras en las US y esta es una asignatura que estuvo presente en estas organizaciones desde su origen. Para Coelho (2017, p. 17), "las universidades para adultos mayores juegan un papel importante en la formación de habilidades digitales de los adultos mayores en Portugal".

Pregunta 11: ¿Existe una pedagogía específica para las US?

Sin confirmar: la mayoría de los autores referidos y los técnicos consultados revelan que enseñar a los ancianos tiene su especificidad y requiere algunas adaptaciones, sin embargo, no consideran que existan diferencias importantes en la forma de enseñar.



El aspecto considerado más importante para el éxito de las clases con personas mayores fue el afecto y la relación estudiante/profesor, pero esto es válido para enseñar a cualquier edad. Por lo tanto, no se puede afirmar categóricamente que existe una pedagogía específica para las US.

Pregunta 12: ¿Las US portuguesas tienen su propio modelo?

Sin confirmar: No encontramos ninguna característica en el modelo portugués que lo distinga de su modelo original, el inglés. En general, los atributos de este modelo están presentes en las US portuguesas: el sistema no formal, el voluntariado de los docentes y el estar fuera del sistema educativo oficial y formal.

Las particularidades de las US portuguesas:

- Ser creadas por asociaciones públicas y asociativas formalmente constituidas y no por grupos informales de autoayuda.
- Distribución geográfica en todo el país.
- La muy alta tasa de voluntariado de los docentes, o la existencia de regulación gubernamental.
- La organización de la red nacional

Cabe señalar que de acuerdo con la información que obtenemos de organizaciones similares de RUTIS y otros expertos mundiales, Portugal es el único país que tiene una legislación específica para las US, lo que nos hace un ejemplo. "El reconocimiento explícito de las organizaciones U3A en la política y legislación del gobierno portugués es ciertamente muy interesante". Eugen Landeide⁶ (Noruega U3A), 2020. Estos argumentos no son, en nuestra opinión, suficientes para indicar que existe un modelo portugués de US.

En general, las 368 US identificadas son, en su gran mayoría, creadas por la sociedad civil, operan en sus propias instalaciones o son financiadas por ayuntamientos, tienen un promedio de 168 alumnos y 20 profesores y un empleado pago, cobran una tarifa mensual de un promedio de 11 euros y están presentes en casi la totalidad del territorio.

Pudimos caracterizar a los alumnos que asisten a las US, para conocer sus motivaciones, caminos y características. Hay más de 61,974 personas mayores, la mayoría de las cuales son mujeres, que visitan las US semanalmente, con un alto grado de lealtad y satisfacción. Personas, algunas con escolaridad mínima, que regresan a

⁶Landeide E. (U3A de Noruega, 2020), información enviada por correo electrónico el 11/07/2020.



la escuela docenas de años después. Una escuela distinta de la que visitaron cuando niños, más inclusiva, más divertida, más abierta, más moderna y aún más adaptada a sus deseos como una persona adulta.

Es aquí donde las personas mayores realizarán sus sueños de la niñez, en el escenario con el grupo de teatro, cantando o detrás de caballetes pintando el mundo. Descubrirán el mundo de Internet y las herramientas digitales, algunos volverán a tener citas y otros encontrarán sentido en la vida al jubilarse. Analizamos el impacto que todo esto tiene en la salud física, mental y social de los alumnos mayores. Comprender que US es una gran "medicina" que se toma regularmente contribuye a la felicidad y al bienestar de las personas mayores. También nos dimos cuenta de que es más importante para las personas mayores que están más aisladas, menos alfabetizadas y con menores ingresos.

Las US son buenas para la autoestima, cuerpo y alma, promueven el conocimiento y aumentan la red de amigos y conocidos. Disminuye el consumo de medicamentos y previene la depresión.

De los 7.544 profesores, sabemos que en su mayoría tienen un grado universitario, de todas las edades, la gran mayoría son voluntarios, pasan 2 horas a la semana en las US y se sienten muy felices de ser profesores voluntarios.

Del proceso pedagógico hemos retenido tres puntos importantes:

- **Afecto**, es esencial tener un vínculo emocional entre lo que enseñas y lo que aprendes. Es por eso que lo que aprendimos de nuestros padres, abuelos o hermanos es tan importante y vinculante. Porque el afecto está presente. Esta percepción es muy importante porque funciona en ambas direcciones. Si lo que enseñas logra crear una relación con el alumno es excelente, pero si lo que enseñas no crea una relación o provoca incomodidad con el alumno, no solo está condicionando el aprendizaje actual, sino que también obstaculiza el proceso de enseñanza futuro. ¿Cuántos de nosotros no nos gusta una disciplina debido a la relación creada con el profesor?
- **La garantía de que todos tienen conocimiento y no solo el profesor.** Una vez más, en palabras de Freire (2007, p. 22) "Nadie ignora todo. Nadie lo sabe todo. Todos sabemos algo. Todos ignoramos algo. Por eso siempre aprendemos". La importancia de democratizar la educación, olvidando el modelo de que solo el profesor tiene sabiduría, pero aprovechando el conocimiento de todos, para que juntos puedan aprender más y mejor.
- **La importancia de aprovechar la curiosidad y el deseo natural de aprender que todos tienen.** También implica aumentar la consideración del potencial



de aprendizaje cognitivo de todas las personas de cualquier edad. Tenga en cuenta que, independientemente de la edad o la capacidad intelectual, todos podemos aprender ◀◀

"Recuerda que la gente puede quitarte todo, excepto tu conocimiento".

Frase atribuida a Albert Einstein

6. Bibliografía

- **Alfageme, A. (2007).** *The clients and functions of Spanish university programmes for older people: A sociological analysis.* Ageing and Society, nº 27, pp. 343–361.
- **Almeida, A, Mendes, L. e Castro, L. (2017).** *Educação na terceira idade: contribuição das utis na qualidade de vida dos seus frequentadores,* INTERNET LATENT CORPUS JOURNAL
- **Bastos et all (2020).** *Participação em programas de intervenção comunitária e qualidade de vida: resultados de um estudo multicêntrico em Portugal,* Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, volume 23, nº 6, <https://doi.org/10.1590/1981-22562020023.190017>
- **Cachioni, M. (1999).** *Universidades da Terceira Idade: Das origens à experiência brasileira,* in Neri, A e Debert, G., pp. 141-178, Velhice e sociedade, Coleção Vivacidade, Editora Papirus.
- **CNE (2019).** *Relatório do Estado da Educação 2018,* Conselho Nacional de Educação, pp. 73-74. Lisboa
- **Coelho, A. (2017).** *Os seniores na sociedade em rede: dinâmicas de promoção da inclusão e da literacia digitais em Portugal* -CIES e-Working Papers (ISSN 1647-0893) Educação, 14, 05-65. Lisboa (Portugal): MEC/DGEA.
- **Freire, P. (2007).** *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa.* 36 edição São Paulo: Paz e Terra,
- **Machado e Medina, (2013).** *As Universidades Seniores: Motivações e repercussões de percursos em contextos de aprendizagem.* Retrieved from <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/69646/2/87394.pdf>



- **RCM No. 76/2016, (2016).** *Resolution of the Council of Ministers 76/2016 in Diário da República* n.º 229/2016, Serie I de 2016-11-29
- **Silvestre, C. (2011).** *Educação e formação de adultos e idosos: Uma nova oportunidade.* Horizontes Pedagógicos. Editora Piaget.
- **Unesco (1986).** "Quarta Conferência Internacional de Educação de Adultos". In: Pensar, UNESCO-Odile Jacob (1996), *Educação: um tesouro a descobrir*, São Paulo: Cortez.
- **United Nations (2013).** *World Population Ageing 2013.* Department of Economic and Social Affairs Population Division.
- **Villar et al (2011).** *How students evaluate university programmes for older people: A comparison between two models in Spain*, Journal of Aging Studies 25, pp. 118–125.
- **Yiwen (2017).** *Universities Offer Lifelong Learning to China's Elderly* in <http://www.sixthtone.com/news/1840/universities-offering-lifelong-learning-china%20s-elderly>



EDUCACIÓN, INNOVACIÓN Y TECNOLOGÍA SOCIAL: EL CAMINO DEL PROGRAMA UNISER

Margô Gomes de Oliveira Karnikowski

Fundadora de la Universidad del Envejecimiento (UniSER)

Fundadora del Centro Integrado de Enseñanza e Investigación (UniSER)

Universidad de Brasilia (Brasil)

"UniSER ha llenado vidas de color y ha sembrado flores"

RESUMEN

La Universidad del Envejecimiento (UniSER) nació en la Universidad de Brasilia (UNB), Brasil, en 2015 con el objetivo de promocionar la la calidad de vida y los cambios de paradigmas de la población mayor, bajo el concepto de envejecimiento activo. UniSER cuenta coon 160 colaboradores, más de 1.000 egresados y unos 20 grupos de formmación a personas mayores.

Nuestra filosofía se basa en que las personas mayores no quieren privilegios, sino ejercer sus derechos, y para ello se potencian sinergias, investigación y ciencia para la longevidad. En esta línea, contamos con proyectos de extensión y alianzas con escuelas y comunidades locales que permiten que los mayores compartan sus historias de vida y conocimientos, contribuyendo a la construcción de una sociedad más cohesionada y respetuosa.

ÍNDICE

1. Presentación.
2. El Programa UniSER: Quiénes somos.
3. Innovación en Métodos Educativos.
4. Tecnologías en la Madurez: Un Capítulo Aparte.
5. Consideraciones finales.



1. Presentación

El término “camino” utilizado en el título se entenderá aquí como una ruta o un recorrido. Se refiere, en un sentido figurado, a un conjunto de experiencias o aprendizajes que permiten a cada uno vivir vivencias únicas, experimentadas a lo largo de la trayectoria del Programa Educativo UniSER, de la Universidad de Brasília, Brasil.

Así que, estimado lector, le hago una invitación a recorrer una historia llena de significados y descubrimientos, donde cada paso es una nueva oportunidad de crear, sentir y reflexionar. Es un viaje personal y universal a la vez, que resuena con la voz única de quien lo transita.

En este capítulo se presentará el Programa UniSER y su actuación, así como se abordará la intersección entre la educación, la innovación y la tecnología social, y cuán relevantes son estos temas cuando se trata de la población de 60 años o más. Este grupo etario, a menudo subestimado en términos de su potencial y contribución, posee una riqueza de experiencias y conocimientos que, cuando se combinan con nuevas propuestas educativas e innovaciones tecnológicas, pueden resultar en un desarrollo humano y social significativo.

Cuando hablamos de “recorrer”, es posible imaginar un viaje en busca de inspiración, transformación o autoexpresión a través de la educación. Esta senda puede involucrar la exploración interior, llevándonos a una profunda reflexión sobre sentimientos, emociones y vivencias. Es un camino de autodescubrimiento. Puede impulsarnos a conectarnos con el mundo, con el entorno que nos rodea, capturando la belleza, el dolor y las sutilezas de la experiencia humana.

También representa la creatividad latente en nosotros que se libera con suavidad o persuasión al compartir nuestra voz, nuestro arte y nuestra manera peculiar de ver y vivir el mundo. Crear y recrear lazos y conexiones que enriquecen la existencia.

Así, al caminar por el trayecto de UniSER, un programa educativo para mayores de la Universidad de Brasília-UnB, esperamos superar desafíos y celebrar logros.

La educación continua es fundamental para el desarrollo personal y social de todas las personas a lo largo de sus vidas. Los programas educativos dirigidos a personas de 60 años o más no solo promueven el aprendizaje de nuevas habilidades, sino que también estimulan la autonomía y la autoestima. La educación para los mayores debe ser inclusiva, respetando sus experiencias y adaptándose a sus necesidades. Esto implica enfoques que integren diferentes métodos de enseñanza y que posibiliten la inclusión de nuevas tecnologías.



2. El Programa UniSER: Quiénes somos

La población mundial está envejeciendo rápidamente. Según el informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS), el número de personas de 60 años o más se duplicará, pasando de 1.000 millones en 2020 a 2.000 millones para 2050. En Brasil, la población está envejeciendo de manera acelerada, y en 2023 ya tenía 21 millones de personas mayores, lo que representaba aproximadamente el 10% de la población total, según el Instituto Brasileño de Geografía y Estadística (IBGE).

Esta realidad demográfica tiene implicaciones significativas para las políticas sociales, de salud y de desarrollo económico, así como para otros sectores de la sociedad. Por lo tanto, es crucial que los gobiernos, las instituciones y la sociedad civil adopten medidas para garantizar una vejez digna y activa.

La Universidad del Envejecimiento (UniSER), vinculada a la Universidad de Brasilia, se destaca como una iniciativa importante en el contexto del envejecimiento de la población. Creada en 2015 con el objetivo de promover la educación continua y la inclusión social de las personas mayores, actúa como un espacio de aprendizaje e intercambio de experiencias, abordando cuestiones cruciales relacionadas con el envejecimiento.

Uno de los principales enfoques de UniSER es fomentar acciones educativas e integradoras que permitan la ampliación de capacidades y habilidades en la vida adulta y de las personas mayores de la comunidad, con el objetivo de adoptar comportamientos que promuevan la ciudadanía, el empoderamiento y el desarrollo humano y social, además de contribuir a la transformación de las personas involucradas.

A través de un enfoque interdisciplinario, el Programa UniSER ofrece a los participantes la oportunidad de profundizar en temas como la salud, la tecnología, los derechos humanos, las políticas públicas y la ciudadanía. Estos enfoques son fundamentales para ayudar a las personas mayores a mantenerse informadas y activas, combatiendo el estigma asociado con la edad. El Programa UniSER también se destaca por promover la inclusión social. Por medio de actividades que estimulan la interacción entre diferentes generaciones, la universidad crea un entorno propicio para el intercambio de conocimientos y experiencias.

Se destaca en UniSER el curso "Educador Político y Social en Gerontología", con 830 horas de duración en tres semestres. Además, proyectos de extensión y alianzas con escuelas y comunidades locales permiten que los mayores compartan sus historias de vida y conocimientos, contribuyendo a la construcción de una sociedad más cohesionada y respetuosa.



El programa incluye 12 proyectos de extensión, entre ellos: Educa UniSER, Proyecto Joven Doctor, Economía Plateada, Tecnogeronto, Proyecto Vuela, Internacionaliza, Deporte Educacional Tiempo de Cosecha, Núcleo Integrado de Promoción y Protección de los Derechos de las Personas Mayores, Remedios: Qué hacer y cómo hacer, Habla Conmigo y Proyecto Acción.

La salud integral es uno de los pilares de la actuación de UniSER. El programa ofrece proyectos que incentivan hábitos saludables, como el Proyecto Joven Doctor, donde estudiantes de educación primaria desarrollan actividades de salud en el entorno escolar bajo la orientación de profesores y con la participación de personas mayores. También se fomenta la práctica de ejercicios físicos (Proyecto Deporte Educacional), una alimentación equilibrada (proyecto Tiempo de Cosecha) y el cuidado mental (Proyecto Acción).

La promoción de eventos, como conferencias, talleres (Proyecto Tecnogeronto) y seminarios, contribuye a concienciar a los participantes sobre la importancia del autocuidado, el uso de tecnologías digitales, el aprendizaje de metodologías activas de enseñanza (Proyecto Educa UniSER) y el envejecimiento activo.

Además, es fundamental promover el diálogo intergeneracional, donde diferentes generaciones puedan compartir conocimientos y experiencias, enriqueciendo a la sociedad en su conjunto, como ocurre en el Proyecto Hable Conmigo, donde jóvenes universitarios son preparados para conversar por teléfono con personas mayores.

Las investigaciones también forman parte del Programa, que se dedica a la investigación sobre el envejecimiento. Los estudios realizados por profesores, estudiantes de pregrado y posgrado, así como estudiantes mayores de UniSER, buscan comprender mejor las necesidades y los desafíos que enfrenta la población mayor. Estas investigaciones no solo amplían el conocimiento académico sobre el tema, sino que también proporcionan bases para la formulación de políticas públicas que respondan a las demandas de las personas mayores, promoviendo su calidad de vida.

Las iniciativas de investigación han dado lugar a la creación del **Centro Integrado de Enseñanza e Investigación UniSER (CIU)**, que alberga varios grupos de estudio de diferentes áreas, todos ellos trabajando en el tema del envejecimiento.

Así, podemos decir que la Universidad del Envejecimiento de la Universidad de Brasilia representa un modelo innovador de cómo la educación y la inclusión pueden impactar positivamente la vida de la población mayor.

Al promover el aprendizaje, la interacción y la investigación, UniSER no solo enfrenta los desafíos del envejecimiento, sino que también celebra las oportunidades que ofrece esta etapa de la vida.



3. Innovación en Métodos Educativos

En UniSER, la innovación se basa principalmente en el uso de métodos educativos. Existen muchos métodos educativos, pero es imprescindible considerarlos de acuerdo con la etapa de desarrollo en la que nos encontramos y las especificidades individuales del grupo etario en cuestión. Por lo tanto, es pertinente destacar la importancia de "aprender a aprender" para la educación a lo largo de la vida, lo que se refiere a la habilidad de adquirir, procesar y aplicar nuevos conocimientos de manera eficaz y autónoma. Esta habilidad es crucial, especialmente en un mundo en constante cambio, donde siempre surgen nuevas informaciones y tecnologías.

Entonces, surge la pregunta: ¿qué significa realmente "aprender a aprender" en la vejez? Significa utilizar la autonomía en el aprendizaje para desarrollar la capacidad de buscar y gestionar el propio proceso educativo, eligiendo los recursos y métodos más adecuados. También implica adaptarse a nuevas situaciones, desafíos y entornos en un escenario global extremadamente dinámico. Se trata de mejorar el pensamiento crítico y reflexivo sobre el propio aprendizaje, evaluando lo que funcionó, lo que no funcionó y por qué, promoviendo una mentalidad de mejora continua.

Mantener la motivación y el compromiso es fundamental. Cuando aprendemos a aprender, tendemos a sentirnos más motivados y comprometidos con nuestro proceso educativo, ya que percibimos la educación como un acto activo y personal, en lugar de una obligación. Aprender a aprender también incluye el intercambio de experiencias y conocimientos en grupos, lo que puede enriquecer el aprendizaje y promover un entorno social que estimule la creatividad y la innovación.

En última instancia, la esencia de la educación radica en descubrir nuestras propias potencialidades y talentos no revelados, o en perfeccionar aquellos que ya conocemos. Pasando de la teoría a la práctica, o viceversa, es esencial promover entornos educativos que fomenten la curiosidad y la exploración, permitiendo a las personas continuar desarrollándose a lo largo de sus vidas. Cursos, talleres y herramientas digitales que faciliten el aprendizaje autónomo son recursos válidos. Las plataformas en línea y las estrategias interactivas ofrecen a los estudiantes la oportunidad de explorar contenidos de manera flexible y personalizada.

Además, aprender a aprender debe ser accesible para todos, independientemente de la edad, formación o contexto social. Las estructuras educativas que reconozcan y valoren los diferentes estilos de aprendizaje son esenciales para garantizar que todos puedan beneficiarse de este concepto. Por lo tanto, los métodos de enseñanza y aprendizaje en la madurez se insertan en el contexto de la gerontagogía, que se comprende como un campo de estudio y práctica dedicado al proceso educativo



de las personas mayores. Este campo explora métodos y enfoques pedagógicos adecuados para la población mayor, teniendo en cuenta sus necesidades, capacidades cognitivas y experiencias de vida. A diferencia de la pedagogía, que se centra más en la educación de niños y jóvenes, la gerontagogía reconoce que el aprendizaje en la vejez puede requerir ajustes debido a las características biológicas, psicológicas y sociales del envejecimiento.

La gerontagogía utiliza prácticas enfocadas en el aprendizaje continuo, la valorización de la experiencia y el desarrollo de la autonomía, con un enfoque en el bienestar y la inclusión social. Promueve el respeto por el ritmo individual de aprendizaje de las personas mayores, que puede ser más lento debido a los cambios cognitivos naturales, como la disminución de la memoria a corto plazo y la capacidad de procesar información rápidamente. El educador debe adaptar el contenido y el tiempo de las clases para respetar estas limitaciones, proporcionando tiempo extra para la asimilación.

Si bien las limitaciones biológicas pueden ser una realidad en la vejez, también existe un amplio repertorio de experiencias de vida y conocimientos tácitos que requieren que los educadores fomenten el intercambio de historias y la reflexión sobre vivencias personales, haciendo el aprendizaje más significativo y conectado a la realidad de los aprendices.

La autonomía y el protagonismo son esenciales en el proceso de enseñanza y aprendizaje dentro del ámbito de la gerontagogía, fortaleciendo la autoestima de las personas mayores y permitiéndoles asumir un papel activo en su proceso educativo. El énfasis está en fomentar la autosuficiencia y la toma de decisiones, lo que contribuye a la mejora de la calidad de vida. También se trata de aprovechar este momento único de la vida para revelar las habilidades adquiridas y la reflexión personal, aspectos que deben ser valorados por la sociedad.

De esta manera, la flexibilidad curricular, muchas veces adaptada a los intereses personales y necesidades específicas de las personas mayores, debe ser considerada. El contenido puede abarcar áreas como alfabetización digital, salud, ciudadanía, sostenibilidad, nutrición, cultura, historia y actividades artísticas, con un enfoque en el ocio, la mejora de la calidad de vida y el bienestar.

La educación digital para las personas mayores es un área importante, donde se enseña el uso de nuevas tecnologías como teléfonos inteligentes, computadoras y redes sociales. Además, el entorno de aprendizaje debe ser acogedor, promoviendo una atmósfera que reduzca la ansiedad y el miedo al fracaso. Se incentivan las actividades grupales, creando un espacio para la socialización y el intercambio de experiencias, lo que contribuye al fortalecimiento de los lazos sociales y al combate del aislamiento.



Los proyectos de educación intergeneracional, que unen a jóvenes y personas mayores, son comunes en la gerontagogía. Este intercambio de conocimientos entre generaciones es beneficioso tanto para los jóvenes, que aprenden de la experiencia de los mayores, como para las personas mayores, que se mantienen conectadas con los cambios de la sociedad moderna.

En resumen, el enfoque en las experiencias, el ritmo y la metodología, junto con los objetivos educativos, parecen ser los elementos clave de la gerontagogía. Este campo busca desarrollar prácticas pedagógicas que promuevan la inclusión, el desarrollo personal y la lucha contra el aislamiento, buscando un proceso educativo que vaya más allá del conocimiento formal y que contribuya a la dignidad y al bienestar de las personas mayores.

4. Tecnologías en la Madurez: Un Capítulo Aparte

La tecnología desempeña un papel crucial en la promoción de la inclusión digital y en el fortalecimiento de las redes sociales entre los mayores. Propuestas pedagógicas que utilizan tecnologías accesibles pueden facilitar la comunicación, el intercambio de experiencias y la creación de lazos comunitarios. Sin embargo, al no ser una población nativa digital, las personas mayores pueden fácilmente convertirse en víctimas de ciberdelitos. Este hecho refuerza la importancia de apoyar iniciativas educativas que preparen a los mayores para utilizar estas herramientas digitales de manera segura.

Es sabido que la tecnología tiene el potencial de transformar la educación para las personas mayores de 60 años. Cursos en línea, tutoriales en video y aplicaciones de aprendizaje se han vuelto accesibles, permitiendo que los mayores aprendan a su propio ritmo.

La realidad virtual (RV), una tecnología innovadora, ofrece experiencias inmersivas que pueden utilizarse en contextos educativos y terapéuticos. Investigaciones de la Universidad de California han demostrado que la RV puede ayudar a reducir la ansiedad y la soledad entre las personas mayores, proporcionando experiencias que van desde viajes virtuales hasta simulaciones de actividades cotidianas, estimulando tanto la mente como las emociones.

La inteligencia artificial (IA) se ha utilizado cada vez más para desarrollar tecnologías que asisten a los mayores, promoviendo mayor autonomía, seguridad y calidad de vida. Asistentes virtuales, como Amazon Alexa, Google Assistant y Siri, están siendo integrados en hogares inteligentes para ayudar a los mayores a realizar tareas diarias. Estas plataformas permiten controlar dispositivos domésticos, como luces,



termostatos y electrodomésticos, solo con comandos de voz. Además, pueden recordarles horarios de medicamentos, citas y ayudar en la comunicación con familiares.

Los sistemas de monitoreo de salud basados en IA, como los dispositivos vestibles (*wearables*) y sensores, están siendo ampliamente adoptados para seguir los signos vitales, como la frecuencia cardíaca, los niveles de oxígeno y la presión arterial. Estos dispositivos pueden detectar cambios en los patrones de salud y alertar a cuidadores o médicos. Las tecnologías de detección de caídas, por ejemplo, utilizan sensores y cámaras equipados con IA para identificar cuando una persona cae y enviar automáticamente una solicitud de ayuda.

La telemedicina permite a los mayores tener consultas médicas sin salir de casa, utilizando videollamadas y plataformas digitales. La IA mejora estas interacciones al analizar datos médicos, ayudando a los profesionales de la salud en el diagnóstico y la recomendación de tratamientos personalizados. Los softwares de IA pueden interpretar exámenes médicos, como radiografías y resonancias magnéticas, de manera rápida y precisa, optimizando la atención.

Las plataformas desarrolladas con IA se están utilizando para crear redes sociales específicas para personas mayores, facilitando la conexión entre ellos y sus familiares. Además, los algoritmos de IA recomiendan contenido de entretenimiento, como películas, música y juegos, basados en los intereses personales de los usuarios, promoviendo el estímulo cognitivo y la diversión.

Estas innovaciones se vuelven cada vez más indispensables para garantizar que las personas mayores puedan vivir de forma independiente, mientras mantienen su seguridad y bienestar con el apoyo de las nuevas tecnologías.

5. Consideraciones finales

Invertir en la educación, innovación y tecnología social para la población de más de 60 años es una estrategia fundamental para el desarrollo humano. Esto enriquece el tejido social y promueve una cultura de respeto y valoración de la diversidad etaria.

A través de la educación, este grupo etario no solo puede adquirir nuevas habilidades, sino también redescubrir su papel en la sociedad. La combinación de métodos innovadores y tecnologías accesibles crea un entorno propicio para el aprendizaje continuo y el fortalecimiento de las relaciones sociales. Así, no solo estamos capacitando a individuos, sino también construyendo una sociedad más justa, inclusiva y colaborativa.



Para nosotros en UniSER, envejecer es como cultivar un jardín a lo largo de la vida. Cada etapa, cada aprendizaje, es una semilla sembrada en la tierra del tiempo, que florece a medida que pasan los años. En la juventud, el suelo es fértil y los sueños brotan con la fuerza de la primavera. Sembramos con entusiasmo, creyendo que el futuro será un campo lleno de colores y perfumes.

Con el paso de los años, la educación se convierte en el jardinero cuidadoso, que enseña la paciencia y el arte de nutrir cada planta con sabiduría. Aprendemos que no todas las semillas germinan al ritmo esperado, que algunas flores necesitan más sol, otras más sombras, y que hay aquellas que florecen solo después de largos inviernos.

Envejecer es, entonces, el florecer del alma, que ha aprendido a esperar el momento adecuado para cada cosecha, con disposición para lo nuevo. A veces, las manos ya cansadas continúan cuidando el jardín con la ternura de quien sabe que cada flor, desde las más fuertes hasta las más frágiles, tiene su valor. Las flores que plantamos en los corazones de los demás, a través del conocimiento y el afecto, siguen floreciendo incluso cuando ya no somos nosotros quienes las regamos.

Y al final, cuando el crepúsculo de la vida se acerca, miramos nuestro jardín con serenidad. Las flores que cultivamos son la memoria viva de lo que enseñamos, de lo que aprendimos y de lo que dejamos. Envejecer, así, es ser un campo donde el aprendizaje florece, y la educación es el viento suave que esparce las semillas para que otros también puedan cultivar sus propios jardines, incentivando la innovación en cada momento, el despertar de cada día, el descubrimiento de un tesoro.

UniSER ha llenado vidas de color y ha sembrado flores «



MESA REDONDA



EL FUTURO DE LAS UNIVERSIDADES SÉNIOR, VISTO POR SUS ACTUALES RESPONSABLES

D. Ricardo Cao Abad

Reitor da Universidade da Coruña (UDC)

D. Antonio López Díaz

Reitor da Universidade de Santiago de Compostela (USC)

D. Manuel Joaquín Reigosa Roger

Reitor da Universidade de Vigo (Uvigo)

MODERADORA Y RELATORA

D.ª María Meizoso Dopico. Periodista en la Voz de Galicia y Radio Voz

D.ª Eva Leal Gil. Periodista. Directora de la Plataforma Madurez Activa

RESUMEN

Esta mesa redonda se planteó con preguntas y respuestas a cada uno de los participantes y así se estructura en esta publicación. Cada Universidad es distinta pero sus responsables coinciden en asuntos importantes sobre los programas de mayores que ofertan, como es que las universidades sénior gozan de buena salud en todos los sentidos, pero hay que estructurarlas ante la alta demanda de matriculación, que cada año crece y muchas personas se quedan fuera. Para ello, no solo hace falta ampliar espacios, infraestructuras, personal docente o servicios sino también los contenidos, la metodología, la investigación, porque el perfil de los alumnos mayores universitarios han cambiado sustancialmente, y por tanto la Universidad no tiene más opción que adaptarse.

La formación continua es la apuesta de la sociedad del conocimiento, así lo dicta la Unión Europea, y lo estamos comprobando en cada una de nuestras universidades, en las que somos conscientes de que aún no estamos aprovechando todo ese caudal al que denominamos "marea del conocimiento". Estamos en una etapa crucial para luchar por esta integración, para lograr verdaderos "laboratorios ciudadanos", donde las personas mayores son un pilar irremplazable.



Hablemos del presente: ¿Cuáles son las ofertas formativas actuales de la Universidad para las personas mayores?

Rector UDC: La Universidad de A Coruña hace más de 20 años que oferta programas para personas mayores. Contamos con el “Grado Sénior” que se obtiene tras completar cuatro cursos académicos a razón de tres asignaturas por curso, dos obligatorias y una optativa. Tras los cuatro años ofertamos cursos de formación específica, de un año académico de duración, para personas que ya están graduadas. También contamos con actividades complementarias de duración diversa como talleres, seminarios, conferencias o intercambios académicos.

Entre los campus de A Coruña y de Ferrol sumamos más de 1.000 alumnos. Sin embargo tengo que añadir con gran satisfacción el programa de “Democratización del Conocimiento”, que se inició hace algunos años y que consisten en jornadas formativas en municipios de la provincia, en colaboración con los ayuntamientos y con el apoyo de la Diputación de A Coruña. En esta línea hemos puesto también en marcha la formación continua denominada “Explorando el Conocimiento”, que está dirigida a aquellas personas que se han quedado en lista de espera en la matrícula de este año, con el objetivo de que tengan una alternativa para explorar otras áreas académicas.

Rector UVIGO: La Universidad de Vigo oferta programa de mayores en los tres Campus: Vigo Orense y Pontevedra. Realmente, estamos muy satisfechos con el funcionamiento de la Universidad Sénior. Tenemos dos programas fundamentales como son el “Ciclo Intensivo” y el “Ciclo Integrado”; en el primero se cursan materias estándar y conjuntas con titulaciones oficiales, y el Integrado está diseñado para ir cambiando las materias según la demanda y la interacción de los alumnos. Nosotros le llamamos “Áreas del Conocimiento”, donde también se incluye el programa de “Democratización” para llevar la Universidad a municipios y localidades dispersas donde se realizan seminarios con distintas temáticas y con un gran éxito. Estos programas han contemplado varias modificaciones para adaptarse a los nuevos tiempos.

En nuestra Universidad distinguimos entre el término alumnos y estudiantes. Preferimos el segundo, porque entendemos que es la actividad de la persona la que conlleva el aprendizaje, es decir, el alumno recibe y el estudiante aporta. En este sentido quiero reconocer que aún nos quedamos “cortos” en reaprovechar el conocimiento que las personas mayores tienen para involucrarlos en esta generación de “nuevos conocimientos”.

Rector USC: En la Universidad de Santiago de Compostela el esquema de oferta es muy parecido. Nosotros tenemos un “Diploma Sénior” con cinco años de duración, 60 créditos en total a razón de 12 créditos por año. Por supuesto tenemos posibilidad



de actividades complementarias, porque una de las características de nuestro estudiantado sénior es que no quiere irse tras el Diploma, sino seguir formándose. Por otro lado, también tiene para nosotros mucho valor el llevar la Universidad a todos los puntos más distantes de Galicia, con nuestro programa "Caminos del Conocimiento" en colaboración con unos 30 ayuntamientos. Entre este programa y el de las dos sedes permanentes contamos con 2.500 alumnos, con el valor que eso supone para la Universidad y el beneficio que conlleva a las personas.

¿Qué dificultades tienen actualmente estos Programas y cómo se pueden solventar de cara al futuro?

Rector UDC: La primera y gran dificultad que tenemos es la financiación, que se ha convertido en una palabra omnipresente en la Universidad Pública Española, y obviamente la Universidad Sénior no se escapa a este problema. Sin embargo, su previsión de crecimiento hace que la prioridad esté clara y no solo para toda España, sino también para la Unión Europea por la importancia que tiene en el avance de la formación permanente y el papel que se juega en el envejecimiento activo y en la vida saludable.

En nuestro caso, el mantenimiento de la Universidad Sénior se financia en buena parte con las matrículas (unos 30 créditos) que es una cantidad importante en cuanto a la dedicación que requieren estos programas, y aunque también se reciben ayudas por parte de algunas administraciones públicas, es insuficiente. Aun así me gustaría resaltar que la Universidad Sénior goza de muy buena salud, sobre todo gracias a la aptitud y proactividad del estudiantado y de las personas que participan, como el personal docente, administrativo y de servicios.

Estamos convencidos que esta prioridad de la Unión Europea se traducirá finalmente en financiación, y es nuestro deber exigirla, para mantener el programa universitario para mayores y acrecentarlo.

Rector UVIGO: Está claro que la financiación es la clave. En la arquitectura de Bolonia marcada por Europa, que está pensada para construir una Sociedad del Conocimiento, hay un pilar que es la Formación Continua, y que en nuestro país está por detrás de lo esperable, porque no está incluida en la financiación que reciben las Universidades y por tanto hay que buscar otras formas de ayuda económica.

Esta formación permanente debe ser considerada de importancia para todas las Universidades Públicas de España, porque la población va envejeciendo y se demandará más este tipo de enseñanza frente a la reglada. Son precisamente los Programas Universitarios para Mayores los primeros en dar forma a esa formación continua y por tanto, no podemos obviarlos. En este sentido, aparte de la financiación también



tenemos una falta de reconocimiento oficial de los títulos, que cada Universidad estamos resolviendo intrínsecamente.

Quiero añadir que habría una tercera cuestión, -y que a mí me preocupa menos porque estamos en vías de resolución- como es el reconocimiento de los alumnos del Programa Universitario de Mayores como estudiantes de pleno derecho. En nuestra Universidad ya eligen al Rector, y espero que en los nuevos estatutos formen parte de los órganos de gobierno; de hecho ya está garantizado en el anteproyecto que el Programa de Mayores tenga presencia en el Claustro, porque me parece importante que todo ese caudal de conocimiento y esa implicación proactiva que tiene este alumnado ayude a construir una Universidad más participativa.

Rector USC: Creo que el reto que tenemos por delante es hacer que la formación de mayores sea estructural y no contingente, es decir, que tenga continuidad oficial porque estos programas han venido para quedarse y deben formar parte de la Universidad. Con la Investigación también nos pasó lo mismo, porque dependíamos de financiación para llevar proyectos adelante, y actualmente es estructural porque “hay que hacer investigación”. Por tanto, estos programas, aunque tengan distintas denominaciones según cada Universidad, hay que estructurarlos, hacerlos estables, permanentes y con presencia en la Institución.

El reto demográfico está presente y si actualmente tenemos en España 1.150.000 alumnos mayores matriculados en la Universidad, como no hagamos nada, en 2050 ¿en cuánto puede aumentar el número? Si no ampliamos el porcentaje de acceso a la Universidad, o extendemos el proceso de formación a lo largo de la vida, este “edificio se nos desmorona”.

Atendiendo al nuevo perfil de las personas mayores que se están matriculando en los Programas Universitarios ¿qué cambios estructurales se avecinan?

Rector UDC: Realmente el cambio que están experimentando las universidades sénior tiene que ver con el perfil de su alumnado. Hace años, cuando mi padre enfermó, mi madre se matriculó en estos programas y para ella fue una válvula de escape, más allá del aporte de conocimientos que recibió. Para ella y sus compañeras era una manera de tener contacto con otras personas, hacer amistades, aprovechar la jubilación, acceder a la educación superior -en su caso- cuando no lo pudo hacer en su día. Sin embargo, actualmente ya no tienen ese perfil, nos encontramos con personas jubiladas con edad media más baja, con mucha mayor cualificación, con más exigencias, y que buscan más conocimiento y más actividad aun teniendo la mayoría una formación previa importante.



Este nuevo alumnado presenta demandas crecientes, pero nuestros recursos son limitados, por tanto uno de los mayores retos es el incorporar todas las actividades que se precisan para este perfil nuevo -o cambiante paulatinamente-, y también la participación de todo este alumnado en la vida cotidiana de la Universidad, tanto en los procesos de toma de decisiones como en muchos otros.

Rector UVIGO: Es obvio que cada vez envejecemos con mejor salud y con mayor disposición. Como anécdota, puedo contar que los alumnos matriculados en el Programa Integrado, es decir, en materias regladas, habitualmente suponen un acicate, porque se dan casos en los que los estudiantes jóvenes son más pasivos mientras que la participación de sus compañeros, los alumnos mayores que están en la misma asignatura, es activa y dinámica; si hay que hacer un trabajo ya están empezando a trabajar al día siguiente, o si hay que hacer una reunión de equipo la forman el mismo día al finalizar la clase; es un entusiasmo contagioso que genera beneficios para el conjunto.

Es un hecho que están matriculándose persona con una trayectoria profesional, académica y no académica muy valiosa, y todavía no estamos siendo capaces de aprovechar ese caudal de conocimiento que yo espero que por ejemplo, de alguna manera, también algunas de ellas puedan ser parte del cuadro de profesores, y favorecer así a todo el alumnado universitario con sus aportaciones. En la vida orgánica de la Universidad estoy seguro que el alumnado "tipo", por así decirlo, asiste a reuniones del Claustro muy de vez en cuando y con menos interés, pero me consta que el alumnado sénior acudirá a todas las sesiones y desde el principio hasta el final.

Rector USC: Cuando se instauró en Europa la edad de jubilación a los 65 años -Alemania fue la primera en instaurarlo-, la esperanza de vida era de 45 años. Hoy seguimos teniendo la edad de jubilación a los 65 pero la esperanza de vida entre 85 y 87 años, por lo que tenemos un ámbito enorme para hacer muchas cosas y en muy buenas condiciones. A este aspecto se une que cada vez se matriculan en la Universidad personas con formación universitaria previa, por lo que se abren expectativas nuevas e inimaginables, y una de ellas es la apuesta indiscutible por las aulas intergeneracionales, cada vez más viable ante el cambio sustancial del perfil del alumnado mayor y que se erige en una propuesta real de convivencia universitaria ordinaria.

A este respecto ¿Qué nuevas materias deben incluirse en los planes de estudios para hacer viable las exigencias del estudiantado mayor universitario?

Rector UDC: En nuestro caso no existen asignaturas intergeneracionales, porque las materias de cada programa son específicas, tanto las de grados como las de la Universidad Sénior. En conversaciones con los alumnos mayores no se detecta esa



necesidad de compartir asignaturas, lo que no significa que no se pueda hacer, para lo que habría que adaptar las metodologías docentes porque he detectado que, aunque no quieran las evaluaciones a las que se someten las asignaturas de grado, si podrían compartir sinergias -y convivencia- en el aula o en otras iniciativas, por ejemplo, la colaboración en el Consejo de Estudiantes, o también en el “Laboratorio de Innovación Ciudadana” que organizamos la UDC junto a la Secretaría General Iberoamericana, pensando en la atención a las personas mayores, y no solo participan alumnos de la comunidad universitaria sino personas de 22 países que están innovando para hacer más fácil la vida de las personas de edad avanzada.

Rector UVIGO: En la Universidad de Vigo ya tenemos aulas intergeneracionales con el programa Integrado, como ya me he referido anteriormente, y con los beneficios que conlleva el entusiasmo de los alumnos mayores. En cuanto al cambio de planes de estudios para introducir materias específicas es algo que no hemos trabajado mucho, y en principio nuestra idea es seguir con los dos programas fundamentales, uno para aprovechar materias habituales de grados o de máster, y el otro como programa específico, de más amplio espectro, dirigido a personas que no tengan necesariamente una formación previa y que les permita seguir una titulación completa.

¿Cuáles son las fortalezas de los Programas Universitarios para Mayores para avanzar a corto y largo plazo? ¿Es la intergeneracionalidad una de ellas?

Rector UDC: La motivación de los sénior es muy alta, tanto por las materias como por las actividades complementarias, pero insisto que el programa que lleva la Universidad a los municipios, -denominado de distinta manera en las tres universidades gallegas- es el que tiene más éxito. En cada actividad que realizamos en las distintas sedes hemos tenido más de un centenar de personas inscritas, y eso que son programas acotados en el tiempo.

Es cierto que hoy en día hay una capacidad más crítica entre los estudiantes sénior, y por tanto son más exigentes. Por este motivo, al final de cada curso académico, uno de los métodos que tenemos en nuestra Universidad para ir tratando de adecuar la oferta docente a las necesidades y demandas del estudiantado, es realizar una evaluación: sobre las materias que se han impartido, buscando intereses, nuevas asignaturas, temáticas distintas. Esta evaluación se está realizando últimamente por parte del equipo directivo de la Universidad Sénior con la participación de los alumnos.

Rector UVIGO: La prueba “del algodón” es la matrícula, y no solo en la Universidad de Vigo sino en el resto de las universidades gallegas y del territorio nacional. Me apeña tener que reconocer que no somos capaces de acomodar a todas las personas ma-



yores que quieren entrar en la Universidad, porque tienen una fuerza extraordinaria. Como en cualquier otro programa universitario me parece esencial y como fortaleza la calidad docente, porque se trata de contar con un profesorado atractivo que sepa impartir su materia de una manera adecuada y que además consiga que el alumno vaya con ilusión a las clases y las llene.

Y por otra parte, estoy de acuerdo con que el programa de "Mareas del Conocimiento" para llegar a los municipios de toda la provincia que no tienen recursos para acudir a la Universidad, es muy positivo, y aún tiene más valor en una Comunidad Autónoma como es la Gallega, que es la más envejecida y de población dispersa. Lo considero una fortaleza porque además la colaboración de los ayuntamientos es excepcional y hemos contribuido en común a que sea un éxito extraordinario.

Por otra parte, para avanzar en estos programas, también queremos desarrollar "investigación", incluyendo lo que ha descrito el Rector de la UDC como los "laboratorios ciudadanos", en los que se involucra a la población hacia la generación de nuevos conocimientos. Es aquí donde contamos con un caudal de capacidades por parte de nuestro estudiantado sénior que habría que aprovechar, y que por tanto significaría implicación durante todo el proceso.

Rector USC: Aparte de buenos profesores, organización y actividades, las materias y contenidos son muy actuales y atractivos, muy próximo a las personas y al entorno donde viven, y eso me parece una fortaleza importante, porque si se habla de arte o de geografía, o de historia de la propia zona -municipio, provincia, comunidad autónoma-, es un reclamo muy atrayente.

Hablemos de futuro: ¿Qué imagen tendrá la Universidad para Mayores y qué se ofrecerá al estudiantado Sénior?

Rector UDC: En nuestra Universidad siempre han existido "cursos estrella" -los más demandados- por ejemplo sobre la Salud, temática que ha estado presente en estos programas desde que nacieron. Sin embargo hay que tener en cuenta que el conocimiento avanza mucho, por ejemplo con la Inteligencia Artificial, que es uno de los temas que tenemos previsto ir incluyendo para que las personas mayores no solo lo aprendan en la Universidad sino que la utilicen ampliamente en su vida cotidiana.

En mi opinión, y está ampliamente comprobado, hay materias clásicas que siempre se mantendrán, como Arte, Historia, Literatura... lo que son las Humanidades. Son los mismos alumnos los que nos comentan que estos cursos y, por ejemplo, el de Antropología y yacimientos de la Comunidad -los Castros que se han descubierto- les motivan mucho. También recuerdo la conferencia-diálogo del Embajador de Palestina



en España, en la que la mayoría de alumnos que participaron eran de la Universidad Sénior, y se quedaron hasta el final.

Rector UVIGO: Yo no soy muy docto en predecir el futuro, pero sí tengo claro que la Universidad Sénior se va a establecer como una parte fundamental de los estudios que ofrecen las universidades. En nuestro caso, en Galicia, tenemos muy buena relación las tres universidades y vamos de la mano en muchos asuntos por lo que cooperamos más que competir -que también lo hacemos- porque todo queremos servir al país y eso implica tener programas para mayores fuertes.

De hecho, como Rector me queda año y medio de mandato y ya estoy preparando una materia de Filosofía para impartir en el aula de mayores, porque teníamos alguna dificultad en captar filósofos para el programa, y por tanto para mí resulta una vocación dormida -como titulado en Filosofía- que veo con cariño cómo puedo ejercerla con entusiasmo para un alumnado totalmente receptivo.

Yo veo estos programas establecidos, aunque tenemos sobre la mesa muchos retos, cosas que hay que ir cambiando, y sobre todo, la necesidad de involucrar en tareas de investigación al alumnado en distintos niveles, para conseguir aún más entusiasmo. También estamos pendientes de obtener alguna ayuda del Programa Erasmus+ para complementar los estudios con visitas en otras universidades europeas, porque son actividades complementarias que forman parte consustancial del programa. Estos retos son urgentes, porque otra prueba del éxito de la Universidad Sénior es que hay alumnos que cursan una y otra vez la misma asignatura porque no se quieren ir y desean seguir ligados a su Universidad.

Un último reto no menos importante es la participación democrática, porque las personas mayores deben participar en la vida universitaria a todos los niveles, y dentro de esa normalización de los programas de los que ha hablado el Rector de la USC, -en la que se sumen a la parte estructural de la Universidad- también se contempla el participar en los órganos de Gobierno. Además, tenemos la ventaja de que estos programas son más “evolucionables” porque no tienen tanto proceso burocrático como los máster o los grados, y por tanto dependen casi en su totalidad de cada Universidad; eso nos pone en una situación de benefactores de su evolución y mejora.

Rector USC: Yo quiero ver estos programas institucionalizados y estructurados, como ya he referido en otra respuesta, que tengan sus espacios, y entren y salgan de la Universidad con total normalidad. Que sea una oferta oficial como son los grados, máster o doctorados en todas las universidades. Ahora bien, deben seguir teniendo su propio espíritu, porque los títulos de estos cursos no se imparten para ejercer una profesión, y por tanto deben tener su propia regulación, porque es una formación que ya está establecida en cada universidad, y por tanto tenemos que implicarnos todos.



Reflexiones a modo de conclusión

- La mayor preocupación del alumnado Sénior son los sorteos para entrar en la Universidad, porque existe una demanda mayor que la oferta. El cupo es muy limitado, pero también lo sufren los estudiantes de Grado. Como medida alterna, la Universidad de la Coruña cuenta con el programa "Explorando el Conocimiento" dirigido a las personas que se quedan en la lista de espera, y con el objetivo de que no pierdan su actividad académica hasta que puedan matricularse en la Universidad. La Universidad de Vigo, a su vez, también está contemplando ampliar aularios en breve.
- Las Universidades Sénior cuentan con un valor añadido en su evolución, como son los programas "Caminos del Conocimiento" o "Democratización del Conocimiento" -en el caso de Galicia-, con los que se acerca la Universidad a municipios y localidades que no pueden desplazarse, en colaboración con ayuntamientos y Diputación provincial. La participación de este alumnado es importante en número y en entusiasmo, y se convierte en otro pilar universitario de divulgación y acercamiento.
- Las materias que más éxito tienen entre el alumnado Sénior son la Salud y las Humanidades, a las que se suma el entusiasmo por la antropología y la geografía de la zona donde se reside. Son materias que seguirán existiendo en el futuro, pero que hay que ampliar y actualizar con otras inevitables para la vida ordinaria, como la Inteligencia Artificial, aprendida en la Universidad.
- Los programas de mentoría por parte de los alumnos mayores existen, pero están pensado más para personas que están aún en activo profesionalmente, y no tanto para personas jubiladas. Comprobando el potencial que existe en la Universidad Sénior, las universidades gallegas se plantean abrir nuevas vías e implicar a la Universidad en estos programas de mentorización. Puede suponer un acierto porque hay mucho capital humano para resolver problemas. La mentoría es muy interesante porque la Universidad está al servicio de la sociedad y por tanto, está dispuesta a realizar todo lo que tenga un beneficio social.
- Las universidades gallegas distinguen entre el término alumnos y estudiantes. Prefirieron el segundo, "porque entendemos que es la actividad de la persona la que conlleva el aprendizaje, es decir, el alumno recibe y el estudiante aporta".
- Se abren nuevas expectativas ante el perfil cambiante de las nuevas generaciones de personas mayores, y aunque hay materias como las Humanidades que permanecerán siempre, hay que contemplar nuevas vías como la Inteligencia Artificial, ampliar las asignaturas intergeneracionales y el Erasmus+.



- La mayor dificultad que tienen las Universidades Sénior es la financiación, palabra omnipresente en las universidades públicas españolas. La formación permanente, el envejecimiento activo y la vida saludable son parte de los pilares de Europa, por lo que la financiación debe salir de los fondos europeos, y es el deber de las universidades exigirla.
- Uno de los mayores retos que se presenta es conseguir que la formación de mayores sea estructural y no contingente, es decir, que tenga continuidad oficial, su espacio y su participación en los órganos de Gobierno universitarios como alumnos de pleno derecho, porque estos programas han venido para quedarse y formar parte de la oferta universitaria junto a los grados, los máster y doctorados.
- Los Programas Universitarios de Mayores gozan de buena salud pero aún no somos conscientes de que no se aprovecha todo ese caudal de conocimiento. Hay que incluirlos en los “laboratorios ciudadanos”, en la investigación, en la toma de decisiones a todos los niveles, y quien mejor que la Universidad para luchar por estas reivindicaciones ◀◀

“La mente es como un paracaídas, que solo funciona si se abre”

Albert Einstein



MESAS DE TRABAJO (I)

¿Qué formación y materias
demandan las nuevas generaciones
universitarias sénior?



II PLAN ESTRATÉGICO DE FEGAUS: INCORPORACIÓN DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL

Alejandro Otero Dávila

Presidente de la Federación Galega de Asociacions Universitarias Sénior

Nos enfrentamos a un problema persistente de carencia de formación básica, lo que conlleva que las personas mayores sigan dependiendo, en numerosas ocasiones, de sus familiares y amigos para realizar gestiones. Es aún frecuente escuchar a una persona mayor comentar cómo necesita la asistencia de su hijo o hija para utilizar un cajero automático, evidenciando un obstáculo considerable que muchos mayores encuentran difícil de superar. Esta dependencia es una realidad tangible.

Las iniciativas de formación son la mejor respuesta a esta problemática, aunque, lamentablemente, las que se están implementando son muy limitadas y alcanzan relativamente a un número reducido de personas. Aunque su labor formativa es significativa, a menudo también cumplen una función publicitaria; por más que los grandes bancos se esfuercen en ofrecer cursos a sus clientes mayores, el alcance efectivo sigue siendo muy pequeño.

Desde nuestros comienzos, FEGAUS-CANAL SENIOR ha mantenido un compromiso firme con la formación continua y la mejora de la calidad de vida de las personas mayores en Galicia. De este modo, presentamos en esta publicación nuestro nuevo proyecto en colaboración con la Universidad de Vigo y el departamento de investigación *AtlanTIC*, con quienes hemos firmado un contrato para aplicar la Inteligencia Artificial a nuestros programas formativos para mayores. La Agencia para la Modernización Tecnológica de Galicia (Amtega) también está involucrada, siendo un instrumento estratégico y ejecutivo para impulsar la modernización de la Administración Pública y el desarrollo económico y social de Galicia. Este proyecto tiene como finalidad asegurar un envejecimiento activo y saludable para las personas mayores de Galicia mediante el uso de la Inteligencia Artificial.

Nuestra colaboración con Amtega no es nueva; hemos trabajado juntos durante años como aliados digitales en el "Plan de Inclusión Digital de Galicia" y seguimos avanzando en esta senda. Amtega comparte nuestra visión de dotar a toda la ciudadanía, especialmente a las personas mayores, de las competencias digitales necesarias para desenvolverse con confianza y seguridad en el entorno digital.



El proyecto de “Banca Digital”, que realizamos en colaboración con Amtega, persigue un objetivo claro: reducir la brecha digital y promover la autonomía personal y el envejecimiento activo entre las personas mayores de Galicia. Queremos garantizar que todas las personas de edad avanzada, independientemente de su lugar de residencia, tengan acceso a las herramientas y conocimientos necesarios para participar plenamente en la sociedad digital.

Además, llevaremos a cabo un itinerario de actividades presenciales en zonas rurales, que serán emitidas en directo por Internet, y desarrollaremos materiales descargables, como infografías, para reforzar el aprendizaje. La importancia de este proyecto radica en su capacidad para llegar a las personas mayores en entornos rurales, ofreciendo las mismas oportunidades que en las grandes ciudades. No solo buscamos formar en competencias digitales, sino también fomentar la autonomía, independencia y un envejecimiento activo.

En resumen, este proyecto es una manifestación más de nuestro compromiso con la formación continua y el bienestar de las personas mayores. Ahora, nos toca incorporar la INTELIGENCIA ARTIFICIAL. Nuestro objetivo es que desde estas XXII Jornadas Internacionales, tengamos preparada toda nuestra plataforma para integrar esta nueva herramienta en los diferentes proyectos, lo cual producirá un cambio significativo en la forma y el método de realizar proyectos formativos. El pasado 18 de julio, en el Gaiás Tec, Centro de Emprendimiento Creativo de la Ciudad de la Cultura de Galicia, presentamos el proyecto “Banca Digital” a la dirección de Amtega -a la que agradecemos su apoyo y colaboración a favor de las personas mayores- anunciando que en septiembre comenzaríamos a utilizar la Inteligencia Artificial en los programas de formación que llevamos años impartiendo.

También hemos comenzado a preparar el II Plan Estratégico de FEGAUS, que se adentrará de lleno en la Inteligencia Artificial, comenzando en septiembre de 2024 y finalizando en 2028, con la misión de: “Acompañar a las personas mayores de Galicia en su proceso de envejecimiento, mejorando su calidad de vida a través de recursos educativos y de entretenimiento adaptados a sus necesidades e intereses, con el propósito de fomentar un envejecimiento saludable y activo. Queremos convertir nuestra plataforma en líder de aprendizaje y entretenimiento para las personas mayores de 55 años, ofreciendo contenidos personalizados y accesibles”.

Este es nuestro objetivo en FEGAUS, un equipo de personas mayores que, después de nuestra jubilación, nos hemos comprometido a ayudar a las personas mayores de Galicia, especialmente en el ámbito rural, a cerrar la Brecha Digital y combatir la Soledad no Deseada, con todas las herramientas necesarias para formarlas e informarlas sobre las nuevas tecnologías del siglo XXI ◀◀



LA FORMACIÓN A LO LARGO DE LA VIDA: UNA NECESIDAD, UNA DEMANDA, UN DERECHO, UNA META

Elisa Nuez Patiño

Presidenta de AUDEMA. Universidad de Alcalá (UAH)

Secretaria General de CAUMAS

Sabemos que todas las personas necesitan una preparación cultural que les permita el enfrentamiento a los problemas diarios de nuestra sociedad actual. Esta preparación se tendrá que desarrollar a lo largo de nuestro ciclo vital, contando con el derecho de las personas mayores de continuar recibiendo una educación cuya meta nos hará alcanzar la reflexión y analítica de los acontecimientos que día a día se van sucediendo en nuestro entorno, permitiéndonos de este modo, de forma positiva, entender el paso del tiempo en las personas, así como, salir adelante de la exclusión social.

La Formación a lo Largo de la Vida: Una necesidad

En el año 1997 se proclamó en la Conferencia Internacional de la ONU, celebrada en la ciudad de Hamburgo, la importancia que tiene para las personas mayores un desarrollo intelectual preciso¹.

De este modo, y a partir de ese momento, comienzan a aparecer numerosos proyectos académicos para adultos mayores, contribuyendo a un gran cambio en esta educación. Entre las múltiples ofertas educativas comenzaron a desarrollarse los Programas Universitarios de Mayores de las universidades españolas -tanto públicas como privadas- que ofertaban desde sus comienzos una extensa oferta de asignaturas con el fin de seguir aprendiendo, y en esta ocasión bajo el "sello universitario".

La Formación a lo Largo de la Vida: Un derecho

Uno de los momentos más delicados e importantes de las personas, es el día en que nos llega la jubilación laboral. Es cuando nos preguntamos... ¿Y ahora, qué?

¹"Declaración de Hamburgo sobre la Educación de Aultos Educación de Adultos", en *Educación de Adultos y Desarrollo* (EAD 72/2009), número 49, 1997, pp. 289 -295. Acceso al documento completo en: www.dvv-international.de/es/educacion-de-adultos-y-desarrollo/ediciones/ead-722009/documentos/declaracion-de-hamburgo-sobre-la-educacion-de-aultos



En esta línea quiero destacar en esta exposición, que muy al contrario de lo que se piensa, al llegar a la jubilación se nos abre un gran abanico de posibilidades de adquirir actividades de ocio y de entretenimiento, dentro de una vida comunitaria donde se pueden rellenar los espacios vacíos de nuestra existencia.

Se entra en una etapa en la que se va a poder dedicar infinidad de tiempo a seguir adquiriendo conocimientos con los que desarrollar un envejecimiento activo, traspasando nuestra experiencia a otras generaciones más jóvenes.

En la actualidad, las personas mayores tienen el derecho de exigir a las autoridades la adaptación de los programas de enseñanza a sus necesidades, con el fin de dar respuesta a las reivindicaciones de su sector de población y recibir así una excelente oferta educativa y continua a lo largo del ciclo vital.

La Formación a lo Largo de la Vida: Una demanda

El *Libro Blanco del Envejecimiento Activo* aboga por la educación a lo largo de la vida, sin limitación de edad².

No se puede dejar de lado y pasar por alto el momento de globalización en el que vivimos, ni tampoco la nueva revolución industrial que ha llegado con las Nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), por lo que debemos poner el foco en recibir una educación creativa de información y variadas competencias novedosas.

En el documento del Foro LideA, *Formación y Cultura a lo Largo de la Vida. Claves para un envejecimiento activo y saludable*³, se proyecta muy claramente una propuesta de cómo deberían ser los Programas Universitarios de Mayores de acuerdo a las necesidades y demanda del propio usuario, en donde se insiste en:

- Mejorar la oferta actual de los procesos de aprendizaje y de los modelos psicopedagógicos orientados a las personas mayores, promoviendo modelos de buenas prácticas en el ámbito de la educación universitaria acordes con los avances actuales.

² IMSERSO (2018): *Libro Blanco del Envejecimiento Activo*. Capítulo 7: "Educación a lo largo de la vida". Disponible en: https://imserso.es/documents/20123/102884/lbea_c7.pdf/c79c1009-7f49-f2c5-7703-cdbd66348940

³ Foro LideA (Madrid 29 noviembre 2022): *Formación y Cultura a lo Largo de la Vida. Claves para un envejecimiento activo y saludable*. Páginas 9-15. Diponible en: <https://forolidea.com/2023/12/13/formacion-y-cultura-a-lo-largo-de-la-vida-claves-para-un-envejecimiento-saludable/>



- Avanzar en el uso de tecnologías de la comunicación como herramientas facilitadoras de nuevas oportunidades de formación para las personas mayores, promoviendo la formación de profesionales con competencias pedagógicas adecuadas al aprendizaje de este tipo de alumnado.
- Conseguir que la Administración Pública deje de considerar la educación a lo largo de la vida como un tema más social que educacional, porque es estratégica y fundamental en cuanto a derechos de las personas mayores se refiere y con la participación plena de todos los ciudadanos.
- Implantar que los programas de mayores permitan a los docentes adaptar sus enseñanzas a un importante colectivo de personas con diversidad de conocimientos previos, sin dejar atrás la importancia de tener prevista una eficaz y positiva campaña de publicidad de los programas educativos para personas mayores, con el fin de que todas las personas interesadas puedan elegir la enseñanza que deseen o que necesiten.

La Formación a lo Largo de la Vida: Una Meta

La Asociación Universitaria de Mayores de Alcalá (AUDEMA) a quien tengo la suerte y honor de representar en esta Mesa de Trabajo de las XXII Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo Universitario Sénior en A Coruña, mantiene su actividad dentro del Programa Universitario de Mayores de la Universidad de Alcalá (Alcalá de Henares/Madrid); durante los casi 20 años de existencia, hemos podido asistir a la metamorfosis actual desencadenada por los nuevos perfiles de participantes en el programa universitario sénior.

Estos primeros años del siglo XXI han dado paso a una nueva generación de personas mayores que buscan en la Universidad seguir adquiriendo una extensa cultura, cumpliendo con sus expectativas de hacer cosas extraordinarias dentro de la nueva etapa de su vida⁴. Estas nuevas personas usuarias académicas tienen un perfil proveniente de Ciencias o Letras en su etapa profesional. Son personas con alta preparación intelectual, cuya nueva meta se encuentra en seguir adquiriendo conocimientos, y en su mayoría, en materias distintas a las que se han dedicado en su vida laboral.

En la Universidad de Alcalá la demanda mayoritaria está en el acceso a los estudios de Humanidades por encima de los de Ciencias.

⁴POZÓN LOBATO, E. (2018): *Asignatura pendiente en el siglo XXI. Conocer el proceso del envejecimiento y la etapa de la vejez*. Madrid. Edit. CAUMAS. Disponible en: <https://caumas.org/wp-content/uploads/2018/06/libro-Caumas-electro%CC%81nico.pdf>



Igualmente, en AUDEMA hemos observado que dentro de los talleres que se realizan en nuestro Programa de Extensión Universitaria, las Humanidades son demandadas por una gran mayoría de miembros asociados, frente a los talleres de Ciencias. Las materias de Literatura, Historia del Arte, Historia Universal, Escritura Creativa, Cine, e incluso el Club de Lectura, se llevan el premio frente a la oferta científica.

A tenor de lo expuesto, las asociaciones universitarias de personas mayores, la Universidad y los organismos oficiales de enseñanza, debemos asegurar un reto: seguir fomentando la formación de las personas mayores y desarrollar esa educación permanente sin límites de edad, sin preparación académica previa, sin razón socioeconómica, sin obstáculos territoriales, con el fin de facilitar a los Sénior un enriquecimiento personal, lejos de paternalismos y prejuicios habituales «



QUÉ FORMACIÓN NECESITAN LAS PERSONAS MAYORES EN EL SIGLO XXI

Juan Manuel Arévalo Badía

Presidente de AMAG. Universidad de Jaén (UJA)

Antonio Montilla García

Secretario de AMAG. (Unicersidad de Jaén (UJA)

Uno de los principales referentes del alumnado del Programa Universitario de Mayores de Jaén es el profesor y amigo Juan Manuel Faramiñan, Catedrático de Derecho Internacional Público y Relaciones Internacionales de la Universidad de Jaén, Titular de la Cátedra Jean Monnet "Instituciones y Derecho de la Unión Europea". Queremos comenzar esta participación haciendo referencia a una de sus enseñanzas:

"Uno de los principales problemas con los que se enfrentan los mayores es la carencia de una formación adecuada que potencie las numerosas capacidades que se desprenden sobre los rigores de la vida a través de la experiencia y el conocimiento. Esta insuficiencia genera lagunas que impiden reconocer los modelos de micro-edadismo en los que el adulto va desarrollando su propia discriminación, para que a continuación la sociedad asuma tales limitaciones y le margine.

Se hace necesario elaborar disposiciones jurídicas y métodos educativos que refuercen la posición de los mayores en su entorno. En este sentido, la andragogía y en particular los andragogos tienen la función fundamental de poner las bases del fortalecimiento psicológico ante el deterioro cognitivo que puede suponer el avance de los años".

Su afirmación se fundamenta en la Apología de Sócrates: "Toda mi ocupación es trabajar para persuadirlos, jóvenes y viejos, que antes que el cuidado del cuerpo y de las riquezas, antes que cualquier otro cuidado, es el del alma y de su perfeccionamiento". Cabe señalar que con Platón se produce una nueva configuración de la vejez, porque rechaza que los ancianos se parezcan a los niños. Los ancianos deben mantener una actitud coherente con la postura previamente asumida, son sensatos y responsables, tienen más experiencia (sinónimo de saber y poder). La vejez no invalida su capacidad para aprender.



Existe un sentido universal de la educación compartido en todos sus niveles. No tiene por tanto sentido establecer diferencias entre los distintos niveles educativos. No hay Educación superior o inferior, solo hay Educación, con mayúsculas, Educación a lo largo de toda la vida.

En palabras del biólogo Tom Kirkwood “Los ancianos de hoy constituyen la silenciosa avanzadilla de una revolución de la longevidad que provocará un cambio radical de la estructura social y que alterará nuestro concepto de la vida y de la muerte”. Por ello, se rechaza al mayor como si tuviera obsolescencia programada, pero eso se debería dejar para los vehículos, maquinarias o piezas electrónicas, “nunca para las personas, que aunque mayores, aún pueden seguir activas y en el candelerero”

Partiendo de esta realidad, desde La Junta Directiva de la asociación Alto Guadalquivir de alumnos y exalumnos de la Universidad de Jaén, AMAG, consideramos muy importante diseñar un programa que sirva de guía, según las necesidades detectadas y/o solicitadas por el alumnado del Programa Universitario de Mayores, así como realizar las aportaciones que en cada momento del proceso de aprendizaje, se indique por parte del alumnado y en qué medida se están cumpliendo los objetivos que se fijan en el programa académico final aprobado por nuestra Universidad.

Características del alumnado en el Programa de Mayores

Ponemos de relieve entre otras las siguientes características:

- Los adultos tenemos una necesidad psicológica profunda para ser autodirigidos.
- El autoconcepto nos lleva a guiarnos por nuestra propia voluntad.
- Siendo reacios a las situaciones, en que los diseños de los programas limiten a los alumnos a un mero papel pasivo.

Las personas mayores independientemente de la edad, hemos acumulado una gran riqueza de experiencias, que se convierten en importantes recursos de aprendizaje, y al mismo tiempo en plataforma para desarrollar nuevos aprendizajes para sí mismo, así como para el colectivo “alumnado”.

¹ Tom Kirkwood es profesor de biología gerontológica de la Universidad de Manchester desde 1993. Dirigió el Instituto para el Envejecimiento y la Salud. Su investigación examina por qué y cómo envejecemos, incluidas las causas de las enfermedades relacionadas con la edad. Es llamado el “profeta de la longevidad”. Acceso a entrevista del Centro de la Longevidad CENIE en: <https://cenie.eu/es/blog/podremos-vivir-para-siempre-tom-kirkwood-se-suma-al-debate>



Las personas mayores estamos dispuestas a aprender cosas que necesitamos saber, o saber hacer, para así poder cumplir con nuestro papel en la sociedad: laboralmente, como profesionales, como líderes, trabajadores, esposos(as), padres o madres.

Nuestra rapidez en aprender se orienta cada vez más hacia las tareas en el desarrollo de nuestros papeles y responsabilidades sociales cuando se alcanzan niveles de madurez adecuados. Si bien es cierto que con frecuencia muchos mayores presentan grados de reticencia en procesos de aprendizaje de manera manifiesta u oculta, al sentirse presionados o si su participación no es voluntaria.

Las personas mayores tenemos una tendencia a mantener una orientación centrada en situaciones, problemas, decisiones y mejoras permanentes; los adultos buscamos los conocimientos necesarios para desarrollar las habilidades que necesitamos para aplicar en situaciones o problemas a los que nos enfrentamos en la vida real, así como en las actividades y/o labores cotidianas. La perspectiva del tiempo en nosotros, los mayores, cambia y por tanto buscamos formación para una aplicación de manera inmediata, que vaya de la mano de nuestras actividades, en aras de mejorar nuestras competencias.

Las personas mayores están más motivadas para aprender debido a factores internos, como pueden ser el desarrollo de su propia autoestima y no menos importante, las interrelaciones. Ahora bien, también podremos encontrar eventualmente a personas que buscarán evitar participar en los procesos de aprendizajes por varios factores como el temor a hablar en público, desconocimiento, vergüenza o falta de seguridad, entre otros.

Formación técnica o de Humanidades

El informe Delors denominado "La educación encierra un tesoro"², defiende la Educación Permanente sin límites de espacio o edad, capaz de dar respuesta a una profunda necesidad de cultura y de actualización de unos adultos que ahora disfrutan de una mayor longevidad a la que desean sacar el máximo provecho.

La Ley Orgánica 2/2023, de 22 de marzo, del Sistema Universitario (LOSU), en su preámbulo indica lo siguiente: "La universidad ha sido, es y debe ser fuente de conocimiento, de bienestar material, de justicia social, de inclusión, de oportunidades y de libertad cultural para todas las edades".

² Jacques Delors (1996): "La educación encierra un tesoro", informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI. Texto completo en: https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000109590_spa



También reconoce en su Artículo II “g”: “La transferencia e intercambio del conocimiento y de la cultura al conjunto de la sociedad a través de la actividad universitaria y la formación permanente o a lo largo de la vida del conjunto de la ciudadanía”³.

Proponemos una metodología para el desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje en la Universidad de Mayores, que permita potenciar el crecimiento personal del alumnado, entendiendo que es un estudiantado que está siempre en proceso y situación de aprendizaje.

Por tanto, nos hemos permitido reflexionar sobre las diferencias existentes entre la metodología utilizada por los pedagogos y la utilizada por los andragogos. Puesto que, si bien la primera enfatiza el aprendizaje dirigido durante los primeros periodos de la vida de los seres humanos, la segunda se interesa por un aprendizaje participativo y que debería durar toda la vida. Téngase en cuenta que la Andragogía implica una mayor responsabilidad por parte del adulto que tiene como eje fundamental la autoevaluación dado que estamos hablando de un sector de población con experiencia y madurez intelectual.

Podríamos señalar que la pedagogía trabaja de manera vertical entre el profesor o pedagogo y el joven alumno, frente a la andragogía que lo hace de modo horizontal entre el andragogo y el adulto. En el primer caso estamos hablando de autoridad y dirección basada en fundamentos, frente al segundo caso que se sostiene en la orientación y la autorrealización basada en las necesidades.

El aprendizaje del adulto se desarrolla mucho mejor en ambientes donde las relaciones de colaboración con sus profesores se ven fortalecidas. Los aprendizajes se vuelven más productivos cuando los profesores nos consideran alumnado participativo, que implica el análisis crítico de las situaciones planteadas. Es cuando se reconocen sus contribuciones y están más dispuestos a ejercer su rol de participante en el proceso enseñanza-aprendizaje.

El aprendizaje se realiza en el adulto fortaleciendo el acercamiento a cada alumno desde la demostración de interés por su aprendizaje, se fomenta a través del respeto a la integridad del alumno como ser humano estableciendo vínculos de confianza. No podemos olvidar que se lleva a cabo un proceso de enseñanza hacia el adulto, el llamado arte de ayudar a aprender, o andrología.

³ Contenidos principales de la gobernanza y la carrera académica en la Ley Orgánica del Sistema Universitario (LSU), en Ministerio de Universidades: https://www.universidades.gob.es/wp-content/uploads/2023/03/Contenidos_Principales_de_la_LOSU.pdf



La enseñanza de las personas mayores debe partir necesariamente del acervo de cultura y de conocimientos que traiga consigo cada uno de los alumnos. De ello dependerá después, no sólo la medición del contenido, sino también la metodología que deberá ser empleada.

En esta línea, entendemos que la enseñanza para mayores debe partir necesariamente de las "situaciones de vida" en la que se encuentran cada uno de los alumnos, y realizar una transferencia de conocimientos y experiencias. Se debe partir del supuesto de que las personas mayores, como alumnado, llevan consigo el caudal de sus conocimientos y de sus experiencias anteriores, por lo que puede convertirse en un valor añadido como punto de partida y de enriquecimiento de su situación.

Por tanto, el Programa de Mayores que debe aplicar la Universidad debe ser necesariamente diferenciado. Ello implica que no pueden partir de un currículo fijo y concebido a priori, como ocurre con las enseñanzas regladas, sino tener en cuenta al propio alumnado que este se siente preparado para participar en el propio diseño de los programas dirigidos a ellos.

Formarse con el alumnado de Grado en sus asignaturas

Es significativo destacar que la declaración mundial sobre la educación superior en el siglo XXI de la UNESCO establece, como una acción prioritaria, que el acceso a los establecimientos de educación superior debe abrirse a los educandos adultos, creando oportunidades de aprendizaje de manera flexible, abierta y creativa.

Hablemos de las relaciones intergeneracionales

Los Programas de Mayores los diseñan y desarrollan cada universidad con el fin de adaptar sus propuestas a la evolución que demanden los participantes. Reflexionamos sobre los beneficios que conllevan las relaciones intergeneracionales en el diseño de estos programas:

- Beneficios para las personas mayores: Mejora la autoestima; suponen cambios en el estado de ánimo y aumentan la vitalidad; disminuyen el sentimiento de soledad y aislamiento; incrementan las oportunidades de asistencia y acompañamiento en actividades de la vida cotidiana; desarrollan la amistad con personas más jóvenes y por tanto, conlleva una mayor integración en la vida comunitaria e implican más oportunidades para seguir aprendiendo.
- Beneficios para las personas jóvenes: Conllevan cambios en la percepción hacia las personas mayores y un mayor conocimiento de los temas que les afectan; tienden un acceso a redes de apoyo durante tiempos difíciles;



ayudan al desarrollo del sentimiento de responsabilidad social y otras oportunidades para seguir aprendiendo.

En definitiva, las relaciones intergeneracionales mejoran las habilidades sociales entre otros aspectos, como la comunicación y la memoria. Con estos beneficios mutuos podemos afirmar que “esto sí es un envejecimiento activo”, puesto que implica una participación voluntaria de los adultos en las experiencias de aprendizaje que conciencien esta formación, sin la necesidad de que esa formación tenga como objetivo el alcanzar habilidades concretas. Se trata simplemente de la mera curiosidad y el placer de participar.

Por tanto, nos encontramos dispuestos a volcar todo nuestro esfuerzo en generar lazos intergeneracionales con el fin de colaborar con las nuevas generaciones ofreciéndoles lo mejor que tenemos, que es nuestra experiencia. En este sentido, es importante destacar que la educación a lo largo de la vida no es un ideal sino una realidad que se evidencia cada vez más en el ámbito de la educación.

Conviene tener presente que la oferta educativa destinada a las personas mayores debe realizarse con la máxima calidad, procurando una oportunidad de crecimiento y una plena autorrealización en el seno de la sociedad. Como ha apuntado la periodista y antropóloga María Dolores Fernández-Fígares en el periódico *Ideal de Granada* (06/05/2020) en su artículo “El dañino edadismo”,

“La solución que plantean para este problema es ya conocida desde hace tiempo en los ámbitos científicos gerontológicos: el contacto intergeneracional no debe perderse. En una sociedad sana lo natural es que convivan las generaciones y se enriquezcan mutuamente”.

Debemos ser conscientes de que el aprendizaje a lo largo de la vida favorece la calidad de vida de las personas mayores, y en esta etapa hemos aprendido que la vida “es como montar en bicicleta, si no pedaleas te caes”.

Conclusiones

Debemos dirigirnos hacia una legislación única de pleno derecho del estudiantado mayor en la Universidad. Antonio Guterres, Secretario General de las Naciones Unidas, señala que “la mayoría de las personas mayores son mujeres, que tienen más probabilidades de entrar en este periodo de sus vidas en la pobreza y sin acceso a la atención médica”. Por ello, reclama, “las políticas deben estar dirigidas a satisfacer sus necesidades” (Guterres, 2020).



Se argumenta que ha llegado el momento de introducir definitivamente, tanto en las agendas públicas como privadas y para todas las edades, el fomento de una adecuada educación sobre el proceso de envejecimiento junto con un impulso sostenido, dentro y fuera del ámbito familiar, de las relaciones intergeneracionales.

Vemos la necesidad de fomentar la Andragogía cuya disciplina -como puede deducirse de lo que se refleja en estas páginas- fortalece la "dignidad de ser mayor" como una forma de combatir el edadismo y la discriminación por edad.

Estamos ante un reto importante bajo el prisma generacional atendiendo a que muchas personas mayores actuales han vivido un paso del siglo, y a los que denomina nuestro Profesor Juan Manuel Faramiñán, "la Generación siglos 20/21"⁴

Por todo ello finalizamos argumentando con mayúsculas que:

"MIEDO A APRENDER. ;JAMÁS!" ◀◀

⁴ Juan Manuel de Faramiñán Gilbert (2022): "La andragogía: un límite al edadismo (la Generación Siglos 20/21, un modelo de referencia)". Documento completo descargable gratuitamente en: https://www.academia.edu/90602893/La_andragog%C3%ADa_un_l%C3%ADmite_al_edadismo_la_Generaci%C3%B3n_Siglos_20_21_un_modelo_de_referencia_Andragogy_Combating_Ageism_the_20th_21st_Century_Generation_as_a_Reference_Model



SOBRE CÓMO NUESTRA UNIVERSIDAD RESPONDE A LAS NUEVAS DEMANDAS

Bruce Taylor

Director de Comunicación de AUDEMAC
Universidad Pontificia Comillas, Madrid

Este trabajo se divide en tres partes: la situación actual en nuestra Universidad; comentarios del director de la Universidad de Mayores Comillas, Carlos Sánchez de la Cruz; argumentaciones de la presidenta de AUDEMAC, Begoña Ereño, y de las tres estudiantes mayores "jóvenes" Susana Bravo y Gema Pozuelo, alumnas de 2º y Mara Figueroa, alumna de 1º, las tres son miembros de la Junta Directiva de AUDEMAC. Finalmente se exponen unas reflexiones mías sobre la futura formación basada en mis diez años de experiencia en la Universidad de Mayores.

La exposición se basa en que nuestra Universidad ya responde a estas nuevas demandas del alumnado universitario sénior. Para ilustrarla, se detalla a continuación una breve historia de esta innovación y de una Universidad en constante cambio:

- Año 2000. Se inician cursos de 3 años de Humanidades con 70 alumnos. En 2002, debido al éxito obtenido, se extienden a 5 años de estudios centrados en 4 pilares: Historia, Arte, Filosofía y Literatura, más otras optativas para adquirir un conocimiento global de la Ciencia, Sociedad y Cultura.
- Año 2020. En respuesta a la demanda de los graduados de los 5 años de seguir estudiando, se introduce un curso extensión de 3 años bajo el título del CAEC (Curso de Ampliación de Estudios Contemporáneos) con 5 asignaturas troncales.
- Año 2023. Para seguir respondiendo a la demanda continuada de los que no quieren dejar la Universidad y sus estudios se ofrece Siglo XXI, un nuevo curso de 2 años en 4 módulos, abierto a todo el alumnado con temas actuales de Ciencias y Tecnología; Geopolítica y temas jurídicos y económicos que han sido diseñado en colaboración con los mismos alumnos.
- En adición, un programa de Seminarios puntuales abiertos a todos con una gran variedad de temas que van cambiando según la demanda del alumnado y las propuestas de los profesores.



Comentarios de Carlos Sánchez de la Cruz, director Universidad de Mayores Comillas

“El corazón de nuestra propuesta es y será siempre las Humanidades, con énfasis en las asignaturas troncales de Filosofía, Arte, Historia y Literatura. Sin embargo, completamos la oferta durante estos 5 años con 40 asignaturas optativas de una gran variedad, y muchas con temas de actualidad.

Hemos respondido a una gran demanda con proyectos innovadores: en 2020 con un curso de 3 años de profundización en Estudios Contemporáneos (CAEC) y en 2023 con el nuevo y puntero programa Siglo XXI que pretende analizar la realidad de nuestro mundo desde cuatro diferentes puntos de vista y explorar posibles respuestas a los desafíos que se nos presentan. Incluye temas tan candentes como la Inteligencia Artificial (IA), el Metaverso, Transhumanismo y los poderes emergentes. Completamos nuestra oferta con un variado programa de 20 Seminarios anuales con temas multidisciplinares, sobre Historia, Arte, Música, Filosofía, Cine, Geopolítica.

Desde el año pasado la Universidad de Mayores forma parte del nuevo Centro para Formación a lo Largo de toda la Vida (*Lifelong Learning*) que se ha creado en la Universidad Pontificia Comillas y que incluso se traslada a un nuevo edificio en Madrid capital dedicado a esta formación”.

Comentarios de Begoña Ereño, presidenta de AUDEMAC

“Desde la Junta Directiva seguimos creyendo en que la Universidad es el lugar perfecto para el intercambio intergeneracional que tanto puede aportar, sobre todo en aspectos vitales y de crecimiento personal, a los jóvenes como a los mayores.

Para mí, la Universidad -en un mundo “utópico”- debería ser el espacio en el que la edad no fuera un concepto a tener en cuenta. Tendría que ser el lugar en el que cada persona pudiera encontrar, según su momento vital, el programa que le ayude a seguir creciendo personalmente en todas sus dimensiones. Por este motivo es necesario destacar también la importancia de las Asociaciones de Alumnos como complemento al aspecto académico que ofrece la Universidad, aportando actividades de interrelaciones, deportivas, de ocio o colaboración social, entre otras.

Por su contenido, las Humanidades son vitales, pero creo que no hay que olvidar otros aspectos como la Ciencia y la Tecnología, la Geopolítica, o el Pensamiento social y espiritual que nos ayudan a entender el mundo en el que vivimos. Creo que es fundamental hacer un esfuerzo constante para integrarse y entender lo nuevo que va surgiendo de la evolución de la sociedad, porque es esta actitud y aptitud la que ayuda a sentirte parte de ella y no aislarse.



En esta línea, es precisamente el conocimiento lo que ayuda, que junto a la experiencia -la que nos caracteriza y enriquece-, nos permite tener un criterio muy valioso para transmitir. Es por esto que la convivencia universitaria aporta tanto beneficio”.

Comentarios de Susana Bravo y Gema Pozuelo, alumnas de 2º y miembros de la Junta Directiva de AUDEMAC

Susana: “Las nuevas generaciones de universitarios sénior serán las que lleguen con una mejor preparación, con un amplio porcentaje de titulados superiores universitarios, con una experiencia profesional más amplia e internacional, con un bagaje cultural que va más allá de lo aprendido en las Aulas. Será una generación que ha tenido la posibilidad de viajar y conocer otras culturas de primera mano, una generación curiosa y muy exigente. Es por ello que el perfil de las nuevas generaciones va a ser mucho más crítico y exigente a la hora de valorar los programas que ofrecen las Universidades de Mayores.”

Gema: “De hecho, yo creo que esta situación ya se está dando, no habrá que esperar al futuro. Este es un punto que hemos comentado con algún profesor que lleva impartiendo clases desde que se fundó la Universidad para Mayores Comillas, y su opinión coincide en que el tipo de alumnado que se matriculaba hace años no tiene nada que ver con el actual”.

Susana: “No hay solo un tipo de alumnos. Va a depender de los intereses personales de cada uno y de la necesidad que tengan de mantenerse actualizados en un mundo en constante cambio. Habrá estudiantes sénior que quieran retomar y profundizar en las materias de Artes y Humanidades, porque por sus currículos han enfocado su carrera en otras materias y echan de menos no haber tenido tiempo para profundizar en los temas humanísticos, ya que lo que aprendieron en el colegio se les ha olvidado o se ha quedado demasiado exiguo. No hay que olvidar que las nuevas generaciones de futuros alumnos son profesionales muy especializados en su materia, pero que tienen grandes lagunas en temas humanísticos. Estos alumnos van a seguir demandando formación en Filosofía, Literatura, Arte e Historia. Estas 4 asignaturas troncales deberían seguir siendo la base de los grados de Humanidades porque van a tener seguro personas interesadas”.

Gema: La experiencia tanto de Susana como la mía, dado que estamos en el mismo grupo, corrobora lo que expone en el párrafo anterior. Del global de los participantes en nuestro curso, un porcentaje muy alto son compañeros que cursaron carreras técnicas que sienten la necesidad de profundizar en asignaturas de humanidades. También tenemos el perfil de gente que, habiendo estudiado Letras, tienen interés en refrescar y actualizar los conocimientos adquiridos en sus años jóvenes.



Sinceramente pienso que un grado como el que cursamos nosotros es y seguirá siendo atractivo para muchas personas. Nosotros tenemos incluso compañeros que aún siguen activos laboralmente y sin embargo están inscritos y acuden regularmente a clase. Este hecho viene a confirmar que la Universidad de Mayores, en la actualidad, aun siendo un lugar de encuentro, que facilita la sociabilización e interrelación con otras personas y la oportunidad de realizar numerosas actividades culturales y viajes. Esta oferta académica es muy interesante porque considera también el valor de “lo social”, tan importante para las personas mayores”.

Susana: “Las nuevas generaciones de universitarios sénior van a tener también necesidad de mantenerse activos, integrados y conectados con el mundo que les rodea. En este sentido también van a demandar materias con un enfoque intercultural y global, que puedan estudiar desde una perspectiva internacional. Materias como Relaciones Internacionales, Desarrollo sostenible y global, Tecnología de la Información, Comunicación intercultural, Geopolítica y, por qué no, Gastronomía Global, podrían formar parte de este grupo de materias”.

Gema: “Totalmente de acuerdo con lo que expone Susana y con lo que comenta Begoña en su texto. Estamos observando cómo el mundo actual se mueve muy rápido, todo evoluciona y cambia a una velocidad vertiginosa. Esta circunstancia tiene que influir directamente en la oferta de materias optativas y seminarios, que deben estar actualizados permanentemente acorde con la situación. Para mí, las troncales deben mantenerse como están, pero todas las demás asignaturas podrían revisarse periódicamente para estar al día.

Desde mi punto de vista creo que la oferta para las nuevas generaciones de universitarios sénior tiene que contemplar lo expuesto: Una oferta basada en materias de Humanidades y complementada con asignaturas que les permitan actualizarse y estar al día de lo que está ocurriendo en el mundo”.

Comentarios de Mara Figueroa, alumna de 1º y miembro de la Junta Directiva de AUDEMAC

“En 1º estamos totalmente de acuerdo con el resumen de Susana y debo decir que al preguntar a mis compañeros de clase por la valoración en general del curso y qué cambios propondrían, la respuesta ha sido muy positiva porque están todos encantados: disfrutando mucho, aprendiendo, leyendo y aportando en mayor o menor medida a los contenidos del programa. Me complace comunicar que somos un grupo de gente estupenda con perfiles muy diferentes, pero todos con el mismo objetivo de sacar el máximo provecho al Programa”.



Bruce Taylor, Expresidente de AUDEMAC y Director de Comunicación: Reflexiones basadas en 10 años de experiencia de la Universidad de Mayores

Carreras de grado versus estudios más relajados

"Habrán alumnos sénior que quieran hacer una carrera de Grado pero serán siempre una minoría y ya tienen esta posibilidad en la mayoría de las universidades. Uno de los principales atractivos de los cursos para personas mayores es que no hay exámenes y el estrés de memorizar las materias. Simplemente se disfruta estudiando y haciendo trabajos y proyectos puntuales. En este aspecto, nunca hay que olvidar lo que disfrutaban los profesores que enseñan a estos estudiantes mayores con sus conocimientos, sus inquietudes y su entusiasmo".

Las Humanidades

"Nuestras Universidades de Mayores/Experiencia van a salvar la enseñanza de Humanidades ya que la tendencia entre los jóvenes que cursan grados es cada vez más tendente hacia 'estudios útiles' que sean relevantes para una carrera profesional.

Y cuando hablamos de Humanidades hay que pensar internacionalmente, y no sólo en Europa, porque cada vez más habrá demanda para estudiar otros grandes imperios, culturas y civilizaciones, como China, India, Japón, Latinoamérica, Oriente Medio y Estados Unidos".

Una importante consideración: Lo presencial es lo más importante

"El formato *online* para la enseñanza puede ser un buen complemento, sobre todo para recuperar clases perdidas por complicaciones de la vida sénior (enfermedades, citas médicas, obligaciones familiares etc.) Y puede ser vital en casos de falta de movilidad. Sin embargo, aparte de la excelencia académica, la gran mayoría de alumnos actuales y potenciales buscan el calor humano en un ambiente universitario, así como la posibilidad de crear nuevas redes de contactos que tengan sus mismos intereses.

A este respecto, las Asociaciones de Alumnos tienen una importancia vital y ayudan a reforzar estas redes y estudios con un extenso programa de actividades complementarias que, además, se convierte en un punto de unión entre alumnos de distintos cursos y antiguos alumnos.

Por otra parte, el ambiente joven de la Universidad -aunque no sea necesario un contacto físico/académico con los jóvenes- es vital y España tiene la enorme suerte de tener universidades de mayores dentro de las universidades de jóvenes".



El ejercicio intelectual, tan importante como el físico

“Las universidades de mayores/experiencia y la educación tienen un papel importante en las campañas sociales y públicas que fomentan el mantener una vida activa y saludable, así como evitar la temible soledad no deseada. De este modo, se necesita una ampliación de los programas con la correspondiente inversión institucional tanto en el ámbito nacional como autonómico.

Dentro de este nuevo proyecto de Formación Permanente a lo Largo de la Vida (*Lifelong Learning*) los estudiantes mayores tienen distintas necesidades, porque ya no es necesario realizar ‘carreras de utilidad’. Se estudia para otra ‘utilidad’ como lo es mantenernos vivos, activos, jóvenes y fuera de los hospitales y las residencias. Estos estudios son, sin lugar a dudas, parte fundamental de la medicina preventiva”.

Proyecto para el futuro

Para poder determinar una estructura ideal y flexible de cursos para el futuro (tanto contenidos como duración), sería recomendable realizar un serio estudio sobre la oferta actual existente para estudiantes mayores en las universidades españolas -tanto públicas como privadas- e identificar las mejores prácticas (*best practice*).

Además, sería aconsejable elaborar una encuesta nacional entre esta nueva generación de alumnado sénior que está matriculándose en la Universidad. Podría llegar a ser incluso un proyecto intergeneracional llevado a cabo junto con un grupo de alumnos jóvenes y el apoyo de las federaciones de asociaciones universitarias Sénior y sus comunidades autónomas ◀◀



LA IMPORTANCIA DE MANTENER IDENTIDAD PROPIA EN PARTE DEL PROGRAMA UNIVERSITARIO SÉNIOR

Antonio Gómez Cubero

Vocal de la Junta Directiva de PERITIA ET DOCTRINA

Universidad de Las Palmas de Gran Canaria (ULPG)

Es fundamental que los adultos mayores seamos conscientes de la realidad contemporánea y de las adaptaciones necesarias para mantenernos actualizados. Para ello, es imprescindible adquirir competencias en diversas áreas, como las digitales, idiomáticas y de salud, entre otras. Estas habilidades pueden ser desarrolladas a través de las Universidades y sus Programas Universitarios para Mayores (PUMs).

El enfoque de las distintas universidades que ofrecen estos programas ha variado; algunas han optado por compartir ciertas asignaturas con estudiantes de grados o posgrados, mientras que otras han creado diplomas con un contenido y duración específicos. También hay instituciones que han implementado un sistema mixto que combina ambas modalidades.

Es evidente que, si se nos preguntara a los potenciales participantes de los PUMs sobre nuestras preferencias, surgirían numerosas opciones. Al adquirir experiencia en este tipo de estudios, nos damos cuenta de que la diferencia de conocimientos que podemos obtener es lo que realmente nos motiva en esta etapa de la vida. A pesar de nuestra extensa trayectoria profesional, es en este momento cuando sentimos el deseo de aprender sobre áreas como Humanidades, Ciencias, Biodiversidad, Idiomas, Competencias Digitales y otros.

Por lo tanto, desde mi perspectiva y basándome en la experiencia personal en la ULPGC, considero que en el futuro próximo se demandarán diplomas que aborden temas como los mencionados anteriormente, que nos mantengan al tanto de las nuevas tecnologías, sin descuidar las humanidades y nuestro contexto.

Actualmente, en la ULPGC, ya contamos con opciones en este sentido, con distintos diplomas dentro de lo que la Universidad ha llamado "Programas formativos especiales", y que define como "otros estudios, de carácter propio de la ULPGC,



que si bien no encajan en las características de las enseñanzas de grado o posgrado, sí tienen una duración y estructura que los hace merecedores de ser considerados como un bloque específico de enseñanzas. Con estos estudios se pretende que la Universidad se abra a colectivos distintos de los que tradicionalmente ha sido su público y cubrir demandas de enseñanzas no satisfechas”.

Actualmente la ULPG imparte seis programas de estas características: el Diploma Peritia et Doctrina, el Diploma de Estudios Canarios, El Diploma de Estudios Europeos, el Diploma de Estudios Africanos, el Diploma de Estudios Latinoamericanos y el Diploma de Estudios Científicos y Tecnológicos. Se añaden los Estudios Asiáticos, y los Estudios Gastronómicos.

Los diplomas citados anteriormente tienen una duración de dos cursos académicos cada uno. Aunque no es un requisito, es común iniciar con el Diploma de Peritia et Doctrina. Este programa permite la integración de nuestra experiencia profesional con las doctrinas contemporáneas, facilitando la realización de trabajos en grupos de conocimiento que pueden ser presentados nuevamente a la Universidad, fusionando la experiencia con nuevas teorías del saber. En definición de la ULPG

“El programa Peritia et Doctrina” es el resultado del compromiso adquirido por la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria y la Dirección General de Servicios Sociales de la Consejería de Empleo y Asuntos Sociales del Gobierno de Canarias, en favor de una mayor implicación social, como una iniciativa encaminada a dar asistencia educativa y permitir el acceso a la Universidad a sectores de la población distintos al tradicional. Partiendo de este enfoque se ofrece una alternativa a la ‘tercera edad’ del nuevo milenio. Una experiencia de intervención socioeducativa desde el nivel superior de la enseñanza, como una forma de acercamiento de la Universidad a la realidad social. El programa de formación de mayores se concibe, por tanto, como la contribución de las universidades a la atención social solidaria, que, además, forma y con ello aumenta el nivel cultural de la comunidad”.

El nombre del proyecto surge de la idea de combinar la Peritia, “la experiencia y el saber que traen los mayores por formación previa y/o edad”, y la Doctrina, “el conocimiento que aún pueden adquirir”.

Los Diplomas de Estudios: Canarios, Europeos, Africanos, Latinoamericanos y Asiáticos, abordan los saberes de las culturas que han influido en la identidad canaria actual, considerando nuestra ubicación geográfica y el hecho de pertenecer a una comunidad con una constante movilidad migratoria.



El Diploma de Estudios Científicos y Tecnológicos tiene como objetivo, y parece lograrlo, acercarnos al conocimiento y a la aplicación de las nuevas tecnologías que son esenciales en el mundo contemporáneo.

En resumen, lo que se requiere para el futuro de los PUMs es reflexionar sobre cómo, mediante la colaboración de las personas mayores a través de la cultura, se podría desarrollar, incluso, un proyecto de convivencia real, como un *cohousing* (comunidad cohesionada) que integre a los alumnos de los PUMs con los estudiantes de Grados y Posgrados de la Universidad. Este proyecto ha sido presentado por estudiantes sénior de la ULPGC y ya se encuentra en fase de desarrollo activo.

En síntesis, lo anteriormente citado podría ser, bajo mi punto de vista, la formación y materias demandadas por las nuevas generaciones de estudiantes sénior. Nuestro valor añadido a estos programas -y a tenor del éxito obtenido con los Estudios Canarios- es el añadir a las materias troncales asignaturas y estudios que se centren en la idiosincrasia de cada Comunidad Autónoma, con el objetivo de conocer la historia, la evolución y las peculiaridades de la zona donde vivimos y que nos hace tener identidad propia.

No quisiera dejar de mencionar la importancia que tienen, en la consecución de los objetivos de los estudiantes sénior, las Asociaciones de alumnos y exalumnos de las PUMs, ya sea a través de los contactos con las universidades y administraciones públicas y privadas, como por la realización de actividades complementarias. Así, por ejemplo, no serían posibles estas Jornadas anuales que nos reúnen en conocimiento y convivencia para seguir avanzando en nuestros programas ◀◀



MESAS DE TRABAJO (II)

¿Qué subvenciones
otorgan a las Asociaciones
por parte de las universidades?



EN QUÉ SE EMPLEAN LAS SUBVENCIONES DE LA UNIVERSIDAD Y CÓMO SE JUSTIFICAN

Inmaculada Cañavete Fernández

Vicepresidenta de ALUMA. Universidad de Granada (UGR)

Sebastián Téllez Sánchez

Tesorero de ALUMA. Universidad de Granada (UGR)

En la Universidad de Granada las Asociaciones de Estudiantes están integradas en el Vicerrectorado de Estudiantes y Vida Universitaria, dependiente del Secretariado de Participación y Representación Estudiantil, que convoca subvenciones dos veces al año. En la convocatoria de las subvenciones figura el motivo de la misma:

"Corresponde al Vicerrectorado de Estudiantes y Vida Universitaria, a través del Secretariado de Participación y Representación Estudiantil, promocionar la participación juvenil en la vida social y cultural de la Universidad de Granada a través de asociaciones de estudiantes.

A tal fin, esta convocatoria persigue fomentar el movimiento asociativo, facilitando el apoyo económico a proyectos de asociaciones para contribuir así al desarrollo y consolidación del tejido asociativo. De esta forma se procura la expansión y fortalecimiento del asociacionismo estudiantil y la promoción de las condiciones para la participación libre y eficaz de la juventud».

En la convocatoria aparece solo la juventud, pero las asociaciones de alumnos del Aula Permanente de Formación Abierta son consideradas iguales a las juveniles.

Que subvenciones se reciben y cuáles son sus cuantías

El Vicerrectorado convoca subvenciones dos veces al año por una cuantía de hasta 6.999 euros. Las asociaciones presentamos proyectos detallados para realizar dentro del plazo que figura en la convocatoria.

"A estas convocatorias podrán concurrir las asociaciones de estudiantes universitarios inscritas y actualizadas en el Registro de asociaciones del Vicerrectorado de Estudiantes y Vida Universitaria, así como aquellas que se encuentren al corriente



de sus obligaciones de justificaciones de subvenciones de proyectos anteriores a la fecha de cierre del plazo de la presentación de solicitudes (...).

Con la finalidad de fomentar el movimiento asociativo estudiantil, la presente convocatoria mediante régimen de concurrencia competitiva, pretende apoyar económicamente proyectos presentados por las asociaciones indicadas anteriormente».

En qué se pueden emplear

Los proyectos consistirán en la realización de actividades tales como:

- Organización y/o participación en reuniones de carácter universitario.
- Actividades socioculturales de ámbito universitario.
- Proyectos dirigidos a favorecer la accesibilidad a estudiantes con diversidad funcional.
- Promoción de la solidaridad y acciones medioambientales.
- Proyectos de acción social a colectivos con dificultades para su integración.
- Proyectos que incidan en la cultura del emprendimiento y en el desarrollo de iniciativas innovadoras.
- Proyectos de dinamización universitaria y que generen sinergias entre el colectivo estudiantil y otros colectivos de su entorno social.
- Proyectos que generen nuevos recursos o permitan la puesta en valor de recursos ociosos y/o infrutilizados.
- Otras actividades propias de las asociaciones de estudiantes universitarios.

En que se emplean las recibidas.

En ALUMA utilizamos las subvenciones que recibimos para enriquecer nuestro programa de actividades, que incluye tertulias, conciertos solidarios, concursos, un premio de poesía, visitas culturales, desplazamientos, asistencia a jornadas y encuentros de convivencias, entre otros. Estas subvenciones son fundamentales para impulsar nuestras iniciativas y hacerlas posibles.

Además, es importante destacar los ahorros que logramos en el desarrollo diario de nuestras actividades. Nuestra sede se encuentra en el edificio Espacio V Centenario, donde contamos con servicios como internet, teléfono, aire acondicionado, calefacción, limpieza y mantenimiento, todos cubiertos por la Universidad. Esto nos permite concentrar nuestros recursos en ofrecer un amplio programa de actividades.



Cómo se solicitan y justifican las subvenciones

Se solicitan a través del formulario de la convocatoria, aportando la documentación requerida. Todas las asociaciones interesadas, incluida la nuestra, deberán presentar la siguiente documentación:

- Solicitud en modelo oficial -adjunto a la convocatoria- en la que se detallarán los proyectos a subvencionar, justificando su relación con el objeto de la convocatoria, y un presupuesto desglosado para cada una de las actividades que compongan el proyecto.
- Es importante presentar el presupuesto de cada proyecto dividido en partidas de gastos diferenciadas en las que se clarifique cuáles serían financiadas por el Vicerrectorado de Estudiantes y Vida Universitaria. La asignación presupuestaria, a cada partida, recogida en la resolución definitiva no podrá transferirse por la asociación a ninguna otra actividad, partida o concepto del proyecto.
- Cualquier variación sobre la documentación requerida deberá ser motivada en un escrito que acompañará a la solicitud. El Secretariado de Participación y Representación Estudiantil se reserva el derecho de solicitar cuantos documentos o facturas sean necesarias para comprobar el empleo adecuado de la ayuda.
- Las solicitudes deberán ir acompañadas de documentación justificativa de que se encuentra al corriente del cumplimiento de sus obligaciones fiscales y de la Seguridad Social, mediante la certificación emitida por la Agencia Tributaria y por la Tesorería General de la Seguridad Social.
- Las solicitudes deberán ir acompañadas de un certificado emitido por el Secretariado de Participación y Representación Estudiantil, de encontrarse al corriente de sus obligaciones de justificaciones de subvenciones de proyectos anteriores en la Universidad.
- La solicitud y documentación exigidas se presentarán, dentro del plazo fijado en esta convocatoria, en el Registro Electrónico de la Universidad de Granada a través de su web mediante solicitud genérica dirigida al Secretariado de Participación y Representación Estudiantil que será el órgano instructor del proceso.
- Las solicitudes deberán llevar firma del/a Presidente/a de la Asociación.



Justificaciones

Las asociaciones deberán justificar los gastos que vayan a cargo de las subvenciones otorgadas por el Vicerrectorado de Estudiantes y Vida Universitaria, con la presentación de las facturas originales (no se permiten *tickets* de compra) debidamente cumplimentadas o cualquier otro documento con validez jurídica que permita acreditar el cumplimiento del objeto de la subvención mediante cuenta justificativa del gasto. Deberán constar en las facturas el nombre, dirección, fecha, CIF y número de factura del emisor. Todas las facturas presentadas para justificar una actividad, deben estar realizadas a nombre y CIF de la asociación solicitante de la subvención.

Esta documentación justificativa se presentará, junto con una memoria de las actividades desarrolladas, dentro del plazo de los 45 días hábiles siguientes al plazo de ejecución del proyecto, mediante Solicitud Genérica a través de la Sede Electrónica de la Universidad de Granada dirigida al Secretariado de Participación y Representación Estudiantil.

El gasto subvencionable debe responder de manera indubitada a la naturaleza de la actividad subvencionada y resultar estrictamente necesario para la realización del proyecto.

Además de lo anterior, las asociaciones deberán presentar la justificación económica completa del proyecto, desglosando todos los ingresos obtenidos por cualquier tipo de concepto, y la relación de gastos. Se deberá presentar copia de las facturas -de aquellas que no vayan con cargo a la subvención concedida- y justificación de la realización del pago.

No se permitirá la realización de pagos en efectivo para aquellos gastos que vayan con cargo a la subvención concedida. Todos los pagos realizados para la ejecución del proyecto deberán contar con el justificante de la correspondiente transferencia bancaria o pago realizado mediante tarjeta de crédito ◀◀



SOBRE LA NECESIDAD DE CONTAR CON PROYECTOS CONCRETOS Y REQUISITOS PREVIOS

Fernando Cal González

Presidente de AMULL. Universidad de La Laguna (ULL), Tenerife

Las ayudas y subvenciones destinadas a las Asociaciones de Mayores, de forma general pueden proceder tanto desde los diferentes niveles de la Administración Pública, a través de las corporaciones municipales, los Cabildos o Diputaciones e incluso del Gobierno Central, como las fomentadas por entidades privadas, en las que cada una tiene sus propias convocatorias y criterios específicos.

En el caso de las Asociaciones de Mayores de las universidades, también cuentan con las subvenciones que provienen de las propias universidades de las que forman parte, y son estas por tanto el objetivo de esta mesa de trabajo, de las que realizamos un resumen salvando las evidentes diferencias que se dan según los territorios, y por tanto las políticas de ayudas que tengan establecidas las correspondientes universidades de cada uno de ellas.

Subvenciones Universitarias

En los estatutos de algunas universidades (me remito a los de la ULL), se recoge, tanto el derecho del alumnado para asociarse libremente en el ámbito universitario, como el disponer del adecuado apoyo institucional, con los medios necesarios, para sufragar las actividades de carácter estudiantil. Esta colaboración se centra en el apoyo económico y material, debiendo la Universidad habilitar los locales y medios necesarios, así como crear conceptos específicos en su presupuesto que permitan al estudiantado disponer de los recursos adecuados destinados a financiar sus actividades.

De esta forma, podremos distinguir varios tipos de subvenciones promovidas por las universidades: Subvenciones para infraestructuras, y subvenciones para proyectos de asociacionismo del estudiantado.

Subvenciones para infraestructuras

Son aquellas mediante las que algunas universidades facilitan a las Asociaciones la cesión de espacios para su uso, lo que resulta de gran importancia puesto que les



permite no solo mantener las reuniones propias de cada Asociación, sino también realizar cualquier tipo de actividades organizadas para el conjunto de los asociados, como pueden ser talleres, cursos y conferencias, sin que la disponibilidad de esos espacios les genere costo alguno.

Habitualmente, para lograr esta cesión es sumamente importante y necesario que se establezca previamente un “Protocolo de actuación” con la Universidad, donde se recoja el marco de colaboración entre ambas entidades. A través de este protocolo se consigue la participación y compromiso para la realización de las actividades y actos culturales promovidos por la Asociación.

Este ha sido, por ejemplo, el caso de la Universidad de La Laguna con nuestra asociación AMULL, que ya dispone de un protocolo o convenio que se ha venido prorrogando en el tiempo con los distintos órganos rectores que han gobernado la Universidad durante estos últimos años desde 2019. Actualmente se mantiene vigente.

Subvenciones para proyectos de asociacionismo del estudiantado

Partiendo del hecho de que el comportamiento de cada universidad varía dependiendo de sus recursos, seguro que todas tendrán establecidas ayudas específicas para la organización de conferencias, talleres, seminarios, e incluso viajes, siempre que las actividades cumplan los requisitos de las bases de las convocatorias de cada año. Con estas subvenciones, la Universidad trata de fomentar entre los estudiantes una formación promovida a través de iniciativas del propio alumnado.

Estas subvenciones no destacan precisamente por las cuantías que se conceden, y hay que tener en cuenta que no están dirigidas únicamente para “personas mayores”, sino para cualquier otra asociación dentro del ámbito universitario.

Tienen una finalidad muy concreta, que varía en cada convocatoria conforme a las bases y objetivos de los proyectos que se subvencionan. Estos últimos suelen tener varias categorías, que normalmente vienen agrupados en:

- Actividades culturales permanentes: ayudas a lo largo de todo el curso para programaciones de exposiciones, presentaciones de obras de teatro, danza, corales, recitales de música y actividades afines.
- Culturales Formativas: destinadas a talleres o cursos de expresión corporal, literaria, fotografía, cine, o actividades afines.
- Culturales organizativas de eventos: jornadas, encuentros, talleres, seminarios, o incluso asistencia a congresos en los que los propios estudiantes participen activamente, y que tengan un carácter principalmente formativo.



- Deportes: difundir y divulgar la práctica de juegos y torneos deportivos.
- Comunicación: promover y difundir el debate, estimulando la participación estudiantil a través de medios impresos, radio, digitales, tv, etc.
- Responsabilidad civil: proyectos que impulsen el voluntariado para acciones sociales en comunidades desfavorecidas.

Las modalidades expuestas vienen a ser un resumen, basado en una convocatoria real, del abanico de actividades susceptibles de solicitar ayudas, y sobre las que habría que estudiar en cada caso los requisitos para poder participar, con vistas a las justificaciones que hay que presentar y los criterios de adjudicación que estime la Universidad.

Teniendo en cuenta los recortes presupuestarios que sistemáticamente sufre la Universidad -en este caso concreto en la Comunidad Canaria-, lamentablemente los recursos que dispone la ULL para estas subvenciones son más bien escasos, y suelen estar distribuidos en tres fases distintas a lo largo del curso escolar, de tal forma que los proyectos deben realizarse dentro de los períodos de cada fase. Por supuesto las ayudas están sujetas a las justificaciones de gastos debidamente acreditadas, y soportadas con las facturas que se hayan emitido dentro de esa fase para la que se solicite.

Observaciones

Existen dos observaciones sobre la temática de las subvenciones. Una de ellas seguramente ya conocida por la mayoría de las asociaciones universitarias de mayores, y que por tanto ya lo cumplen, como es el hecho que, para acceder a cualquier subvención, deben estar previamente dadas de alta en el Registro de Asociaciones de cada Comunidad, lo que implica el cumplimiento a su vez de una serie de requisitos comunes para todas las asociaciones, y de cualquier índole, no sólo universitaria.

La segunda observación se basa en la necesidad de presentar proyectos concretos, que sean viables, fácilmente justificables, explicados con detalles y que puedan ser ejecutados en los plazos que exige la convocatoria.

Si queremos ser y actuar como asociación universitaria al igual que las demás, ya no nos ampara el pedir financiación para la asociación sin más, -sobre todo para las asociaciones que ya disponen de infraestructuras y servicios gratuitos en la Universidad- sino que debe solicitarse para iniciativas concretas que beneficien a la comunidad universitaria, en este caso al alumnado mayor. De este modo seguimos trabajando para mejorar con fines concretos y justificados ◀◀



MESAS DE TRABAJO (III)

Importancia de que las asociaciones
de los PUM estén federadas



LA CREACIÓN DE LA FEDERACIÓN DE ASOCIACIONES MADRILEÑAS DE UNIVERSITARIOS SÉNIOR (FAMUS)

Marta De la Rosa

Presidenta de AEPUMA. Universidad Autónoma de Madrid (UAM)

Presidenta de FAMUS

Según una de las definiciones de la Real Academia de la Lengua Española, "Federación" es un grupo de personas o asociaciones que defienden un interés común. Con esa intención se puso en marcha el 29 de enero de 2021 la Federación de Asociaciones Madrileñas de Universitarios Sénior (FAMUS).

En la actualidad cuenta con las siguientes Asociaciones miembros, todas ellas adheridas a la Confederación CAUMAS, que representan a 2.400 estudiantes universitarios sénior socios, aproximadamente, de la Comunidad de Madrid:

- ADAMUC. Asociación de Alumnos Mayores de la Universidad Complutense de Madrid (UCM).
- ALMUCAT. Asociación de Alumnos Mayores de la Universidad Carlos III Campus de Getafe (UC3M).
- AUDEMAC. Asociación de Alumnos Mayores de la Universidad Pontificia de Comillas Madrid.
- AUMAVIC. Asociación Universitaria Mayores Universidad Rey Juan Carlos. (URJC Vicálvaro).
- AEPUMA. Asociación de Estudiantes del Programa Universidad para Mayores de la Universidad Autónoma de Madrid (UAM).

Actualmente nos encontramos gestionando la incorporación de la Asociación Universitaria de Mayores de la Universidad Rey Juan Carlos, Campus de Móstoles, cuya directiva se encuentra en plena reestructuración.

FAMUS actúa para cambiar la imagen del colectivo de personas mayores que desafortunadamente sigue integrada en la sociedad; la conceptualización de que la persona mayor es alguien fuera de la realidad actual y, en consecuencia, recibe un trato infantilizado, en el mejor de los casos, o simplemente dejándolos de lado.



Esta imagen, a pesar de los pasos dados últimamente para borrarla, sigue tan marcada en el inconsciente colectivo que “sorprende” incluso a las autoridades que, en teoría, trabajan para ello cuando les presentamos nuestras inquietudes. No acaban de entender que, aunque no busquemos una salida profesional, queremos ampliar nuestro bagaje intelectual, y que se nos reconozca.

Poco a poco, vamos teniendo más masa crítica, fuerza y solidez para contactar con las instituciones, tanto a nivel local, autonómico como estatal donde, actualmente, empiezan a dar relevancia a los estudiantes sénior, pero debemos reconocer que muy lentamente.

Estructura de la Federación

FAMUS tiene su campo de actuación en la Comunidad de Madrid, sin dejar de lado al resto de Asociaciones y Federaciones de ámbito nacional, con el objetivo de impulsar el asociacionismo entre los alumnos universitarios sénior y fomentar su integración en nuestra Confederación CAUMAS.

Naturalmente, cada Asociación tiene sus propias políticas de actividad, según circunstancias variables y particulares de la universidad a la que pertenecen. No obstante, tenemos intereses comunes. Estamos desarrollando un proyecto conjunto que procedemos a valorar y, juntos, trabajar para lograr objetivos como equipo.

En este sentido, es muy importante la unión de las asociaciones miembros a la hora de reivindicar el reconocimiento de nuestra condición de estudiantes de pleno derecho; de la creación de la “facultad de la enseñanza a lo largo de la vida”; de que se tenga en cuenta nuestra opinión en la elaboración de las normativa autonómicas; que se recoja al estudiantado sénior en los nuevos estatutos que deben confeccionar todas las universidades.

Desde FAMUS, somos conscientes de la responsabilidad institucional que nos han otorgado nuestros socios. Trabajamos permanentemente para mejorar, en lo posible, las condiciones académicas, culturales y sociales en beneficio de nuestro colectivo al que, todavía, estimamos no se le otorga suficiente relevancia. El número de estudiantes universitarios sénior aumenta de forma exponencial, y esta realidad tiene que ser reconocida y valorada.

Somos agentes sociales, y trabajamos en ello. Pedimos a las Universidades de la Comunidad de Madrid la implantación de una definición propia para los estudios universitarios de mayores, como una medida de inclusión social.



Pedimos a la Consejería de Educación de la Comunidad de Madrid que impulse intercambios y colaboraciones de las "facultades de educación a lo largo de la vida"/ universidades de la experiencia, con el resto de las Universidades del Estado, contando con la contribución de FAMUS.

Promovemos ante las autoridades universitarias, que los alumnos sénior estén incluidos en los órganos de representación universitaria. En este momento, la Universidad Rey Juan Carlos ya reconoce al alumnado mayor como alumnos de pleno derecho, sin limitación alguna. Afortunadamente para ellos, tienen ese camino recorrido, mientras los demás estamos siguiendo sus pasos.

Al tener una comunicación permanente entre las Asociaciones que conformamos FAMUS, se han acercado posturas, nos ayudamos, aprendemos unas de las otras, intercambiamos ideas, y realizamos proyectos conjuntos. Luchamos contra el edadismo y promovemos actividades para luchar contra la soledad no deseada.

Somos conscientes de la independencia de las universidades y de la libre cátedra, pero a través de la Comunidad de Madrid, y en especial de la Dirección General de Universidades, queremos influir en la implantación de unos Programas Universitarios para Mayores (PUM) similares en nuestra Comunidad, que formen parte de la oferta educativa universitaria.

Representantes de todas las asociaciones universitarias que integramos FAMUS, tuvimos el pasado 27 de febrero una reunión con el Director General de Universidades de la Comunidad madrileña, D. Nicolás Javier Casas Calvo, en la que participó también su subdirector. En el encuentro se trató la implantación de la Ley Orgánica del 12/04/23 del Sistema Universitario (LOSU), -en especial sobre la educación y formación a lo largo de la vida- y el interés que tenemos desde FAMUS sobre cómo nos va a afectar y cómo incidirá en las estructuras académicas, participativas y docentes de los Programas Universitarios para Mayores.

También les comentamos que la Asociación AEPUMA presentó el 3 de octubre de 2023 en el Registro General de la UAM la petición a la Rectora para que, en la nueva redacción de los Estatutos de la Universidad que están en proceso de elaboración, se reconozca a los estudiantes de la Universidad de la Experiencia como alumnos de pleno derecho, sin restricción alguna, respaldándola en la nueva Ley de Universidades.

Asimismo les solicitamos que consideren la financiación a proyectos propuestos por FAMUS, como patrocinadores, en diversos encuentros como el de coros, jornadas, viajes culturales y otras actividades beneficiosas para nuestro colectivo.



En esta línea, les animamos a que fomenten y respalden iniciativas como las visitas a centros culturales o entradas reducidas a los teatros del canal, dirigiendo su apoyo final a la actividad y no exclusivamente a FAMUS.

Actividades y proyectos

La Federación se encuentra actualmente realizando y planificando actividades interuniversitarias aprovechando la sinergia y el potencial de las asociaciones miembros, como el concurso literario promovido por AUDEMAC o el crucero fluvial por el Duero, promovido por AUMAVIC, entre otras iniciativas.

Queremos y proyectamos participar en foros, medios de comunicación, congresos y cualquier otro tipo de espacio y vías de divulgación para fomentar el asociacionismo y mejoramiento de los PUM, en favor de los estudiantes universitarios sénior.

Por otra parte, estamos en permanente contacto con la Fundación para el Conocimiento *madri+d*, que controla la calidad de la educación superior, la ciencia y la tecnología en la Comunidad de Madrid, con el fin de desarrollar proyectos innovadores como *wikimedia*, fundación que provee la infraestructura esencial para el conocimiento libre, y alguno otro proyecto más que está en proceso de concretar y que anunciaremos los canales de la Federación y Confederación.

También se está proyectando la II Jornada de Asociaciones Universitarias de Alumnos Sénior, para dar visibilidad a FAMUS, nuevamente patrocinada por *madri+d*, cuya dirección cuenta con nosotros siempre en todo lo que estima oportuno.

En conclusión, y atendiendo al interés en la divulgación de nuestras propuestas, estas XXII Jornadas sobre Asociacionismo Universitario Sénior son un espacio idóneo para dar a conocer a FAMUS, y por tanto, la importancia de que las asociaciones vinculadas a los PUM trabajen unidas bajo los mismos intereses, tanto sociales, como académicos y por supuesto, económicos. Aprovechemos estos foros para crear sinergias y no se queden en unas simples conclusiones, sino en objetivos reales y prácticos que beneficien a toda la comunidad universitaria sénior ◀◀



LA NECESIDAD DE QUE UNA ASOCIACIÓN TRABAJE EN EQUIPO POR LOS MISMOS INTERESES

Rafael Santos Priego

Presidente de la Asociación de Alumnos y Exalumnos del Centro
Intergeneracional Francisco Santisteban

Universidad de Córdoba (UCO)

Esta intervención versa sobre nuestra Asociación y el Programa de Mayores en la Universidad de Córdoba; sus éxitos, problemáticas y la importancia de estar Federados y Confederados, atendiendo al nuevo renacimiento de la Federación Andaluza de Asociaciones de Aulas Universitarias de Mayores (FADAUM) y nuestro ingreso oficial como Asociación en CAUMAS.

Consideramos que conocer la experiencia de cada Asociación Universitaria es muy instructivo porque se puede tener en cuenta a la hora de, cada una, recoger ideas y prácticas que podrían ser aplicables a las nuestras.

Nuestra Asociación se creó en el curso 2004-2005, y en los primeros años la relación con el Programa fue de colaboración mutua. Sin embargo, pasaron unos años de cierta tirantez con la dirección del mismo, sin que aún conociéramos los motivos para ello, pero fue un tiempo en los que la asociación continuó desarrollándose. Desde hace dos años -a partir de elección de nuevo equipo rectoral y dirección del Programa- la relación es inmejorable, de colaboración total y absoluta de nuestra Asociación con el Centro Intergeneracional Francisco Santisteban, que es como se denomina nuestro Programa Universitario para Mayores en Córdoba.

Desde los inicios, la Asociación cuenta con un número aproximado de 300 asociados, que siguen manteniéndose en el curso actual 24/25. Nuestro contacto con los asociados es a través del correo electrónico y por WhatsApps, a través de los cuales informamos del desarrollo de las asignaturas del Programa, incidencias en las mismas, noticias, actos y eventos culturales que se celebran en Córdoba ciudad y la provincia, tanto por parte de la Universidad como de los distintos organismos (Ayuntamiento, Diputación, Real Academia, etc). De acuerdo con nuestros estatutos, organizamos visitas culturales a distintos puntos del país de distinta duración: 1 día, 2/3 días y dos visitas al comienzo y finalización del curso, de 5 a 7 días.



En el segundo cuatrimestre, en marzo o abril, celebramos un ciclo de conferencias que hemos denominado “Ciclo de Conferencias en Primavera”, cumpliendo el pasado curso la XII edición. Hay que comentar que este ciclo es todo un éxito y se ha convertido en bandera de las actividades de la Asociación, debido a que los temas son muy actuales -sobre nuestra cultura e idiosincrasia la mayoría-, apropiados para la edad de las personas a las que son dirigidos, y con ponentes profesionales normalmente conocidos. Para estas conferencias y para la Asamblea Anual contamos siempre con el Salón de Actos del Rectorado u otro salón del mismo edificio, que la Universidad nos cede gratuitamente.

Asimismo celebramos lo que llamamos “Copa de Hermandad” que consiste en una comida, que celebramos en Navidad y en el Fin de Curso, con la asistencia de la mayoría de nuestros asociados.

Con la Dirección del Programa nos reunimos periódicamente y cada vez que lo necesitamos, a fin de aunar esfuerzos y colaborar mutuamente en todo lo necesario. Igualmente, son frecuentes los encuentros con el Gerente de la Universidad y el Presidente del Consejo Social de la misma.

Desde hace ya bastantes años tenemos un despacho en un edificio del Rectorado de nuestra Universidad, con teléfono, línea de internet y wifi, también gratuitamente.

Pero no todo es tan positivo. Desde hace cuatro años venimos solicitando que nuestra Asociación sea reconocida como universitaria en los estatutos de la Universidad, pero año tras año se nos viene denegando con distintas excusas. La negativa principal era que la Universidad de Córdoba no tenía un reglamento que incluyera asociaciones de alumnos. Afortunadamente, el curso pasado se aprobó dicha normativa y, de nuevo, hemos solicitado nuestra inscripción e incorporación como Asociación Universitaria. Atendiendo a las gestiones que hemos realizado, puede que en los próximos meses quede solventada esta incidencia, ya que en muchos aspectos es sumamente interesante este reconocimiento del que ya disfrutaban algunas asociaciones.

Precisamente porque el no ser reconocida por la Universidad perjudica a la Asociación en cuanto a financiación. Contamos con una cuota por alumno y curso que, hasta el año pasado, fue de 18 euros, sin embargo para el curso 24/25 la hemos aumentado a 20 euros con la esperanza de que esta subida no incida en el número de asociados. Es la única fuente de ingresos de la Asociación, ya que al no estar reconocida aún como universitaria no tenemos acceso a las ayudas o subvenciones de nuestra Universidad, y tampoco a las que convocan otras entidades como Ayuntamiento o Diputación, porque o no contamos con los requisitos que piden, o cuando los cumplimos, por lo general, vienen denegadas.



La Unión hace la Fuerza

Por todo lo expuesto, nuestra Asociación ha considerado siempre que la unión hace la fuerza, y la convivencia y el compartir experiencias pueden ayudarnos a aprender de los errores y aciertos.

Desde que en 2003 nació la Federación Andaluza de Asociaciones Universitarias de Mayores, FADAUM, hemos asistido a todas sus reuniones y actividades junto a otras asociaciones andaluzas. Desgraciadamente, y por diferentes causas sufrió un estancamiento durante años que casi la lleva a desaparecer. Sin embargo, gracias a los esfuerzos de las asociaciones veteranas y otras nuevas que se han federado, podemos decir que en este año 2024 FADAUM ha resurgido con fuerza, con una nueva Junta Directiva y al fin anunciamos que ya existen convenios firmados para volver a dar a conocer en breve una Federación Andaluza renovada.

Queremos concluir comentando lo que para nosotros ha sido un nuevo impulso dándonos de alta a todos los efectos como Asociación en CAUMAS. Aunque ya fuimos miembros de la Confederación a través de FADAUM antes de su retiro, consideramos necesario unirnos para coger fuerzas, convivencia y experiencias con otras asociaciones confederadas y poder participar de las asambleas y juntas.

Es un paso importante para nosotros porque en el devenir que nos espera como Asociación Universitaria, consideramos a la Confederación un fuerte respaldo en el ámbito nacional y comunicacional.

Por ello, y para celebrarlo, esta Asociación se postuló para celebrar las próximas Jornadas (XXIII) en Córdoba, donde esperamos cumplir y seguir llevando a cabo los retos que nos proponemos este año.

Esperamos veros a todos y a muchos más en nuestra bella ciudad, y sobre todo, porque se ofrecerá un amplio espacio a las mesas de trabajo de las Asociaciones para que podamos informar de las evoluciones que hemos experimentado en un año a partir de los objetivos, proyectos y trabajo que en estas mesas de trabajo nos hemos propuesto cada una. Esperemos cumplir ese reto por nuestra parte ◀◀



MESAS DE TRABAJO (IV)

Intercambios académicos
con otras universidades
nacionales e internacionales



ALUMA, PIONERA EN INTERCAMBIOS ACADÉMICOS CON UNIVERSIDADES SÉNIOR INTERNACIONALES

José Rodríguez Sánchez

Presidente de ALUMA. Universidad de Granada (UGR)

Rafael Reche Silva

Secretario de ALUMA. Universidad de Granada (UGR)

La Asociación ALUMA ha sido pionera en el ámbito de la relaciones internacionales de intercambios con otras universidades sénior o de la Tercera edad tanto en Europa como en México, donde se han hecho extensible al territorio nacional en una correspondencia de ida y vuelta, expuesta en estas Jornadas. Granada, la Universidad de Granada y la asociación ALUMA también han acogido la visita de grupos de estudiantes mayores de algunos países y universidades sénior españolas.

Estos intercambios se remontan al comienzo de ALUMA, en 1996, que se fundó en junio y en ese mismo mes ya hicieron una visita académica a la Universidad de Salamanca, y posteriormente el alumnado sénior salmantino devolvió la visita Granada. Al año siguiente hubo un intercambio con la Universidad de Santiago de Compostela, y también recibimos la visita de la asociación de estudiantes de la "Universidad para todos" de Borgoña (Francia) a los que devolvimos posteriormente la visita. Ya en 2001 nos vimos en Murcia con la Asociación de Alumnos del Aula Universitaria "Rector Sabater", y siguió Zamora, Badajoz, etc. Este testimonio lo recogimos la Junta Directiva actual y procedimos a adaptar estos intercambios a los nuevos tiempos, nombrando incluso a una persona responsable para este cometido.

Con este bagaje hemos descubierto que la Universidad no tienen fronteras, y por tanto nosotros, que somos universitarios, tampoco las tenemos. Se trata de vivir experiencias tanto académicas como convivencial, y aunque cada visita/viaje es diferente, nos hemos encontrado con que todo el alumnado sénior, sea nacional o internacional somos muy parecidos en lo que nos une.

Realmente cada viaje es distinto, pero hay una filosofía que los une: saber lo queremos hacer, como es llevar a los estudiantes universitarios sénior de ALUMA e incluso de otras asociaciones compañeras a una práctica interuniversitaria.



Cada uno de los encuentros universitarios han aportado un beneficio en lo social, cultural y académico y una experiencia enriquecedora a nivel personal como institucional. Asimismo nos hemos convertido en embajadores de la ciudad y de la prestigiosa Universidad de Granada, porque aparte de conocer el programa universitario, la cultura del país, sus gentes y sus costumbres, nosotros también les exponemos todo nuestro bagaje para su conocimiento.

En ALUMA los encuentros los llamamos “de ida y vuelta”, nosotros vamos y ellos vienen a devolver la visita. El Rectorado y la Universidad se vuelcan en la recepción de visitantes y en la organización académica en Granada. Del mismo modo, en cada país nos reciben exultantemente y hasta hemos aparecido en la prensa y en la televisión de la ciudad de acogida como “estudiantes mayores de España visitan nuestra Universidad en un intercambio académico y cultural”.

En el historial de estos intercambios, a partir de 2015, podemos diferenciar los internacionales y los nacionales, en los que ALUMA ha visitado a otro estudiantado sénior. En España, solemos realizarlos en común acuerdo con las asociaciones de los PUM, que se convierten en nuestras anfitrionas, y viceversa:

- *Internacional con las universidades:* Oporto (Portugal, 2015 y 2022); Alessandria (Italia, 2016); Toulouse (Francia, 2017); Lovaina la Nueva (Bélgica, 2018); Lublin (Polonia, 2019); Ciudad de México (México, 2022); Salzburgo (Austria, 2023) y Lecce (Italia, 2024). La próxima se está preparando para la Universidad de Kauna, en Lituania.
- *Nacional con las universidades:* Oviedo (Asturias), Alcalá de Henares (Madrid), Las Palmas de Gran Canaria.

Propuestas y sugerencias

1. Cualquier relación interuniversitaria internacional desde una asociación de estudiantes es compleja y necesita los apoyos de las instituciones universitarias, al no tener una asociación de alumnos como anfitriona. En nuestro caso implicamos a la Universidad, al Aula Permanente, a la Asociación, al Ayuntamiento, e incluso a los medios de comunicación.
2. Los procedimientos iniciales de contacto para estos intercambios han sido similares pero la idiosincrasia de cada país y el idioma han hecho que cada viaje se realice a medida y de manera diferente. Siempre se suele realizar en el idioma natal del país anfitrión.



3. El programa de visita de los intercambios constan de una parte académica y de hermandad, y otra lúdica y de turismo para conocer la cultura del país. No faltan las comidas y cenas de convivencia, que permiten que surja la amistad.
4. Los grupos de mayores que han viajado a los encuentros se encuentran en el rango de 30 a 54 personas, en un viaje a medida según el acuerdo de fechas con la Universidad que vamos a visitar, y gestionado por una agencia de viajes de Granada, con pensión completa y hoteles de 4 estrellas. Los gastos en las actividades con los compañeros son pagados también de nuestro presupuesto. No se recibe subvenciones por parte de ningún organismo oficial ni la asociación aporta ninguna ayuda económica.
5. La organización del encuentro universitario internacional se inicia un año antes de la salida. En esta fase es la Asociación la que se hace cargo de buscar la Universidad de destino y los contactos. Es un trabajo arduo de correspondencia via correo electrónico, videoconferencias y mensajes de *whatsapp*, sobre todo porque hay que contestar a las preguntas iniciales que nos realizan de "por qué venís, a qué, quiénes sois, qué nos va a costar..." Son preguntas que ya tenemos muy sabidas y contestamos brevemente. Esta antelación de tiempo también es idónea para que los usuarios se planifiquen y puedan ir pagando el viaje en plazos sin que suponga un desembolso repentino importante.
6. El idioma empleado en las visita es el propio del país que se visita, nos apoyamos en traductores online y en pocas ocasiones se recurre al inglés como lengua común. Resulta curioso cómo podemos entendernos hoy en día en polaco o lituanés usando las nuevas tecnologías que tenemos al alcance.
7. Algunos encuentros universitarios han tenido un aporte cultural y de arte, como exposiciones de pintura, fotografía o participación del Coro del Aula Permanente de la Universidad de Granada. La mayor dificultad ha sido el traslado y retorno de la obras expuestas, en cada ocasión se ha utilizado un método diferente.
8. Solo en el primer encuentro internacional en Oporto asistieron docentes profesionales de la Universidad de Granada.
9. Los actos académicos en la Universidad anfitriona han sido representado por el Presidente de ALUMA José Rodríguez y el Secretario y encargado de las relaciones internacionales, Rafael Reche.



10. La duración de los viajes universitarios oscilan entre 5 y 7 días, excepto en México que fueron de 13 días. En el itinerario, se contemplan de 2 a 3 días para convivencia en hermandad y actividades académicas con la universidad que se visita, y el resto de días se dedica para viajar por el país realizando turismo cultural.
11. En los últimos intercambios universitarios se ha cedido un cupo reducido de plazas a otras asociaciones de universitarios mayores de España, como Sevilla, Ceuta, Melilla, Canarias, Asturias y Madrid.

En conclusión, esta exposición de nuestra experiencia sirve para animar a las asociaciones universitarias de mayores a que se animen, y que se empiecen por las nacionales, que ya nos conocemos, y creo que todas estamos abiertas a un intercambio interuniversitario. ALUMA ha abierto a varias Asociaciones la posibilidad de visita, -como Jaén y Oviedo de nuevo-, y solo hay que comenzar a organizar.

Estas experiencias nos unen, son enriquecedoras en todos los sentidos, y no sólo gastronómicamente hablando, que también es un pilar de la cultura. Intercambiamos opiniones e iniciativas sobre nuestros programas, nuestras universidades, y es un placer ser recibidos por el Rector/a, Alcalde/sa, y otras autoridades varias, para que conozcan nuestro potencial, nuestra fuerza, dónde podemos llegar, y de este modo conseguir ir más allá paso a paso en sus apoyos ◀◀



LA PROYECCIÓN DE LA ASOCIACIÓN DE ALUMNOS DEL PUMUO DE OVIEDO EN INTERCAMBIOS

Marmeto Sánchez Oviedo

Tesorero de APUMUO. Universidad de Oviedo (UniOvi)

La Asociación APUMUO adscrita al Programa para Mayores de la Universidad de Oviedo, se fundó en el año 2002, dos años después de haberse iniciado el programa. Su Junta Directiva la componen siete personas y en la actualidad cuenta con aproximadamente 350 asociados repartidos entre las sedes del Programa de Avilés, Gijón, Lluvia, Mieres y Oviedo, con una matrícula total aproximada de 800 alumnos.

Teniendo en cuenta que la mayor esperanza de vida ofrece múltiples oportunidades, y no solo para las personas mayores sino también para la sociedad en su conjunto, la capacidad para realizar lo que más se valora apenas distingue las edades; sobre todo cuando las personas pueden vivir esos años más de vida con buena salud y no menos importante, un entorno adecuado.

En Asturias el porcentaje de mayores de 65 años representa aproximadamente un 30% de la población, y por tanto, nuestras actividades van encaminadas hacia la integración de ese segmento de población en la Universidad -donde la mayoría no pudo ir- animándoles a matricularse en los Programas Universitarios para Mayores y fomentando más participación, con el fin de evitar el aislamiento y promoviendo la socialización.

Para ello, desde nuestra Asociación organizamos diversas actividades, tanto lúdicas como culturales, concursos literarios, fotografía y artes plásticas, visitas culturales a museos, edificios históricos, tanto en el Principado de Asturias como en otras comunidades. A través de estas actividades, programamos cumplir con nuestros objetivos, los mismos que proponemos a cada estudiante universitario sénior cuando pregunta "Por qué asociarse":

- Crear una fuerza asociativa bajo los auspicios de la Universidad.
- Permanecer en un espacio de cooperación que supere el aislamiento en el que nos encontramos frecuentemente las personas mayores.



- Participar de las decisiones compartidas por los asociados encaminadas a la mejoras de las condiciones, tanto en la Universidad, como en la propia vida.
- Favorecer y coordinar estudios y actuaciones de los asociados con el fin de preservar la dignidad humana en todas las etapas de la vida.
- Promover el desarrollo de investigaciones científicas para el bienestar de las personas mayores.
- Organizar Congresos, conferencias, talleres e informes técnicos y jurídicos para el intercambio de conocimientos, especialmente el intergeneracional.
- Informar a los asociados las ventajas y riesgos de los nuevos avances en la ciencia encaminados a tener una vejez saludable.
- Velar por el respeto debido, tanto de los asociados, como de los alumnos y profesores de PUMUO, tanto en sus labores de investigación y cátedra como las posibles objeciones de conciencia.
- Favorecer la implantación en la sociedad del respeto a la vida, la salud y la dignidad humana en todas las etapas de la vida.

Actividades y proyectos

A finales del curso pasado se organizó un viaje a Malta con la asistencia de un nutrido grupo de personas asociadas, también tuvieron éxito los ciclos de conferencias, impartidos por profesores de la Universidad y personalidades de distintos ámbitos culturales y deportivos; senderismo en la naturaleza; actividades navideñas, y por supuesto las comidas convivenciales, entre otras actividades.

Como actividad estrella, la Asociación cuenta con un coro compuesto por 40 voces mixtas que actúa en eventos universitarios, así como en diversos espacios, como centros de personas mayores, y allí donde nos requieran.

En cuanto a la financiación de la asociación no contamos con ninguna subvención por parte de la Universidad ni entidad particular alguna, nos autofinanciamos a través de una módica cuota anual.

Nuestra relación con la Universidad se puede calificar como afable y de buena colaboración mutua, y nos apoyan en algunas actividades, como es la realización de un libro que publicamos con las obras de los concursos de arte, y también nos cede espacios para el desarrollo de nuestras actividades, como exposiciones, ensayos del coro, y un local para sede de la Asociación.



Intercambios interuniversitarios

Dentro de las actividades de la Asociación, queremos destacar la importancia de intercambios con otras asociaciones, que no solo se realizan con visitas sino también con iniciativas como el Certamen Interuniversitario de Relatos Cortos y Poesía, en el que puede participar cualquier persona adscrita a una Asociación Universitaria de Mayores de las Universidades Españolas, cuya Asociación o Federación esté adscrita a CAUMAS. Este año 2024 se ha cumplido la VI Edición del Certamen.

Asimismo se convocó en 2018 el primer concurso de fotografía y selección para la Primera Exposición de Fotografía interuniversitaria en Granada. Y en esta línea de intercambios culturales, también hemos organizado un encuentro de Coros, con su consiguiente comida de convivencia.

Y por supuesto hemos visitado como alumnos Madrid, Toledo, Bilbao, Santiago de Compostela, Zaragoza, Burgos y Pamplona, entre otras muchas ciudades, y recibido a los socios de ALUMA de la Universidad de Granada en un encuentro interuniversitario en Oviedo. Por supuesto, devolvimos la visita durante unos días que fueron enriquecedores para todos los estudiantes asturianos y granadinos, que ya habíamos estrechamos lazos en Oviedo, pero que nunca dejamos de conocer y aprender. Como escribió el secretario de ALUMA, Rafael Reche en el Ideal de Granada: es un placer escuchar los sones de "Asturias patria querida" con respuesta compartida por las voces que cantan "Granada, tierra soñada por mí".

Es un buen resumen de lo que realmente significa esta mesa de trabajo ◀◀



EPÍLOGO



ESTRATEGIA DE LA XUNTA DE GALICIA EN MATERIA DE PERSONAS MAYORES

Antón Acevedo Prado

Director Xeral de Maiores e Atención Sociosanitaria
Xunta de Galicia

Galicia ocupa un lugar destacado en materia de personas mayores, porque es la Comunidad Autónoma más envejecida. En cinco años llegaremos al 30% de la población con más de 65 años, y se requieren servicios que las Administraciones Públicas estamos obligadas a proporcionar.

De hecho, el envejecimiento de nuestra población nos exige actuar y llevar asistencia donde no llegan otras instituciones porque, además, en Galicia contamos con una diversidad poblacional muy acuciada.

En este sentido, la Federación Gallega de Asociaciones universitarias Sénior (FE-GAUS) ha sido la pionera en llevar cursos de capacitación digital a personas mayores por todo el territorio gallego, consiguiendo que los ciudadanos estén adaptados y satisfechos. FEGAUS es uno de los 700 aliados digitales del "Plan de Inclusión Digital de Galicia 2020", impulsado por la Amtega –Agencia para la Modernización Digital de Galicia de la Xunta-, con el fin de participar en el desarrollo de la sociedad digital en Galicia en el marco de su responsabilidad social empresarial, mediante la aportación de recursos financieros, humanos o, como en este caso, de conocimiento.

De este modo se han ofertado cerca de 1.500 plazas en 17 localidades con Aulas CeMIT para introducir a las personas mayores en el uso de las aplicaciones y recursos que les ofrecen los móviles. Hay que destacar que la Red CeMIT es una iniciativa puesta en marcha por la Amtega y cuenta con la colaboración de 92 ayuntamientos y 53 comarcas y está integrada por 98 aulas, con el objetivo común de transformar a la ciudadanía gallega en una sociedad plenamente integrada en la sociedad digital. Esta Red es uno de los instrumentos principales del "Plan de Inclusión Digital de Galicia" para ofrecer a la ciudadanía recursos de capacitación digital en función de su nivel de conocimiento.



Las personas mayores son nuestra prioridad, y a las que se han destinado cinco millones de euros a cargo del IRPF que se destinan a programas dirigidos a su bienestar integral. Esta estrategia constituye la renovación del compromiso de la Xunta de Galicia para garantizar el bienestar y la calidad de vida de las personas a medida que envejecen.

Este trabajo es conjunto de la Administración Autonómica Gallega y de los denominados Grupos de Interés (entidades prestadoras de servicios, familias, universidades y profesionales, entre otros) que participan en esta iniciativa con el objetivo de conseguir un envejecimiento activo y saludable en Galicia. La estrategia se articula a través de tres líneas fundamentales:

- La persona como responsable de su propio proceso de envejecimiento;
- La puesta en marcha de modelos innovadores de cara a la construcción de experiencias que favorezcan un envejecimiento activo y saludable y una vida autónoma;
- La articulación de un camino hacia un cambio de paradigma en la sociedad.

A estas líneas estratégicas se incorporan tres ejes transversales: perspectiva de género, el proceso de envejecimiento en el ámbito rural y la discapacidad. Por tanto, cada línea estratégica se analizará desde esta triple perspectiva como respuesta a la representatividad y a la desigualdad de oportunidades que afectan con mayor intensidad a estos colectivos.

En esta misma línea, tengo que hacer referencia a la Estrategia Gallega de Atención a la Soledad no Deseada con la que se busca prevenir, detectar, intervenir, visibilizar y buscar vías de cooperación para atender a las personas en situación de soledad no deseada, convirtiéndose en la primera Comunidad en contar con un documento de estas características. Me agrada que esta problemática también haya sido abordada en estas Jornadas, porque el estudiantado universitario sénior tiene mucho que aportar desde su saber hacer y con sus asociaciones, que tienen el privilegio de poder actuar en sus municipios.

Por tanto, respecto a la Formación Permanente, el Gobierno gallego apuesta por ofrecer a las personas mayores la oportunidad de compartir todo su conocimiento y experiencia, como es este foro, por lo que la Xunta seguirá reforzando estos programas de Universidad Sénior o los programas de Voluntariado Sénior, para seguir aportando su experiencia y que de este modo le sea útil a toda la sociedad.

Con iniciativas como estas Jornadas, también llegamos a personas que se fueron pero siguen siendo y perteneciendo a esta tierra, donde nadie es Forastero ◀◀



CONCLUSIONES Y OBJETIVOS



Formación continua, socialización y bienestar. El espíritu que nos une

El título de estas Jornadas refleja el deseo del colectivo de los alumnos y alumnas mayores universitarios de unirse bajo criterios comunes para continuar, con más fuerza, si cabe en lo que consideran un pilar importante en esta etapa de la vida, como es la formación permanente en la Universidad. En consecuencia, en este encuentro se ha expuesto y demostrado -desde ámbitos multidisciplinares- que esta formación universitaria para personas mayores promueve la socialización y por ende, a todos los efectos y niveles, el bienestar personal.

En ese espíritu que nos une, las nuevas generaciones de estudiantado universitario sénior demandan otras materias que difieren del mero hecho de entrar por primera vez en la Universidad, como son materias que contribuyan a su propia autonomía y a la ayuda social uniendo conocimiento y experiencia.

En esta publicación se han recopilado todas las aportaciones de las personas participantes en un espacio de reflexión con sello académico, que han derivado en las siguientes conclusiones consensuadas:

1. Las Asociaciones Universitarias Sénior pueden decir que luchan contra los "MALESTARES" de la sociedad y eso se denomina "Hacer Prevención": menos medicinas, menos centros de salud, menos soledad, menos residencias y menos depresión.
2. Los PUM ofrecen conocimiento y socialización, vida plena y significativa, por ende, bienestar integral. Por tanto, las Asociaciones de los PUM somos vínculos entre la Universidad y el Alumnado; somos plataforma para un envejecimiento activo.
3. Cada vez se hace más evidente la necesidad de la formación continua o a lo largo de toda la vida, con la urgente y evidente adaptación de nuevas materias y/o contenidos. Tal es la demanda que, en la mayoría de las Universidades Sénior, muchos alumnos se quedan sin plazas en cuestión de horas o días.
4. El alumnado universitario sénior sigue apostando por las Humanidades, y de hecho son los que van a salvar las Humanidades porque los estudiantes jóvenes buscan cada vez más estudios prácticos y con salida profesional.
5. El estudiantado sénior está cambiando, pero coincide en que es necesaria la presencialidad, que para nosotros significa empatía, ilusión, formar parte de una familia nueva y, por tanto, un antídoto contra la soledad.



6. Los Programas Universitarios para Mayores deben trascender el simple aprendizaje por placer y enfocarse en la adquisición de competencias que fomenten la autonomía, la adaptabilidad y el liderazgo activo de las personas mayores.
7. El aval universitario significa calidad, una garantía que llevan a gala las asociaciones y estudiantado universitario sénior, que nos convierte en embajadores económicos y sociales capacitados para contribuir a esa red de influencia que necesita actualmente la sociedad.
8. Contemplamos ya una visión de futuro sobre las Universidades para Mayores, donde el espacio formativo se concibe como el primer peldaño hacia otros ámbitos complementarios dentro del entorno universitario, en los cuales las nuevas generaciones de personas mayores puedan encontrar respuesta a sus inquietudes y necesidades.
9. El objetivo es destacar las buenas prácticas implementadas en nuestras aulas, que están dando lugar a un nuevo enfoque educativo, más participativo, crítico y creativo, en el que las personas mayores pueden proyectar, crear, ampliar y transformar su proyecto vital.
10. Hay que hacer COMUNIDAD, hay que hacer BARRIO, que nos conozcamos, que seamos cómplices y que establezcamos redes que detecten lo que hace falta y a quién le hace falta algo. Las Asociaciones somos privilegiadas de actuar en nuestros propios municipios. “Hacer Comunidad es Hacer Democracia”.
11. Porque también hemos aprendido que hay que conocer más de nuestra propia salud y de nuestro propio territorio; la identificación de nuestras ciudades y pueblos como catalizadoras y exportadoras de ideas. Así lo estamos experimentando en A Coruña este año, todo un ejemplo: ya podemos hacer “Safaris urbanos” buscando animales en los edificios, y también podemos mirar a la tierra localizando y admirando alcantarillas. La verdad es que ninguna formación, por detallista que sea, se nos escapa a los estudiantes sénior.
12. Nos ha quedado bien claro que tenemos organización y conocimientos suficientes para hacernos oír, y también se nos ha dicho que hay quien nos escucha y nos apoya. Esperemos que así sea. Hemos tenido distintos organismos que han puesto en valor nuestras demandas. A cambio nos aconsejan que no vayamos a solamente a solicitar colaboraciones, sino que tenemos que ir presentando proyectos tangibles, útiles y realistas, que puedan salir adelante con la ayuda pública en beneficio de toda la ciudadanía.



13. De mano de los propios rectores de las tres Universidades Gallegas: UDC (Universidad de A Coruña), USC (Universidad de Santiago de Compostela) UVigo (Universidad de Vigo) se nos augura un futuro a las Universidades Sénior muy halagador: "el reto de los PUM es ser parte estructural de la Universidad, normalizados e integrados, como pueden ser los máster, los grados, los postgrados o doctorados".
14. Que los alumnos sean de pleno derecho, integrados en la Universidad, como ya existen en muchas universidades, y así poder modificar los Planes de Estudio para adaptar materias o contenidos. Para ello, hay que implicar a todos los estamentos y, sobre todo, a la Unión Europea, que ya es concedora de que no se puede acomodar a tanto alumnado mayor que demanda estos estudios. Para ello se solicita financiación, más espacio, metodología adecuada y materias intergeneracionales.
15. Hemos aprendido los vocablos "palabrear" y "lenguajear", desde Argentina y México, para crear vínculos y potenciar las facultades humanas en nuestro beneficio y en el de los demás, donde el papel de la Educación es importantísimo.
16. Nuestra responsabilidad es formarnos y seguir aprendiendo de manera intergeneracional, en una sociedad para todas las edades.
17. Tenemos que implicarnos y actuar para que las políticas que nos atañen cuenten con nosotros, que no sean solamente para nosotros.

En definitiva, debemos buscar lo imposible para alcanzar lo posible -según filósofos y poetas- donde el mejor ejemplo es Nelson Mandela que escribió:

"Todo parece imposible hasta que se consigue" ◀◀



ASOCIACIONES MIEMBROS DE CAUMAS



ASOCIACIONES CONFEDERADAS EN CAUMAS

En este Anexo se detalla -por orden alfabético- la relación de la Federación y Asociaciones que se encuentran Confederadas en CAUMAS a fecha de cierre de esta publicación (noviembre 2024), así como el acceso a cada sitio Web.

1. **FEGAUS** (Federación Gallega de Asociaciones Universitarias Sénior).
www.fegaus.com, que cuenta con las siguientes asociaciones miembros:
 - Asociación de Alumnos "**Aulas de Formación Aberta**" (Universidad de Vigo).
www.aulasdeformacionaberta.webs.uvigo.es
 - Asociación de Alumnos "**Aulas de Formación Aberta**" (Universidad de Vigo; Campus de Orense).
 - Asociación del "**IV Ciclo Universitario**" (Universidad da Santiago de Compostela; Campus de Lugo).
 - **ASAEX** (Asociación do Alumnado e Exalumnado Sénior da Universidade de Vigo; Campus de Pontevedra). www.asaex.com
 - **ADAYEUS** (Asociación de Alumnos y Exalumnos de la Universidad Sénior de A Coruña). www.adayeus.org
2. **ADAMUC** (Asociación de Alumnos Mayores de la Universidad Complutense de Madrid). www.ucm.es/adamuc
3. **ADAUMA** (Asociación de alumnos sénior de la Universidad de Cuenca).
4. **ADEX-RIOJA** (Asociación de alumnos sénior de la Universidad de La Rioja).
adex-rioja.blogspot.com
5. **AEPUMA** (Asociación de Estudiantes del Programa Universidad para Mayores de la Universidad Autónoma de Madrid). www.aepuma.org
6. **AES-USJ** (Asociación Estudiantes Sénior de la Universidad San Jorge, Zaragoza)
7. **ALMUCAT** (Asociación de Alumnos Mayores de la Universidad Carlos III, Getafe).
www.almucat.org
8. **ALUMA** (Asociación de alumnos pertenecientes al Aula Permanente de Formación Abierta de la Universidad de Granada). www.alumaasociacion.com



9. **AMAG** (Asociación Alto Guadalquivir de Alumnos y Exalumnos de la Universidad de Jaén). www.amag7.webnode.es
10. **AMUEZ** (Asociación de Mayores de la Universidad de la Experiencia de Zaragoza). www.amuez.es
11. **AMULL** (Asociación de Alumnos y Ex-alumnos del Programa de Mayores de la Universidad de La Laguna, Tenerife). www.facebook.com/ULL.AMULL
12. **AUCTEMCOL** (Asociación de Estudiantes Mayores de la Universidad Carlos III, Campus Colmenarejo). www.auctemcol.org
13. **AUDEMA** (Asociación Universitaria de Mayores de la Universidad de Alcalá). www.audema.org
14. **AUDEMAMC** (Asociación de Alumnos y Antiguos Alumnos de la Universidad de Mayores de la Universidad Pontificia Comillas de Madrid). www.audemamc.org
15. **Asociación de Alumnos y Exalumnos del Centro Intergeneracional** “Profesor Francisco Santisteban” de la Universidad de Córdoba). www.uco.es/asocalumnoscattinterg
16. **AULEXNA** (Asociación del Alumnado y Exalumnado de la Diplomatura del Aula de la Experiencia de la Universidad Pública de Navarra). www.aulexna.org
17. **APUMUO** (Asociación del Programa Universitario de Mayores de la Universidad de Oviedo). www.asocpumuo.uniovi.es
18. **AUMAVIC** (Asociación Universitaria de Mayores de la Universidad Rey Juan Carlos, de Vicálvaro, Madrid). www.sites.google.com/view/aumavic
19. **PERITIA ET DOCTRINA** (Asociación de los Diplomados de los Programas Formativos Especiales de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria). www.peritiaetdoctrina.es
20. **UEXPA** (Asociación de Alumnos y Exalumnos del Programa Interuniversitario de la Experiencia de la Universidad de Valladolid, Campus de Palencia).
21. **UMAY UPTC** (Asociación de Alumnos y Antiguos Alumnos de la Universidad de Mayores de la Universidad Politécnica de Cartagena). www.facebook.com/umayupct.universidadmayoresuptc



BIBLIOGRAFÍA



PUBLICACIONES DE LAS JORNADAS INTERNACIONALES SOBRE ASOCIACIONISMO EN LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES

Acceso a las publicaciones editadas por CAUMAS en PDF en: www.caumas.org

LIBRO DE ACTAS DE LAS X JORNADAS

TÍTULO: *Diez Años de Encuentros: Función de las Asociaciones en los PUM.*
SITUACIÓN: Universidad de Valladolid, UVA (2011).

Edita: Universidad de Valladolid y Asociación de Alumnos de la Universidad Permanente Millán Santos (AUMISAN).

Autores: AA.VV. Eva Leal Gil (Coord.).

ISBN: 978-84-8448-660-2

Páginas: 390 (en Papel y [formato PDF](#)).

Reseña: Se trata de la primera publicación académica que se edita como Libro de Actas de las Jornadas sobre Asociacionismo en los PUM, coincidiendo con la celebración de Diez Años de Encuentros. La publicación conmemora este recorrido en el tiempo y recoge una selección de ponencias y comunicaciones de los diez años de Jornadas, en torno a tres áreas temáticas: Asociacionismo, Envejecimiento Activo, y Difusión y Comunicación.

En las comunicaciones y ponencias destaca la presencia de distintas asociaciones universitarias de España que ponen en común las peculiaridades de sus programas para avanzar en una mejora común. Asimismo, y por primera vez, se presenta desde la Asociación Estatal de Programas para Mayores (AEPUM) un plan para el "reconocimiento" y "acreditación" oficial de estos Programas.

La publicación añade como anexo el primer Directorio de Asociaciones Universitarias de Mayores de España, por Comunidades Autónomas, así como un Directorio de PUM de las Universidades españolas.

Con esta publicación se inicia por parte de las asociaciones y de CAUMAS, un compromiso de divulgación del conocimiento y la investigación que fomentan estas jornadas, bajo el sello de cada Universidad anfitriona como documento académico adecuadamente reconocido ◀◀



LIBRO DE ACTAS DE LAS XI JORNADAS

TÍTULO: *Envejecimiento Activo en la Sociedad del Conocimiento.*

SITUACIÓN: Universidad Autónoma de Madrid, UAM (2012).

Edita: Universidad Autónoma de Madrid y Asociación de Estudiantes del Programa Universitario para Mayores de la Universidad Autónoma de Madrid (AEPUMA).

Autores: AA.VV. Eva Leal Gil (Coord.).

ISBN: 978-84-15519-86-7

ISBN e-BOOK: 978-84-15519-87-4

D.L: M-8294-2013

Páginas: 250 (en Papel; formato electrónico E-book; CD y [formato PDF](#)).

Reseña: La apertura de espacios de aprendizaje y perfeccionamiento humanístico y científico es fundamental para una creciente población mayor con ánimo para desempeñar un papel clave en la formación de un pensamiento crítico y en la difusión del conocimiento. Los Programas de Mayores se han convertido en uno de los ejes del papel de la Universidad en la formación permanente, que cuenta con su continuidad a través de las Asociaciones Universitarias de Mayores, y este libro es buen ejemplo de ello.

En esta edición, participan como invitados la Organización Iberoamericana de Seguridad Social (OISS) a través de su departamento de Envejecimiento Activo y Educación a lo Largo de la Vida, y la Universidad ISALUD de Buenos Aires (Argentina) de mano de su Rector «

LIBRO DE ACTAS DE LAS XII JORNADAS

TÍTULO: *De la Experiencia a la Excelencia: Creciendo en Bienestar.*

SITUACIÓN: Universidad de Córdoba, UCO (2013).

Edita: Universidad de Córdoba, Diputación de Córdoba y Asociación de Alumnos de la Cátedra Intergeneracional Francisco Santisteban de la Universidad de Córdoba.

Autores: AA.VV. Eva Leal Gil (Coord.).

D.L: CO 1428-2014

Páginas: 250 (en Papel y en [formato PDF](#)).



Reseña: El conocimiento no sólo existe por tener edad sino por fomentarlo con constancia y rectitud, bajo un privilegiado paraguas como es el universitario. Desde la excelencia que ofrece la Universidad, las personas mayores pueden investigar para crecer en bienestar, y desarrollar programas positivos para difundirlo al resto de la sociedad. Promover la formación es uno de los objetivos de esta publicación, con el objetivo de vivir un envejecimiento activo y saludable, sólo de este modo se consigue la "excelencia del bienestar", y a su vez el "bienestar en la excelencia".

En esta edición encabeza las ponencias D. Enrique Pozón Lobato, donde sienta las bases de una "Universidad con más significado" ante el envejecimiento, precursor del Libro Blanco de CAUMAS, del que fue insigne autor ◀◀

LIBRO DE ACTAS DE LAS XIII JORNADAS

TÍTULO: *Formación Continua a lo Largo de Toda la Vida.*

SITUACIÓN: Universidad de Vigo, UVIGO (2014).

Edita: Universidad de Vigo y Asociación de Alumnos "AULAS DE FORMACIÓN ABERTA" del Programa de Formación de Mayores de la Universidad de Vigo – Campus de Vigo.

Autores: AA.VV. Eva Leal Gil (Coord.).

ISBN: 978-84-8158-651-0

Páginas: 232 (en Papel y en [formato PDF](#)).

Reseña: La publicación da continuidad a la difusión de los avances en la investigación y en la innovación que se desarrollan en el ámbito de los Programas Universitarios de Mayores. En esta edición, se propone centrar el estudio en los temas relacionados con la formación continua, para aportar reflexiones, experiencias y propuestas a las autoridades académicas, sociales y políticas a cerca del punto de vista basado en las experiencias recogidas durante el proceso de aprendizaje dentro de las aulas universitarias de mayores, que potencian el envejecimiento activo.

Como aportación de interés, se publica en el libro el "Informe sobre la situación actual de las Asociaciones Universitarias de Mayores en España: Resultados de la Encuesta a los Alumnos de los Programas de Formación De Mayores de las Universidades españolas", realizado por CAUMAS.

Asimismo, esta publicación viene acompañada por primera vez de la grabación de todas las sesiones de las Jornadas, a través de la Televisión de la Uvigo en Internet, entre las que se encuentra la conferencia del invitado de honor, D. Eduardo Punset "viaje al optimismo" (www.tv.uvigo.es/series/5b5b60a28f42087d4594b155) ◀◀



LIBRO DE ACTAS DE LAS XIV JORNADAS

TÍTULO: *Aprender sempre, novos desafios no século XXI.*

SITUACIÓN: Universidade do Porto, UP (2015).

Título en español: “Aprender siempre: Nuevos desafíos en el siglo XXI”

Edita: Universidad de Oporto y la Confederación Estatal de Asociaciones y Federaciones de Alumnos y Exalumnos de los Programas Universitarios de Mayores (CAUMAS).

Autores: AA.VV. Secretaría Técnica de CAUMAS (Coord.).

Páginas: 165 (en Papel y [formato PDF](#)).

Reseña: Primeras Jornadas que se celebran fuera de España, en coordinación con la Universidad portuguesa de Oporto. La publicación recoge la evolución de las Universidades para Mayores de los dos países, tendiendo puentes hacia el intercambio y movilidad entre los estudiantes mayores universitarios en distintas Universidades, con el objetivo de formar un “Lobby Ibérico” que lleve a Bruselas las propuestas basadas en los resultados de las investigaciones, de las que se hace eco este Libro de Actas ◀◀

LIBRO DE ACTAS DE LAS XV JORNADAS

TÍTULO: *En torno al IV Centenario de la muerte de Cervantes.*

SITUACIÓN: Universidad de Alcalá, UAH (2016).

Edita: Universidad de Alcalá (Alcalá de Henares) y Asociación Universitaria de Mayores de Alcalá (AUDEMA).

Autores: AA.VV. Eva Leal Gil (Coord.).

ISBN: 978-84-16978-31-1

Páginas: 211 (en Papel y [formato PDF](#)).

Reseña: La publicación gira en torno a cuatro bloques estructurales que conmemoran el IV Centenario de la muerte del ilustre escritor Miguel de Cervantes: El primero sobre ponencias que revisan la obra del escritor desde distintos puntos de vista; el segundo sobre Gestión e Innovación en el Asociacionismo de los Programas Universitarios de Mayores.



Un tercer bloque sobre Participación y Formación de las personas mayores para una sociedad inclusiva, en la que se incluye una comunicación sobre la visión de género en las juntas directivas de las Asociaciones Universitarias de mayores, entre otras; y en el bloque cuarto se revisan los Fundamentos y las Perspectivas del envejecimiento.

Destacan las conclusiones y objetivos en torno a la Universidad, a los PUM y las Asociaciones de Mayores, al intercambio y movilidad de los estudiantes mayores y en la adaptación de los programas a las nuevas generaciones de mayores «

LIBRO DE ACTAS DE LAS XVII JORNADAS

TÍTULO: *Las Universidades del Siglo XXI. Los Programas de Mayores en la nueva Sociedad.*

SITUACIÓN: Universidad de Zaragoza, UNIZAR (2018).

Edita: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Zaragoza y Asociación de Mayores de la Universidad de la Experiencia de Zaragoza (AMUEZ).

Autores: AA.VV. Eva Leal Gil (Coord.).

ISBN: 978-84-16723-56-0 **D.L:** Z 1944-2018

Páginas: 180 (en Papel y [formato PDF](#))

Reseña: La publicación recoge el debate y la apuesta por el empoderamiento de las personas mayores en la adaptación de la Formación Permanente a la actualidad. Y lo desarrolla sobre dos perspectivas fundamentales: desde la Universidad como alumnado universitario, y desde la experiencia que lega la edad. De este modo, la Asociación anfitriona, AMUEZ, ha escogido como lema la frase del aragonés universal Francisco José de Goya "Aun aprendo".

En las páginas de este libro, a través de la investigación y el conocimiento, se publican distintas iniciativas innovadoras que se están aplicando en los Programas Universitarios de Mayores, tanto en España como en Europa, con la Universidad de Pau (Francia) como invitada, para adaptarse a las necesidades de las nuevas generaciones de personas mayores.

Las Universidades del Siglo XXI deben garantizar el aprendizaje a lo largo de la vida como un derecho subjetivo universal, y quién mejor que el alumnado mayor universitario, organizados, para analizar, proponer, gestionar y participar en la estructura y contenidos de sus propios programas «



LIBRO BLANCO DE CAUMAS

TÍTULO: *Asignatura pendiente del siglo XXI. Conocer el proceso del envejecimiento y la etapa de la vejez (2018).*

Edita: Confederación Estatal de Asociaciones y Federaciones de Alumnos y Exalumnos de los Programas Universitarios de Mayores (CAUMAS)-Imsero.

Autor: Enrique Pozón Lobato.

D.L: M-2953-2018

Páginas: 314 (en Papel y [formato PDF](#)).

Reseña: Aunque esta publicación no sea un Libro de Actas propiamente dicho, recoge todas las aportaciones que el autor ha realizado para cada una de las Jornadas sobre Asociacionismo convocadas por CAUMAS, con un único objetivo: caminar hacia la “Universidad, como una institución sin edad”. Este Libro Blanco es una auténtica hoja de ruta para la filosofía y evolución de los Programas Universitarios de Mayores. Se acompaña del video de presentación por el autor. (www.caumas.org/libro-blanco-caumas) «

LIBRO DE ACTAS DE LAS XVIII JORNADAS

TÍTULO: *Comunicación e intercambio entre asociaciones.*

SITUACIÓN: Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, ULPGC (2019).

Edita: Servicio de Publicaciones y Difusión Científica de la ULPGC y Asociación *Peritia et Doctrina* de la Universidad de las Palmas de Gran Canaria.

Autores: AA.VV. Eva Leal Gil (Coord.).

ISBN: 978-84-9042-357-8 **D.L:** GC 613-2019

Páginas: 219 (en Papel y [formato PDF](#)).

Reseña: Bajo el lema “Comunicación e intercambio entre asociaciones”, en esta edición se ha rendido homenaje al escritor canario Benito Pérez Galdós, en las que fueran las puertas del primer centenario de su muerte (4 enero 2020), con su frase “sigo aprendiendo”, que se exhibe como prólogo y epílogo.

La publicación gira en torno a dos bloques: El bloque primero sobre las Asociaciones, en el que se exponen su gestión y proponen vías de comunicación entre ellas y ante las instituciones. El segundo bloque se refiere al conocimiento de la cultura (lengua, flora, fauna, literatura...) de las Islas Canarias convirtiéndose



en asignaturas universitarias dentro del Programa de Mayores y abiertas a todas las asociaciones vinculadas.

Asimismo se incluye el anexo "Cómo se organizaron las Jornadas", ideado y escrito por el entonces Presidente de la Asociación anfitriona, Manuel Girona Quesada, para ayudar, motivar e "ilustrar próximas ediciones".

Estas Jornadas fueron las primeras que se grabaron a través de la Plataforma Digital CAUMAS-CanalSénior, con acceso en: www.caumas.org/xviii-jornadas-pum ◀◀

LIBRO DE ACTAS DE LAS XIX JORNADAS

TÍTULO: *Los Programas Universitarios de Mayores, sus Asociaciones y el Futuro: Desafíos y Oportunidades.*

SITUACIÓN: Plataforma Digital CAUMAS (2021).

Edita: CAUMAS y Editorial Universidad de Granada (UGR)

Autores: AA.VV. Eva Leal Gil (Coord.).

ISBN: 978-84-338-6842-8

ISBN (e): 978-84-338-6843-5 **D.L:** Gr./ 812-2021

Páginas: 203 (en Papel y [Formato PDF](#)).

Reseña: Esta publicación recoge las intervenciones de las primeras Jornadas que se realizan *online*, para cumplir con las normas sanitarias de la pandemia, y como tal aborda las necesidades de las Asociaciones Universitarias de Mayores ante unos planes de estudios que deben cambiar ante las nuevas y repentinas circunstancias. La metodología, el contenido, las nuevas tecnologías, se hacen virales para adaptarse al futuro próximo, como se demostró a través de la Plataforma Digital CAUMAS-CanalSénior.

En la parte institucional, responsables de Programas Universitarios de Mayores nacionales alientan y auguran un buen futuro para los PUM, pero entienden que deben acelerar los procesos que ha dejado al descubierto la pandemia y trabajar para la integración plena de estos estudios en su oferta académica. Atendiendo a la internacionalidad, el libro recoge las intervenciones de las Universidades de Mayores portuguesas, de Ciudad de México y de Argentina, que demuestran magistralmente cómo se necesita más que nunca la unión "intra" y transnacional para evolucionar en unos programas que cumplen con creces la función principal de la Universidad: formación integral de las personas para su participación en sociedad.

Videos de las sesiones de las XIX Jornadas en:

www.caumas.canalsenior.es/videos/etiqueta/xix-jornadas-caumas ◀◀



LIBRO DE ACTAS DE LAS XX JORNADAS

TÍTULO: *“La Universidad de Mayores Abierta al Futuro”*

SITUACIÓN: Universidad de Granada, UGR (2022).

Edita: CAUMAS y Editorial Universidad de Granada (UGR)

Autores: AA.VV. Eva Leal Gil (Coord.).

ISBN: 978-84-338-7058-2

ISBN (e): 978-84-338-7059-9 **D.L:** Gr. 1517-2022

Páginas: 166 (en Papel y [Formato PDF](#)).

Reseña: Con el granadino más universal, Federico García Lorca, como símbolo, esta publicación comienza con un eslogan del escritor que resume lo que el título propone: “No trabajamos para nosotros, sino para los que vienen detrás”. Granada fue testigo del primer encuentro presencial tras la pandemia, y este libro de Actas no cierra una etapa, sino que abre nuevas estrategias, energías y convivencias.

Este libro de Actas expresa, desde el punto de vista positivo, cómo la pandemia ha contribuido a que las personas mayores universitarias avancen digitalmente, y por tanto, las intervenciones analizan la situación actual y cómo enfocar los próximos años de los Programas Universitarios de Mayores y -como un reto de gran importancia-, el papel que van a desempeñar las asociaciones en este desarrollo académico, atendiendo a la disparidad de relaciones con sus universidades. Estructurada en tres bloques: “La Universidad de Mayores abierta al futuro”, “La investigación en el Aula de Mayores” y las “Relaciones de las asociaciones con la Universidad”. Esta publicación da fe de ello para reflexionar.

Acceso a los vídeos de todas las sesiones, alojadas en la Plataforma Digital CAUMAS-CanalSénior: www.caumas.canalsenior.es/videos/etiqueta/xx-jornadas-caumas. [↩](#)

PUBLICACIÓN AUDIOVISUAL DE LAS XXI JORNADAS

TÍTULO: *“El futuro de las Asociaciones Sénior en la Universidad”*

SITUACIÓN: Universidad Carlos III, UC3M. Campus Colmenarejo, (2023).

Edita: Plataforma Digital CAUMAS-CanalSénior

Acceso a vídeos: www.caumas.canalsenior.es/videos/etiqueta/xxi-jornadas-caumas



Reseña: En estas Jornadas se dieron a conocer las diferentes ofertas de los PUM en las distintas universidades, que dificultan la aplicación de mejoras comunes en los Programas. Por tanto, se hace necesario que las asociaciones se unan en una sola voz para obtener ventajas ante las Administraciones Públicas Autonómicas.

Asimismo se hace hincapié en la importancia de promover la colaboración intergeneracional, como programas de mentoring con el alumnado joven u otras iniciativas con participación de jóvenes y mayores.

Es necesario dar más visibilidad a las asociaciones y contribuir a dar una imagen integradora, con la ruptura de estereotipos (muy negativos) sobre nuestro colectivo. Por tanto, las asociaciones deben utilizar los medios de comunicación para transmitir la experiencia y las actividades de las personas mayores universitarias. Desde las asociaciones "hay que formar opinión" ◀◀

PUBLICACIÓN AUDIOVISUAL DE LAS XXII JORNADAS

TÍTULO:

"Formación continua, socialización y bienestar. El espíritu que nos une".

SITUACIÓN: Universidade da Coruña (2024).

Edita: Plataforma Digital CAUMAS-CanalSénior

Acceso a todos los vídeos de de las sesiones:

www.caumas.canalsenior.es/videos/etiqueta/xxii-jornadas-internacionales-sobre-asociacionismo ◀◀



9 788497 498890