



2024



Kulturaren
Euskal Behatokia
Observatorio Vasco
de la Cultura

Cultura y envejecimiento activo



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO

KULTURA ETA HIZKUNTZA
POLITIKA SAILA

DEPARTAMENTO DE CULTURA
Y POLÍTICA LINGÜÍSTICA



Cultura y envejecimiento activo

- › 1. Presentación
- › 2. El envejecimiento en contexto

- › 2.1. Aproximaciones al concepto
- › 2.2. Una realidad en cifras
- › 2.3. Especificidades de esta etapa vital
- › 2.4. Tendencias

- › 3. Envejecimiento activo y políticas públicas

- › 3.1 Agenda internacional
- › 3.2 Agenda europea y estatal
- › 3.3 Estrategia vasca

› 4. La aportación de la cultura al envejecimiento activo

- › 4.1 Posición estratégica de la cultura
- › 4.2 Las personas mayores como nicho de oportunidad para el sector cultural
 - Rasgos de la participación cultural de las personas mayores
 - Tendencias socio-demográficas e implicaciones para la cultura
- › 4.3 Aportación de la participación cultural al envejecimiento activo
 - Perspectiva psicológica
 - Perspectiva de las capacidades
 - Perspectiva de la salud
- › 4.4 Revisión de las políticas culturales
 - Perspectiva de los contenidos
 - Perspectiva de las políticas culturales

› 5. Reflexiones finales

› 6. Bibliografía

Asistencia técnica:
ICC-CONSULTORS CULTURALS, SL

Diseño y maquetación:
DIAGONAL 360°

KULTURAREN EUSKAL
BEHATOKIA
OBSERVATORIO VASCO DE LA
CULTURA

Donostia-San Sebastián kalea, 1
01010 Vitoria-Gasteiz - Álava
T. 945 016 947
kulturabehatokia@euskadi.eus



1. Presentación

El envejecimiento de la población es un fenómeno a tener en cuenta en cualquier análisis de la situación sociodemográfica actual, y más aún, en términos prospectivos. Su impacto en aspectos cruciales de la estructura social lo posiciona como uno de los mayores retos de la actualidad.

El aumento de la longevidad obliga a replantear los modelos sociales, políticos y económicos en concordancia con una realidad creciente, especialmente en el mundo occidental, con el objetivo de que las personas de mayor edad puedan vivir y aportar a la sociedad, con un propósito y con la mayor dignidad posible. Así se recoge en el último informe de Prospectiva de Innobasque.

Es un desafío de tal calibre que la agenda política a todos los niveles de gobierno lo identifica como uno de sus retos estructurales. Las instituciones

internacionales instan a los gobiernos a conceder la máxima prioridad al declive demográfico y al envejecimiento de la población. En las últimas décadas, la caída de la tasa de fecundidad y de la tasa de mortalidad han generado un considerable envejecimiento de la población. A pesar del dinamismo de los flujos migratorios, en la CAE ese proceso de envejecimiento es más acusado que en otros países y se prevé que se intensifique en las próximas décadas: entre 2023 y 2053 la tasa de dependencia -la ratio entre los mayores de 66 años y el colectivo entre 16 y 66 años- aumentará en 27,2 puntos porcentuales hasta el 53,8%, muy por encima del promedio de la UE (16,6 puntos, hasta situarse en el 45,8%).

En Euskadi, la tendencia a la baja en las tasas de natalidad no revierte, la esperanza de vida es de las más altas de Europa y la edad media de las mujeres para tener descendencia está también por encima

de la media europea. En conjunto, nos situamos entre los países con peor balance demográfico de la Unión Europea.

El mercado laboral y el empleo, los sistemas asistenciales, de salud y educativos están directamente afectados por este proceso de envejecimiento poblacional, lo que pone en jaque al modelo actual de bienestar. Esto ha generado una urgencia por dar respuesta sistémica al reto demográfico promoviendo estrategias de envejecimiento pleno y saludable.

El estudio que presentamos pretende aportar reflexión en torno a esta realidad, incidiendo en la contribución que se puede hacer desde la cultura al envejecimiento activo. Aunque no esté explícitamente recogida en las diversas estrategias impulsadas a escala global, su capacidad intrínseca para generar beneficios cognitivos, emocionales, expresivos y sociales puede contribuir a enriquecer las políticas de envejecimiento activo de forma



Cultura y envejecimiento activo

significativa, y a mejorar así las condiciones de vida de la población mayor.

El informe se estructura en tres grandes apartados y concluye con unas reflexiones finales. El primero de ellos se dedica a analizar el contexto situando el concepto de envejecimiento. Se presentan datos, se apuntan tendencias para tomar conciencia de la magnitud de su impacto en la sociedad y se caracterizan los principales rasgos de esta etapa vital.

El segundo bloque resume las principales estrategias en torno al envejecimiento, tanto a escala autonómica como europea y global.

El tercero se dedica a ahondar en la aportación de la cultura al envejecimiento activo. Comienza por situar la posición estratégica de la cultura en este proceso y la oportunidad que supone. Este apartado concluye con una reflexión sobre los beneficios de la participación cultural en este proceso de la vida y sobre el replanteamiento que supone trabajar con

el colectivo de personas mayores para las políticas culturales.

El informe se cierra con una reflexión final sobre el encaje de la cultura en las estrategias de envejecimiento activo, incidiendo en su contribución positiva a la mejora del bienestar en este ciclo final de la vida.



2. El envejecimiento en contexto

2.1. Aproximaciones al concepto

Las definiciones que hace la Organización Mundial de la Salud (OMS) de la vejez muestran tres formas de aproximarse a esta realidad: como un proceso vital acompañado de las transformaciones inexorables vinculadas al final de un ciclo, como un momento a partir del cual se inicia la etapa final de la vida o, desde una mirada funcional, según la relación que se establece con el entorno.

La **vejez**, desde una aproximación procesual, "representa una construcción social y biográfica del último momento del curso vital y comprende las últimas décadas de la vida de un individuo, con un punto final marcado por la muerte, cuyo avance se produce en función de las identidades de género, las

experiencias vitales, los eventos cruciales y las transiciones afrontadas durante la trayectoria de vida. Está correlacionado con el avance del paso de los años y configura las transformaciones físicas, cognitivas, emocionales y sociales del individuo que, inexorablemente, se relacionan con la pérdida de las capacidades corporales y funcionales graduales y de disminución de la densidad ósea, el tono muscular y la fuerza".

Desde el punto de vista cronológico, siguiendo criterios objetivables, en las economías del mundo desarrollado, las **personas mayores** son aquellas que tienen 65 años o más, o bien, desde un punto de vista alternativo, alguien que ha superado su esperanza de vida media al nacer.

Siguiendo esta perspectiva puramente cronológica y gradual, la OMS identifica 4 etapas en la vejez, o más bien, tres etapas propiamente dichas y una previa:

- Primera etapa: situada en los 55-65 años, que puede considerarse prevejez o jubilación y que se caracteriza por su independencia.
- Segunda etapa: entre 65-74 años, considerada vejez temprana.
- Tercera etapa: entre 75-84 años, se considera vejez intermedia.
- Cuarta etapa: de 85 años en adelante, se considera vejez avanzada y se caracteriza por su fragilidad y dependencia.

Si se adopta una perspectiva funcional, de acuerdo con la capacidad de relación de las personas en esta etapa vital con su entorno, el envejecimiento puede ser calificado como:



Óptimo, cuando la funcionalidad física, mental y social es alta, sin que existan enfermedades graves ni dependencia, pero con el lógico riesgo de sufrirlas debido a la edad.

Fisiológico a aquellos procesos que forman parte de la evolución natural sin impedir adaptarse al entorno y a las nuevas situaciones.

Patológico cuando los procesos degenerativos y las enfermedades dificultan a la persona su adaptación al entorno.

Vemos, pues, que al tratar de establecer qué es la vejez, el envejecimiento o qué se considera una persona mayor, se puede recurrir a criterios del ciclo vital relacionados con la autonomía y dependencia, seguir un criterio asociado a la edad o puede también utilizarse un criterio sociolaboral asociado a la jubilación. Esto indica la complejidad y la diversidad de las situaciones vitales que se viven en esta etapa de transición hasta el final de la vida.

Si se da un paso más en la manera de concebir esta fase de la vida, a partir de los años 90, la OMS adopta un modelo de tradición europea que liga el envejecimiento a dos conceptos en clave positiva relacionados con el bienestar:

El **envejecimiento saludable**, o proceso continuo de optimización de oportunidades para mantener y mejorar la salud física y mental, la independencia y la calidad de vida a lo largo de la vida.

El **envejecimiento activo**, basado en el anterior, entendido como el proceso en que se optimizan las oportunidades de salud, participación y seguridad a fin de mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen.

Destaca la relación entre actividad, salud, independencia y la posibilidad de envejecer bien, con un enfoque y un concepto amplio de salud, como condición de bienestar biológico, psicológico y social. El concepto de envejecimiento saludable que propone la OMS para el siglo XXI ha sido sustituido por uno más general de envejecimiento

activo, considerando no solo los indicadores de salud, sino también los aspectos psicológicos, sociales y económicos que deben ser considerados según un enfoque más amplio, comunitario y teniendo en cuenta los aspectos culturales y las diferencias de género. Este es el marco que ofrece posibilidades de actuación a la cultura en esta etapa vital.



2.2. Una realidad en cifras

El envejecimiento demográfico significa que la proporción de personas en edad de trabajar se está reduciendo, al tiempo que el número de personas mayores está aumentando; este patrón continuará en las próximas dos décadas, hasta que la generación del *baby boom* complete su transición hacia la jubilación.

Este proceso tiene implicaciones de fondo que afectan a los sistemas de salud, los servicios sociales y de cuidados, al mercado de trabajo, a las finanzas públicas y los sistemas de pensiones. Pero antes de pasar a analizar estos efectos, conviene cuantificar este cambio demográfico profundo.

En Europa (UE-27), según datos de Eurostat, a principios de 2023, las personas mayores (personas de 65 años o más) suponen una quinta parte (21,3 %) de la población total. Analizando más concretamente el grupo de 80 y más años, su peso casi se duplica entre 2002 y 2022 en todos los Estados

miembros: aumenta 2,6 puntos a nivel de la UE, desde el 3,5 % de 2002 al 6,1 % de 2022. Está previsto que la población de la UE empiece a descender en los próximos años, mientras aumenta el número de personas mayores, sobre todo en lo que se refiere al número de personas en edad de trabajar.

Se espera que la población de la UE aumente de 449 millones de personas en 2022 a 453 millones en 2026, antes de bajar a 432 millones en 2070. Al mismo tiempo, se espera una fuerte tendencia al alza en la distribución por edades en todos los Estados miembros. Los cambios proyectados sobre el tamaño y el perfil de la población están determinados por hipótesis sobre las tasas de fecundidad, mortalidad y migraciones.

Otros datos relevantes en relación con el reto demográfico actual son:

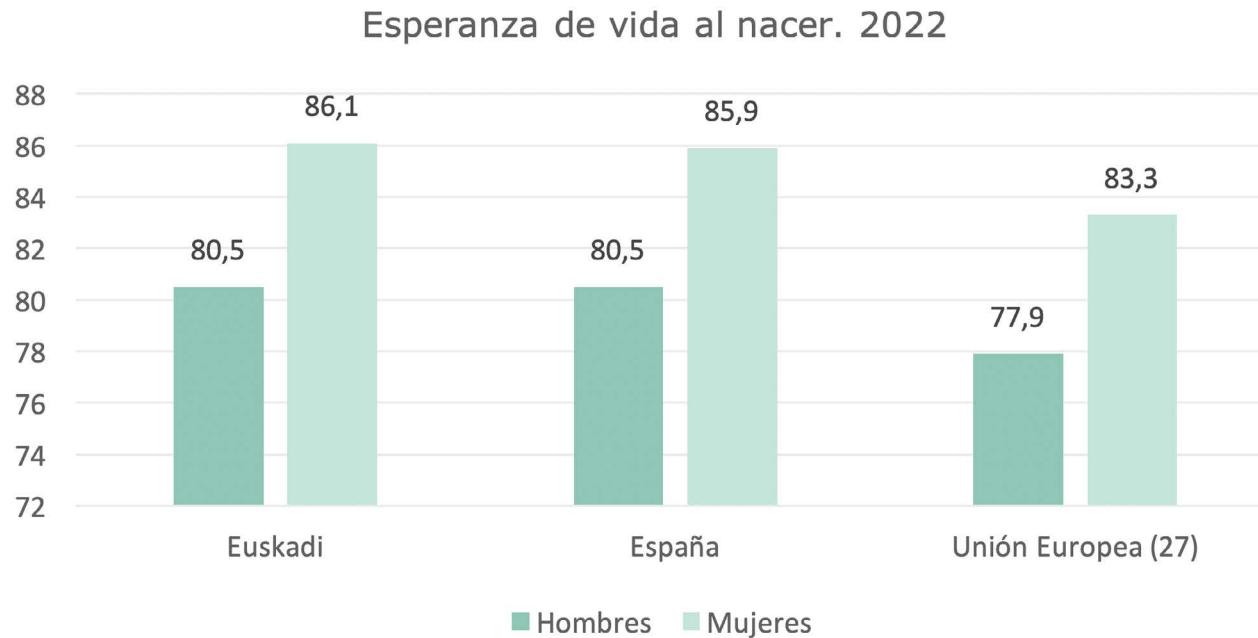
- El porcentaje de población europea en el mundo está disminuyendo y se calcula

que en 2070 se situará en torno al 4 %, frente al 6 % actual.

- En 2022, el número medio de nacimientos por mujer fue de 1,5, se prevé que sea de 1,62 en 2070, muy por debajo del valor 2,1, necesario para mantener una población estable.
- En 2022, la esperanza de vida en la UE se estimó en 84 años para las mujeres y 78,4 años para los hombres. La previsión para 2070 es que para las mujeres alcance los 90,4 años y 86,1 años para los hombres.



Grafico 1. Comparativa de la esperanza de vida al nacer, según sexo. 2022



Fuente: Eustat. *Euskadi en la UE*

En cuanto a la salud y el bienestar que afecta a esta población mayor, la estimación de vida saludable al nacer en la UE se sitúa en 64,5 años para las mujeres y 63,5 años entre los hombres. Las proyecciones para 2050 apuntan a que 38,1 millones de personas requerirán cuidados de larga duración en la UE (un 29 % de las personas mayores). Por otra parte, estudios recientes indican que el 40 % de las personas mayores se sienten solas y entre el 7 y el 17% están aislados socialmente (HealthCommons, 2019). Estos factores de soledad y aislamiento social inciden directamente en la salud, puesto que sufren más estrés, ansiedad, depresión y deterioro cognitivo, lo que implica un 50 % más de probabilidades de morir antes que aquellas personas que se sienten conectadas e implicadas en la sociedad.

En la CAE, la población de 65 y más años a principios de 2023 se cifra en 520.079 personas (23,7 %), con predominio de las

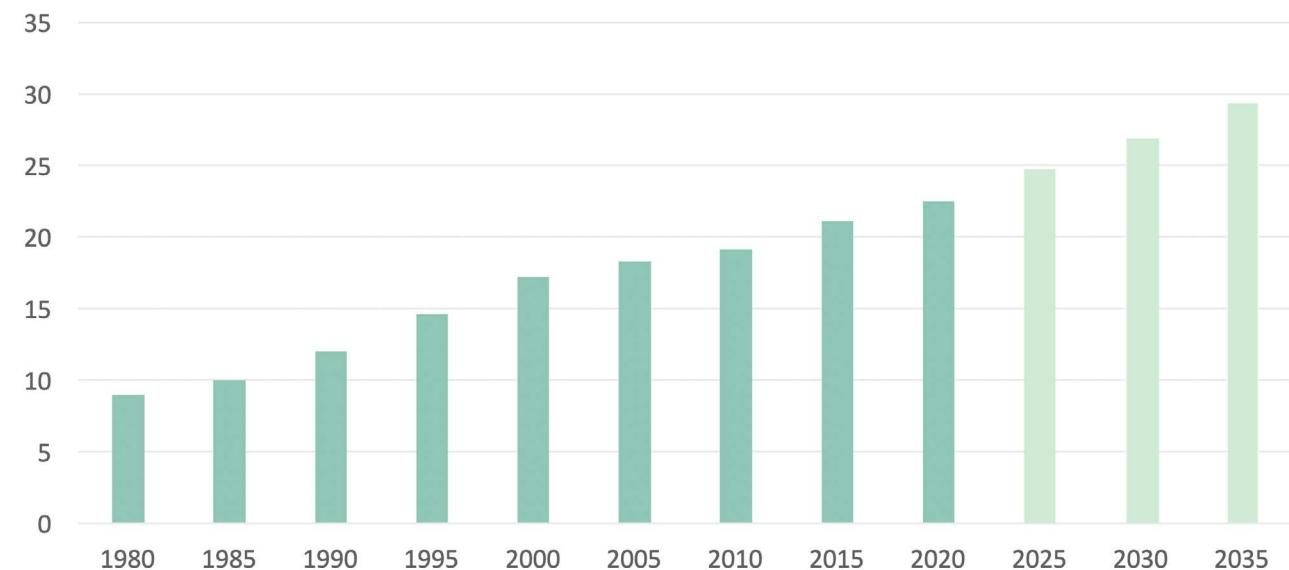
mujeres (57,1 %), tal como sucede en toda la UE. Este grupo poblacional supone el 22,4 % en Álava, el 24,1 % en Bizkaia y el 23,6 % en Gipuzkoa.

La población de 65 o más años podría aumentar en unas 163.200 personas, por lo que su peso llegaría al 29,3 % en 2036 –más de 6 puntos que en 2021–. Los mayores incrementos relativos se darían entre la población de 85 y más años, que, en 2036, alcanzaría la cifra de 126.700 personas, 37.200 más que en 2021, lo que supondría el 5,6 % de total de población.

Al desagregar el colectivo de personas mayores en 3 grupos de edad más reducidos, (de 65 a 74 años, de 75 a 84 años y de 85 años en adelante), cabe destacar que la población de 85 y más años, ha pasado de ser un 0,4 % de la población total en el año 1976 a situarse en un 4,1% en el año 2022.

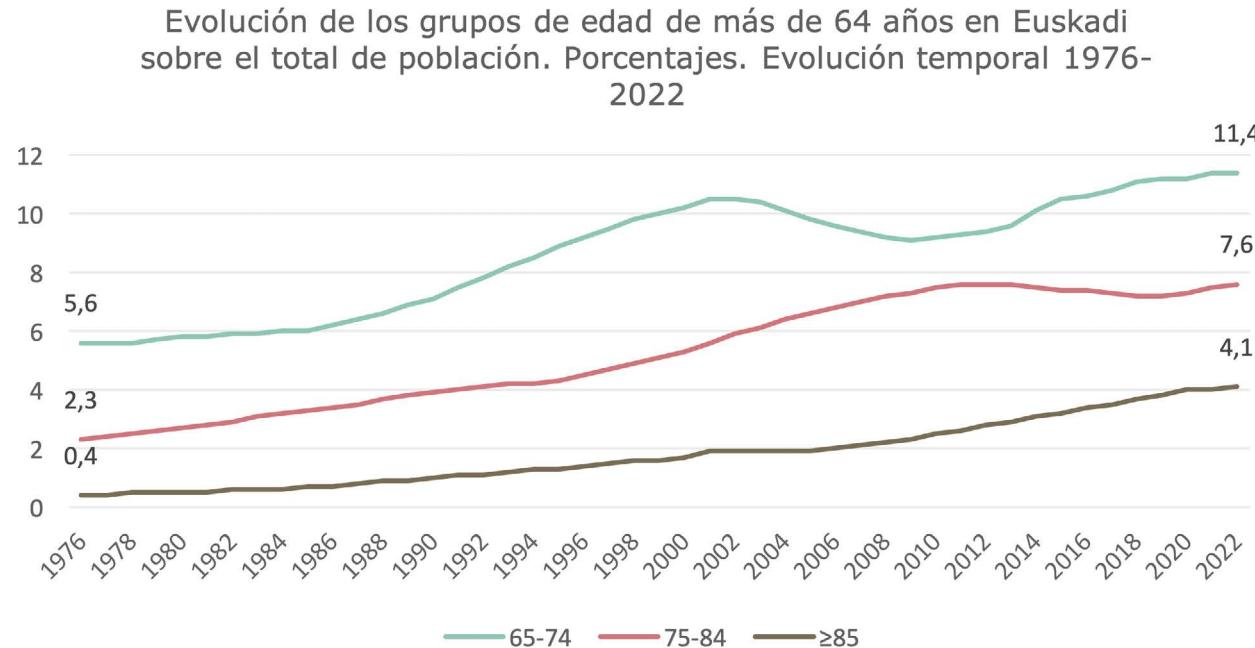
Grafico 2. Población de 65 años o más en de la CAE. Evolución temporal.

Porcentaje de población de 65 años o más en Euskadi. Evolución temporal



Fuente: Eustat. *Eustat. Indicadores demográficos. Estadística municipal de habitantes. Proyecciones de población.*

Grafico 3. Población de los grupos de edad de más de 64 años en la CAE. Porcentajes. Evolución 1976-2022.



Fuente: Eustat. Eustat. Estadística municipal de habitantes

Por otra parte, otro de los indicadores significativos al reflejar las condiciones de vida actuales es que el 12,8 % de la población vive sola, y, en gran medida, son personas mayores, concretamente, el 44,3% de las personas de dicho colectivo tienen 65 o más años. Si se analiza la población de 85 y más años se observa que alcanzan el 11,5 % del total de personas que viven en hogares unipersonales. Este aspecto es crucial puesto que entraña con la soledad no deseada, una de las tendencias que caracterizan la sociedad actual y que se recrudece en las edades más avanzadas, añadiendo vulnerabilidad a una etapa ya de por sí frágil.

Las mujeres suponen casi tres de cada cuatro de las personas mayores que viven solas, concretamente el 72,9 %. En el grupo de edad de más de 84 años su predominio llega a representar el 81,1 % de todas las personas que viven solas. Son más de 26.000 mujeres, en su mayoría viudas.

Las razones de este cambio demográfico pueden resumirse en tres grandes bloques:

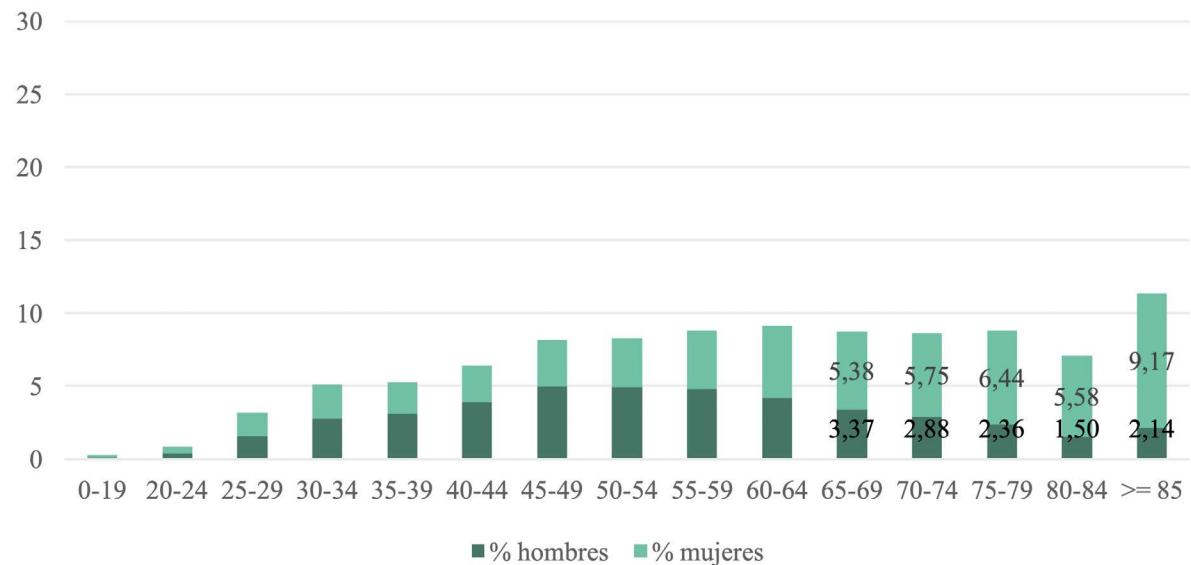
- La caída drástica de la fecundidad en las últimas décadas. Todos los países europeos se sitúan por debajo de la tasa de reemplazo, situada en 2,1 hijos por mujer. La tasa de fecundidad de Euskadi es la más baja de Europa (1,21). Respecto de la edad media para tener el primer hijo o hija, en la UE se sitúa en 31 años, en Euskadi alcanza los 33,2 años.

2021	Tasa de fecundidad	Edad media de la maternidad
Euskadi	1,21	33,2
UE (27)	1,53	31

Fuente: Eustat y Eurostat

Grafico 4. Población que vive sola en la CAE, por grupos de edad y sexo. Porcentaje. 2023.

Porcentaje de población que vive sola en Euskadi por grupos de edad y sexo. 2023



Fuente: Eustat. *Estadística municipal de habitantes*

- El aumento de la esperanza de vida, con una tendencia creciente desde los años 60 y generalizada en Europa. En Euskadi se sitúa en 83,6 años. Cabe destacar que la esperanza de vida de las mujeres vascas (86,1 años) es la más alta de toda la UE 27 en 2022.
- El dinamismo de la inmigración. España es el país europeo que más inmigrantes

ha recibido en los últimos años, hasta alcanzar el 18,1 % de la población en 2023. En estos momentos, es el cuarto país de la OCDE receptor de inmigrantes, tras EEUU, Alemania y Reino Unido. La población inmigrante de origen extranjero llegada a la CAE supone el 12,7 % del total a finales de 2023.



2.3. Especificidades de esta etapa vital

La propia OMS señala cuatro especificidades de esta etapa vital que requieren intervenciones a la altura del desafío que suponen.

Por un lado, cabe destacar la diversidad de situaciones de salud propias de esa etapa. El rango posible es mucho más amplio que en cualquier otra fase de la vida, por lo que podemos encontrar personas de edades avanzadas con capacidades físicas y mentales similares a las de una persona joven o, todo lo contrario, personas con limitaciones en las cohortes más tempranas de esta etapa. El problema está en tratar de reducir esa diversidad a los casos extremos, impulsando estrategias que obvien la gradación y complejidad posible entre todo ese rango de situaciones.

Otra de las cuestiones cruciales radica en que parte importante de esas circunstancias

se debe a que las condiciones vitales de las personas no son equitativas. Como se indica en el [Libro blanco del envejecimiento activo](#) del Imserso, la diversidad en la vejez no es casual. La familia, el género, o el lugar de nacimiento condicionan significativamente la salud, y no solo eso, sino que esas desventajas potenciales son acumulativas a lo largo de la vida. Eso significa que las personas con mayores necesidades asistenciales en su vejez pueden ser también quienes menos recursos tengan para afrontarlas.

Parte de las discriminaciones existentes por razón de la edad están enraizadas en prejuicios y lugares comunes vinculados a la vejez, con implicaciones en los estereotipos a los que dan lugar y en las actitudes que propicia en relación con las personas mayores. En este caso, se habla de "edadismo" puesto que es la edad la que proyecta esos prejuicios, dando lugar a la idea de la vejez asociada a la dependencia, el deterioro o la carga.

El aumento de la esperanza de vida y del período de jubilación están favoreciendo que el marco tradicional de la vida en estas etapas deba concebirse de manera más flexible, acorde con el contexto actual.

Por último, cabe señalar también la incidencia que tiene el cambio en las estructuras de las familias y en las relaciones entre generaciones. Así, hoy en día coexisten más generaciones que nunca, las unidades familiares son más reducidas y aumentan las personas que viven solas.



2.4. Tendencias

Tal como recoge la [Estrategia vasca de las personas mayores 2021-2024](#), las proyecciones demográficas sitúan un escenario para la CAE cuyas características agudizan más aún algunos de los rasgos del envejecimiento actual, con implicaciones sustanciales en la estructura y en el modo de vida actuales.

Entre las más significativas, destacan:

- **Sobre-envejecimiento.** El incremento de las personas octogenarias para 2060, duplicando su peso actual hasta alcanzar un 15,6 % de la población. Para esa fecha, en torno a la mitad de las personas mayores tendrá más de 80 años y aumentará también el número de personas centenarias.
- **Menor feminización.** Aunque en estas etapas vitales predominan las mujeres y las tendencias apuntan a que esta realidad se mantendrá en el futuro, la posibilidad de que aumente la esperanza

de vida de los hombres, tal como plantean algunos estudios, abre nuevos escenarios relacionados con la vida en pareja, el cambio en las condiciones de la viudedad o las diferentes necesidades de las personas de edades avanzadas.

- **Mayor nivel educativo.** La evolución del nivel de instrucción de la población mayor está viviendo un salto significativo que se incrementará aún más en los próximos años, conforme envejezca la generación del baby boom. A modo de ejemplo, entre 2010 y 2020 la población mayor de 65 años con estudios universitarios ha registrado un incremento del 4,6 % al 26,6 %.
- **Situación laboral.** Se observa también una tendencia leve a mantenerse laboralmente en activo más allá de la edad de jubilación actual. No habrá una ruptura tan brusca entre trabajo y ocio o de la situación en activo y jubilación. Si hasta ahora el ciclo vital seguía una trayectoria lineal, organizada en torno al eje del trabajo, en adelante estas trayectorias serán más heterogéneas, complejas y diversas.

— **Nivel de ingresos.** A pesar del aumento en el nivel de ingresos de las personas mayores, su nivel de vulnerabilidad sigue siendo elevado. La incorporación de la mujer al trabajo traerá consigo un cambio en su retribución en el sistema de pensiones.

- **Estado civil y composición de los hogares.** La soltería y el divorcio irán creciendo entre el colectivo de mayores, lo que supondrá cambios en las situaciones de dependencia. Aumentarán también los hogares unipersonales y las parejas, frente a aquellos donde conviven diversas generaciones en el mismo hogar. Cabe tener en cuenta también la tendencia impulsada por la globalización y las características del mercado de trabajo a que la descendencia en las familias no esté tan próxima físicamente como antes y que viva cada vez más lejos. Es un aspecto que influye en los cuidados y la sociabilidad de las personas mayores, puesto que la familia ha sido el principal entorno de socialización hasta el momento.



- **Covivienda.** Empiezan a cuajar proyectos de viviendas con espacios compartidos y comunidades de convivencia, tendencia que previsiblemente irá extendiéndose. A ello se suma la recomendación de que las personas mayores vivan en sus hogares, respetando al máximo su autonomía e independencia, lo que supondrá cambios profundos en el modelo de cuidados.
- **Profesionalización del cuidado.** Hasta ahora los cuidados han sido cosa de mujeres (59,8 % de las personas cuidadoras en 2018 en Euskadi), y entre ellas, el colectivo principal se concentra en las edades entre 55 y 64 años. Se advierten dos tendencias de cara al futuro: un descenso de las personas cuidadoras jóvenes al mismo tiempo que aumenta la contratación de cuidados profesionales por parte de la familia. Se tiende hacia un planteamiento comunitario de los cuidados.



3. Envejecimiento activo y políticas públicas

Se presenta a continuación un resumen de la agenda política en torno al envejecimiento activo. Existen estrategias y planes a todos los niveles de gobierno, por lo que se ha realizado una selección de las referencias más destacadas para sentar las bases de las políticas públicas en este marco.

3.1. Agenda internacional

El envejecimiento empieza a ser foco de atención en la agenda política a finales de los 60 (1969), cuando la ONU pone el acento en los derechos de las personas mayores. A partir de entonces se suceden las resoluciones que culminan en 1982 con la celebración en Viena de la [Primera Asamblea Mundial sobre Envejecimiento](#) y la aprobación del [Plan de Acción Internacional sobre Envejecimiento](#), el

primer instrumento internacional que marca las líneas para el diseño de políticas sobre el envejecimiento.

En 2002 se presentan los dos instrumentos que regirán en adelante la acción de la OMS: la [Declaración Política y el Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el Envejecimiento](#) y el [Envejecimiento activo: un marco político](#). Se basan en el marco jurídico conformado por las normas internacionales de derechos humanos. Ambos destacan las habilidades, la experiencia y la sabiduría de las personas mayores, así como las contribuciones que hacen a la sociedad. Señalan una amplia variedad de ámbitos en que las políticas pueden favorecer estas aportaciones, además de garantizar la seguridad en la

edad avanzada. Igualmente, subrayan la importancia de la salud en esta etapa de la vida, tanto por el bien de la propia persona como por los beneficios instrumentales de propiciar la participación de las personas mayores y que, a su vez, redunden en su salud. En definitiva, es un planteamiento basado en tres pilares fundamentales: participación, salud y seguridad.

Destaca la idea del envejecimiento activo, que surge al tratar de poner en relación áreas tradicionalmente compartimentadas. En el documento Envejecimiento activo: un marco político, se hace hincapié en la necesidad de actuar en múltiples sectores, con el objetivo de asegurar que las personas mayores sigan siendo un activo para sus familias, comunidades y economías.



El marco político de la OMS considera 6 tipos de determinantes clave en el envejecimiento activo:

- 1) determinantes relacionados con los servicios sociales y sanitarios (que incluye la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad, servicios curativos, asistencia de larga duración y servicios de salud mental);
- 2) determinantes conductuales: tabaquismo, actividad física, alimentación sana, alcohol, medicamentos y cumplimiento terapéutico;
- 3) determinantes relacionados con factores personales: factores psicológicos, genéticos y biológicos;
- 4) determinantes relacionados con el entorno físico: seguridad en la vivienda, caídas y ausencia de contaminación;
- 5) determinantes relacionados con el entorno social: apoyo social, violencia y abuso, educación y alfabetización;
- 6) determinantes económicos: ingresos, protección social y trabajo.

Además, propone políticas orientadas a los servicios de salud en cuatro direcciones:

- prevenir y reducir la carga del exceso de discapacidades, enfermedades crónicas y mortalidad prematura;
- reducir los factores de riesgo relacionados con las causas de enfermedades importantes y aumentar los factores que protegen la salud durante el curso de la vida;
- desarrollar una continuidad de servicios sociales y de salud que sean asequibles, accesibles, de gran calidad y respetuosos con la edad, y que tengan en cuenta las necesidades y los derechos de las mujeres y los hombres a medida que envejecen;
- proporcionar formación y educación a los cuidadores.

No obstante, a pesar de las recomendaciones y de que se sabe que es un reto fundamental para las políticas de salud pública, parece que no se está haciendo lo suficiente. Esta es la conclusión

de un estudio de progreso llevado a cabo en más de 130 países a lo largo de las dos últimas décadas.

Cabe destacar también que estamos en plena [Década del Envejecimiento Saludable \(2021-2030\)](#), acción concertada a nivel mundial entre los gobiernos, la sociedad civil, los organismos internacionales, los profesionales, las instituciones académicas, los medios de comunicación y el sector privado para mejorar las vidas de las personas mayores, sus familias y las comunidades en las que viven. Los dos ejes sobre los que pivota son la necesidad de armonizar los sistemas de salud con las necesidades de las personas y asegurar que las comunidades fomenten las capacidades de las personas mayores y ofrezcan una atención integrada y centrada en las personas.



3.2. Agenda europea y estatal

En Europa, además de dedicar la celebración de años europeos a las personas mayores (1993) y al envejecimiento activo y la solidaridad intergeneracional (2021), destaca la publicación del [Libro Verde sobre el envejecimiento](#), cuya intención es abrir un profundo debate en torno a los retos y oportunidades que plantea el envejecimiento. Su enfoque está basado en el ciclo de vida y se centra tanto en las implicaciones personales como en las repercusiones sociales más amplias del mismo. Entre ellas, se encuentran desde el aprendizaje permanente y los estilos de vida saludables hasta cómo financiar unas pensiones adecuadas o la necesidad del aumento de la productividad y de una mano de obra suficientemente numerosa para sostener la asistencia sanitaria y los cuidados de larga duración de las personas mayores.

La estrategia europea se orienta a la idea de la transversalización del envejecimiento, como veíamos también en el caso de la OMS, y, además de fundamentarse en el envejecimiento activo y saludable, pone el acento en dos conceptos fundamentales: intergeneracionalidad y aprendizaje permanente. Ambos abren posibilidades para la intervención desde la cultura.

En el ámbito estatal, cabe destacar el [Libro blanco del envejecimiento activo](#) del IMSERSO (2011), como documento referencial de reflexión en torno a este fenómeno. En los últimos años, las referencias estratégicas destacadas son la [Estrategia Nacional de Personas Mayores para un Envejecimiento Activo y para su Buen Trato](#) (2018-2021), la [Estrategia España 2050](#) y el [Plan de choque para la economía de los cuidados y refuerzo de las políticas de inclusión](#). Con distintos acentos, contemplan aspectos laborales, la participación, la independencia, la igualdad,

los servicios sanitarios y sociales y los cuidados de larga duración.

3.3. Estrategia vasca

Euskadi cuenta también con una agenda intensa en torno al reto demográfico, al envejecimiento y a los cuidados, tanto a nivel de la Comunidad Autónoma como a escala territorial o local.

El Gobierno Vasco inició en los 90 sus políticas con sucesivas planificaciones gerontológicas. En la última legislatura (XII), además de la [Estrategia Vasca con las personas mayores 2021-2024](#), tercera de este tipo y centrada en el envejecimiento activo, la vida plena y la autonomía de este colectivo, se ha llevado a cabo también el [II Plan estratégico de Servicios Sociales 2023-2026](#), concebido como un escenario de transición hacia un nuevo modelo de cuidados.



Cabe destacar que el nuevo sistema de cuidados pretende que sea público, comunitario y desfeminizado. En este sentido, su propósito es reducir a la mitad la brecha de género en los cuidados para 2030. El nuevo modelo tiene como objetivos las denominadas cuatro erres:

- Reducir la proporción que representa el cuidado familiar al reforzar el cuidado institucional.
- Redistributions los cuidados, aumentando la responsabilidad de los hombres en el cuidado familiar y en el cuidado en general.
- Reconocer, valorar y dignificar el trabajo de cuidados.
- Representar y dar voz a quienes realizan este trabajo.

A destacar también la [Estrategia Sociosanitaria de apoyo a las familias cuidadoras 2021-2030](#), la [Estrategia Vasca 2030 para el reto demográfico](#), así como el acuerdo suscrito recientemente (febrero de 2024) entre el Gobierno Vasco, las tres

diputaciones forales y las tres capitales para llevar a cabo un Pacto Vasco por los Cuidados.

Por su parte, los tres territorios históricos cuentan a su vez agendas propias en esta materia, entre las que destacan [Araba Helburu](#) y [Araba apunto: contra la soledad no deseada](#); [Adinberri](#) y [Hariak](#), en el caso de Gipuzkoa, y el [Plan estratégico de personas mayores de Bizkaia](#). Los ejes que comparten son los cuidados de larga duración, el envejecimiento activo y las situaciones de soledad.

Por último, a los conceptos directamente vinculados al envejecimiento entendido en clave siglo XXI, es necesario sumar el planteamiento desde la gobernanza que estos marcos de actuación tienen en común, el apoyo en la innovación, presente también en muchos de ellos y su foco común en la perspectiva de género.

4. La aportación de la cultura al envejecimiento activo

El envejecimiento, tal como se concibe hoy, forma parte de un paradigma positivo erigido sobre la idea de que las personas mayores son sujetos de pleno derecho, con capacidad crítica, y que están inmersas en un proceso vital con posibilidades de crecimiento personal. Así, el envejecimiento activo liga los conceptos de salud, independencia y participación, poniendo el acento en su impacto en la calidad de vida y el bienestar físico y mental de las personas mayores.

Las estrategias que se están desarrollando tratan de promover la actividad como base para mantener la capacidad funcional, principal detonante del bienestar y ponen el acento en la participación, la autonomía personal, la implicación en la comunidad, las prácticas intergeneracionales, etc. Son

aspectos destacados en la reflexión sobre el valor, los beneficios e impactos sociales de la cultura. La participación cultural puede llegar a ser un canal privilegiado para transitar esta etapa con plena conciencia y sentido, favoreciendo que las personas vivan con intensidad y hagan lo que es importante para ellas.

En este apartado se aborda la reflexión desde la perspectiva de la cultura, preguntándonos cómo se posiciona y cómo queda reflejada en los indicadores de seguimiento del envejecimiento activo, qué oportunidades ofrece la participación cultural de las personas mayores al sector cultural, y viceversa, qué beneficios comporta la participación cultural a la vivencia plena y satisfactoria de la vejez y, por último, qué elementos habría que tener

en consideración para optimizar las políticas culturales asumiendo plenamente el reto demográfico que tenemos en ciernes.

4.1. Posición estratégica de la cultura

La cultura o, más concretamente, la participación cultural y su contribución a disfrutar de una vida plena y con sentido, puede analizarse desde dos puntos de vista: las necesidades que cubre y las capacidades que desarrolla.





El enfoque de las necesidades pone de relieve la importancia de factores psicológicos que motivan a la persona a actuar. Siguiendo el modelo estructurado y jerárquico de Maslow, se ordenan las necesidades desde las más básicas e instintivas (fisiológicas, seguridad...) hasta llegar a la autorrealización, el concepto más elevado y abstracto en ese rango de necesidades. La motivación está ligada al cumplimiento de esas necesidades y solo se llega a la autorrealización si se han ido satisfaciendo las más básicas. Es importante insistir en la autorrealización porque es un concepto que aparece de forma recurrente en las estrategias de envejecimiento activo, al poner el énfasis en el reconocimiento de la autonomía de las personas para decidir libremente sobre su proyecto de vida, ejerciendo su capacidad de elección hacia el logro efectivo de sus aspiraciones o de sus objetivos vitales por sí mismas. La participación cultural se revela como un medio idóneo para alcanzar esos objetivos. Al tratar de explicar la

participación cultural, se sabe que no todas las prácticas culturales satisfacen las mismas necesidades. Es evidente que la aportación de la participación de la cultura comienza una vez que se han cubierto las necesidades más básicas, pero cada vez existen mayores evidencias de que es un vehículo muy valioso para reforzar las necesidades de afiliación, reconocimiento y autorrealización. Lo sabe bien el marketing de la cultura, ámbito en el que se han estudiado las necesidades emocionales, cognitivas, expresivas, simbólicas, sociales, etc. asociadas a la participación cultural.

Desde el enfoque de las capacidades, de índole económico-filosófico, concebido por Amartya Sen y desarrollada por Martha Nussbaum, plantea una mirada aplicada al desarrollo y al bienestar. Para Sen, dichas capacidades son lo que una persona hace o puede hacer con los recursos que posee o controla. Aquello que constituye su ser. Por ejemplo, la libertad de elección o de control de su propia vida son aspectos

esenciales en el bienestar de las personas. Así, las capacidades se definen como las oportunidades y el empoderamiento para mejorar el bienestar y la calidad de vida, la esperanza de vida, la salud, la educación y la participación social. Nussbaum llega a identificar 10 capacidades: vida, salud, integridad corporal, sentidos, imaginación y pensamiento, emociones, razón práctica, afiliación, otras especies, jugar y control sobre el entorno. Este planteamiento tiene en cuenta no sólo lo que necesitamos para vivir con dignidad, sino lo que luchamos para poder vivir una vida con sentido. Nussbaum, con su concepto de imaginación narrativa encuentra en las artes y en la literatura un instrumento adecuado para indagar en los diversos modos en que las personas tratan de orientarse al objetivo de alcanzar una vida plena. En definitiva, en la medida en que la cultura contribuye al desarrollo de estas capacidades tiene un potencial transformador personal y social fundamental.



Si damos un paso más al analizar la relación entre la cultura y el envejecimiento activo, la forma más directa de ver la contribución de la cultura a ese proceso pasa por estudiar su posición en el instrumento para evaluar el envejecimiento activo: el índice de envejecimiento activo.

Gestionado conjuntamente por la Dirección General de Empleo, Asuntos Sociales e Inclusión de la Comisión Europea y la Comisión Económica para Europa de las Naciones Unidas (UNECE), es la herramienta de medición comparada entre países acerca del bienestar de las personas mayores y su potencial para contribuir a la economía y la sociedad.

El índice mide el nivel de vida independiente que tienen las personas mayores, su participación en el trabajo remunerado y en actividades sociales, así como su capacidad para envejecer activamente. Combina la participación con el enfoque se las capacidades. Se compone de 22 indicadores que se agrupan en cuatro dominios: empleo, participación social, vida independiente y segura, y capacidad para un envejecimiento

saludable. Los tres primeros muestran los resultados y experiencias de envejecimiento activo de un territorio en un momento específico, y el cuarto, captura la capacidad

y los aspectos ambientales propicios para fomentar el envejecimiento activo y saludable.

Grafico 5. Esquema de indicadores del Índice de Envejecimiento Activo.

Empleo	Participación en la sociedad
Tasa de empleo 55-59	Actividades de voluntariado
Tasa de empleo 60-64	Cuidado de hijos/as, nietos/as
Tasa de empleo 65-69	Cuidado a personas enfermas y con discapacidad
Tasa de empleo 70-74	Participación política
Vida independiente, saludable y segura	Capacidad y entorno propicio
Ejercicio físico	Esperanza de vida restante a los 55
Acceso a cuidados de salud y dentales	Proporción esperanza vida sana a los 55
Vivienda independiente	Bienestar mental
Ingresos medios relativos	Uso de las TIC
Sin riesgo de pobreza	Conexión social
Sin privación material severa	Logro educativo
Seguridad física	
Aprendizaje continuo	

Las variables marcadas en negrita guardan estrecha relación con la participación cultural. Como es sabido, la participación en asociaciones culturales, el aprendizaje continuo a lo largo de la vida, muy ligado también a contenidos y aficiones culturales, el uso de las TIC, asociado frecuentemente al

acceso a contenidos culturales y la conexión social, también vinculada a determinadas prácticas culturales, muestran la estrecha conexión entre la cultura y el envejecimiento activo. Estos elementos nos ofrecen pistas para incidir desde la cultura en la vivencia plena de esta etapa vital.

4.2. Las personas mayores como nicho de oportunidad para el sector cultural

En este apartado se pone el foco en las oportunidades que ofrecen las personas mayores para el sector cultural: lo que ese colectivo aporta al sector en la actualidad a través de sus prácticas culturales, sin perder de vista las perspectivas de futuro que se abren tras analizar sus tendencias sociodemográficas.

Rasgos de la participación cultural de las personas mayores

Entre los rasgos que caracterizan las actitudes generales hacia la cultura en el colectivo de personas mayores de 55 años, según la [Encuesta de participación cultural en la CAE](#) (2018) del Observatorio Vasco de la Cultura, cabe destacar:

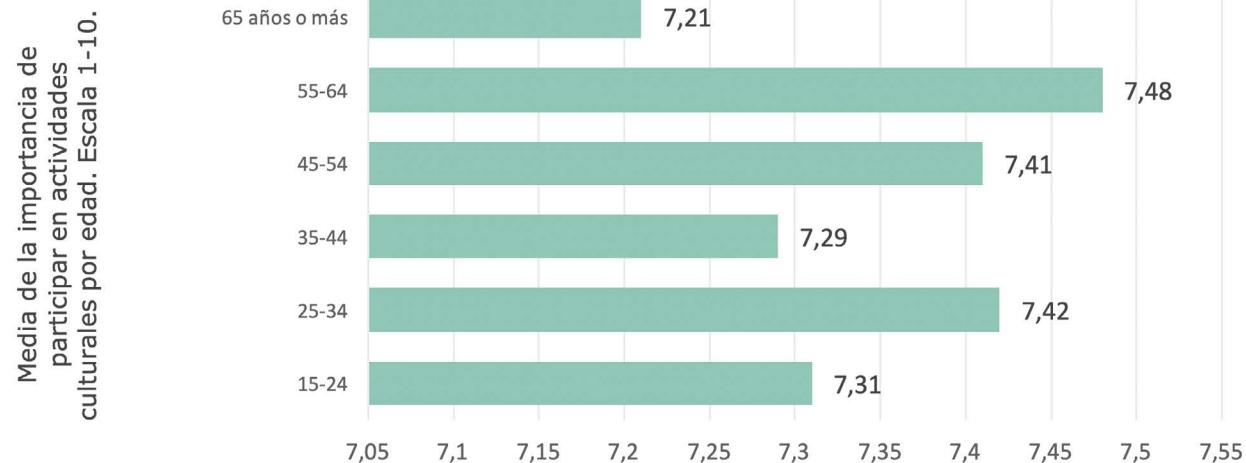
- Le otorgan importancia a la participación cultural: 7,48 las personas entre 55 y 64

años; 7,21 las personas mayores de 65 años.

- Están bien informadas: despunta especialmente el colectivo entre 55 y 64 años entre el total de la población.

La posibilidad de establecer lazos sociales mediante la actividad cultural tiene margen de mejora en este colectivo de mayores.

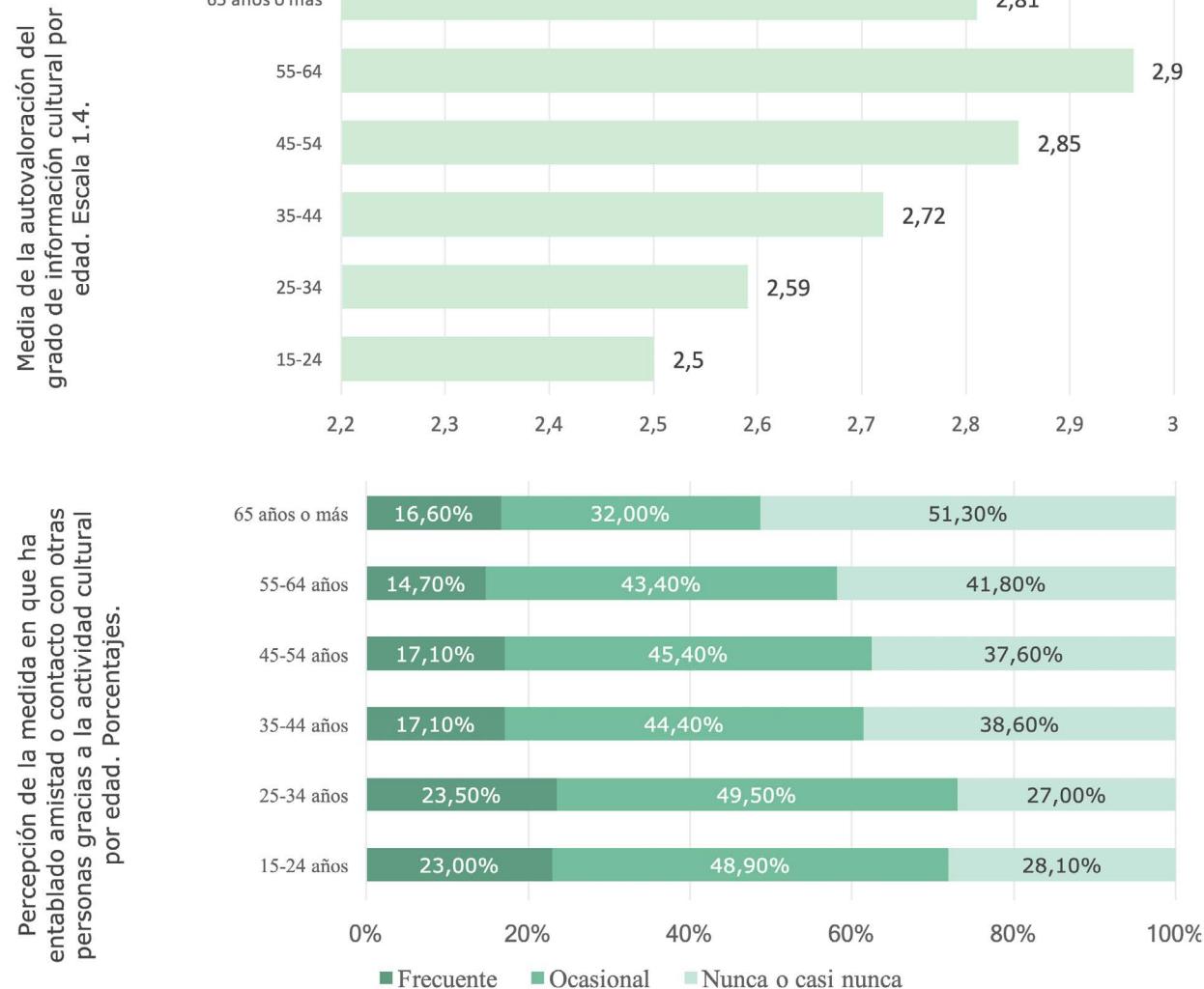
Grafico 6. Percepciones en torno a la participación cultural. 2018.



Fuente: *Encuesta de participación cultural en la Comunidad Autónoma de Euskadi*.

Cultura y envejecimiento activo

Graáfico 6. Percepciones en torno a la participación cultural. 2018.



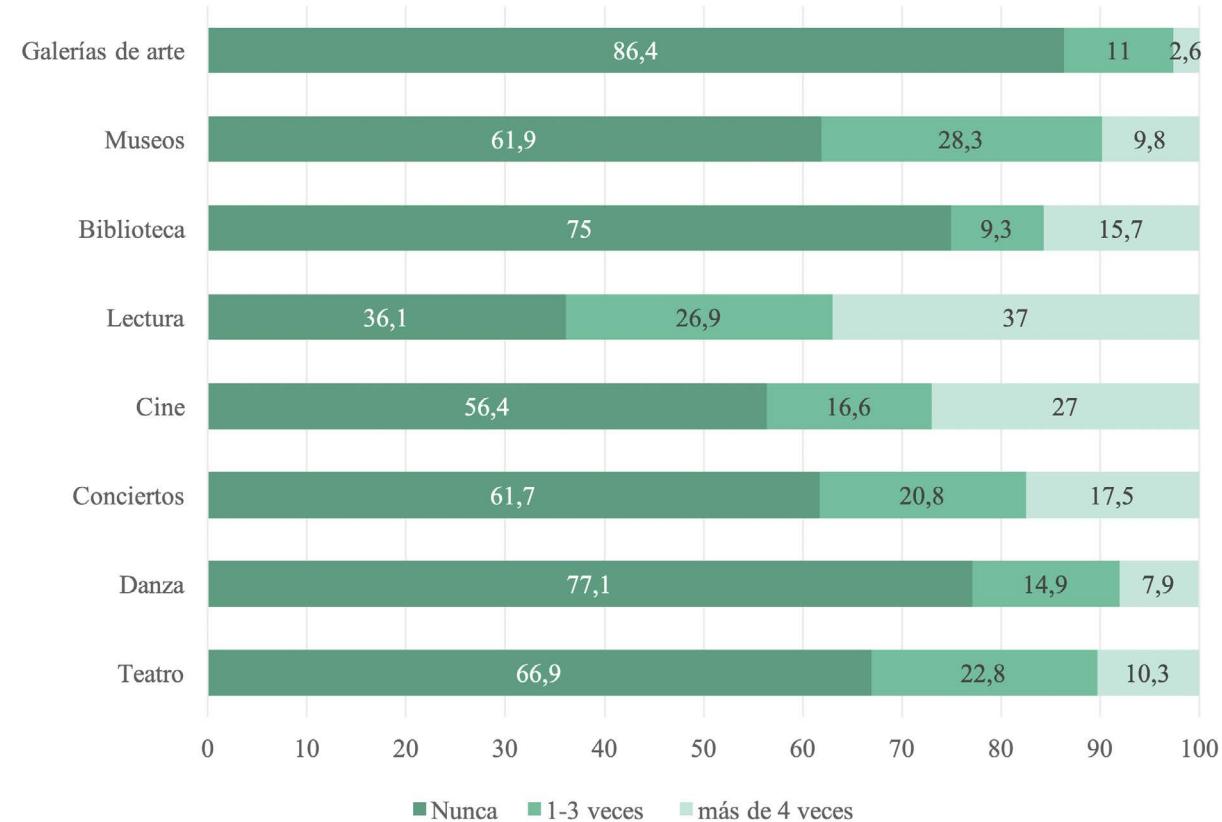
- La principal motivación de las personas mayores de 65 años al participar en actividades culturales es salir de la rutina y experimentar sensaciones distintas. En la franja situada entre 55 y 64 años, las motivaciones están repartidas entre el enriquecimiento personal, la ampliación de conocimientos y la búsqueda de la evasión.
- La asistencia a espectáculos en vivo entre las personas mayores de 65 años es la más baja del conjunto de la población, a excepción del bertsolarismo y de la ópera. Tampoco asisten mucho a ver exposiciones: 6 de cada 10 no han ido en el último año. Quienes acuden lo hacen en su propio municipio y en el marco de excursiones.
- El cine en sala no les atrae tanto como a otros colectivos de edades más jóvenes. Más de la mitad de las personas mayores de 65 años no van al cine. Sin embargo, son quienes más ven la televisión y más escuchan la radio.

Fuente: Encuesta de participación cultural en la Comunidad Autónoma de Euskadi.

- En cuanto a la lectura, se aprecia un salto entre esas dos franjas de edades maduras: las personas entre 55 y 64 son grandes lectoras y los menores índices de lectura los ofrecen quienes tienen 65 o más años.
- La participación en asociaciones culturales es alta: un 18,8 % de las personas entre 55 y 64 años forma parte de al menos una asociación cultural; un porcentaje que, en el caso de las personas mayores de 65, se sitúa en el 14,6 %.
- La realización de prácticas artísticas amateur tiene también margen de mejora en las personas mayores. Las personas mayores de 65 realizan participan menos de forma activa que cualquier otra franja de edad. Entre lo que realizan destacan las manualidades y la artesanía.
- Hay también margen de mejora en su formación artística.
- En relación con el acceso regular a internet, hay un salto ostensible entre estas dos franjas de edad: 7 de cada 10 personas entre 55 y 64 años accede regularmente, frente a 3 de cada 10 personas de 65 o más años.

Grafico 7. Prácticas culturales de la población mayor de 65 años. Porcentajes. 2018.

Frecuencia de prácticas culturales en mayores de 65 años.
Asistencia en los últimos 12 meses.



*En el caso concreto de la lectura la escala se convierte en: ningún libro, de 1 a 3 libros, más de 4 libros

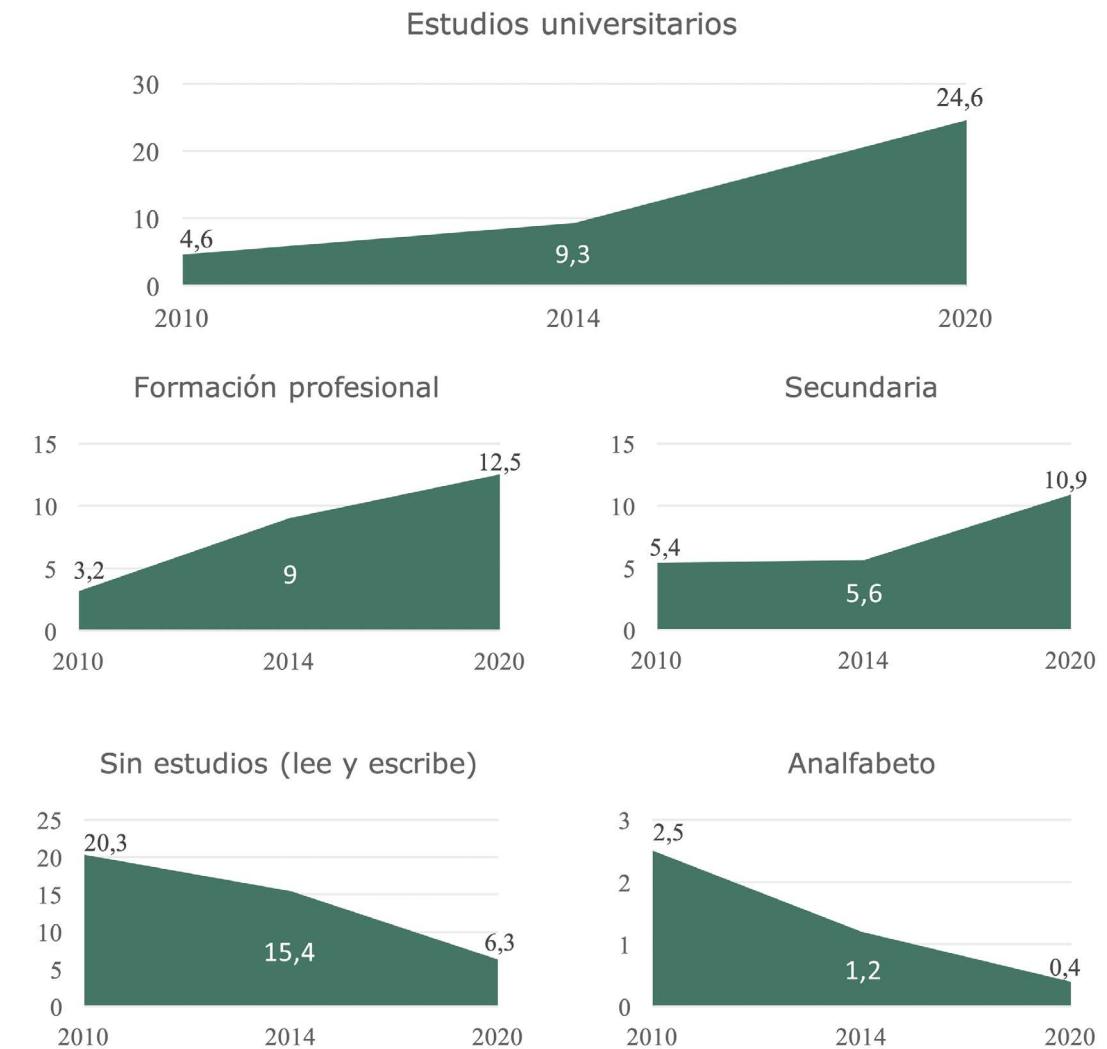
Fuente: Encuesta de participación cultural en la Comunidad Autónoma de Euskadi.

Tendencias sociodemográficas e implicaciones para la cultura

En primer lugar, el análisis evolutivo de la [Encuesta de Condiciones de vida en mayores de 55](#) (2020) realizado por la Fundación Matia, apunta las siguientes tendencias:

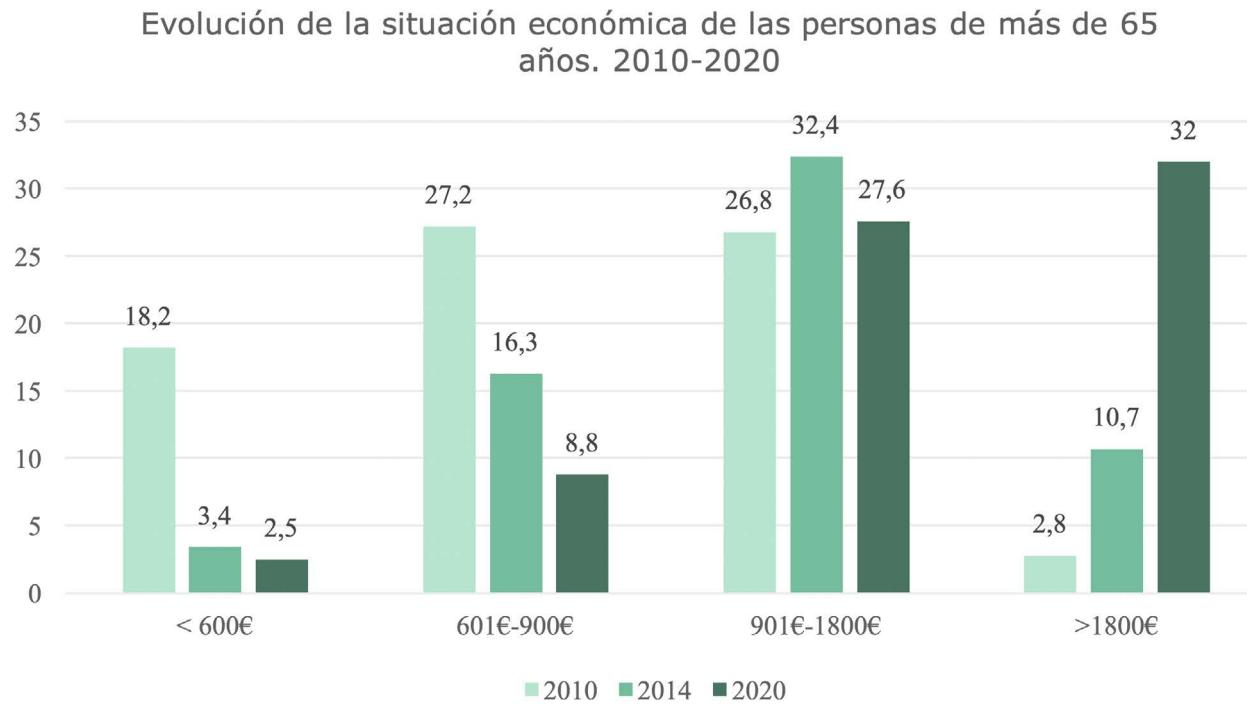
- Aumento significativo del nivel educativo entre la población mayor de 65 años. Si en 2010 solo un 4,6 % de la población contaba con estudios universitarios, en 2020 el porcentaje alcanzaba el 24,6 %. Con la llegada de la generación del baby boom a edades avanzadas, ese peso de las personas con estudios universitarios se verá incrementado notablemente y las diferencias en el nivel educativo entre hombres y mujeres se van reduciendo considerablemente, por lo que en el futuro las diferencias educativas de género en la población mayor tenderán a equilibrarse. No es necesario explicar la correlación existente entre el nivel educativo y la participación cultural.

Grafico 8. Evolución del nivel de estudios de la población de más de 65 años. Evolución 2010-2020



Fuente: *Encuesta de Condiciones de vida en mayores de 55 (2020)*

Grafico 9. Evolución de la situación económica de la población de más de 65 años. Evolución 2010-2020



Fuente: Encuesta de Condiciones de vida en mayores de 55 (2020)

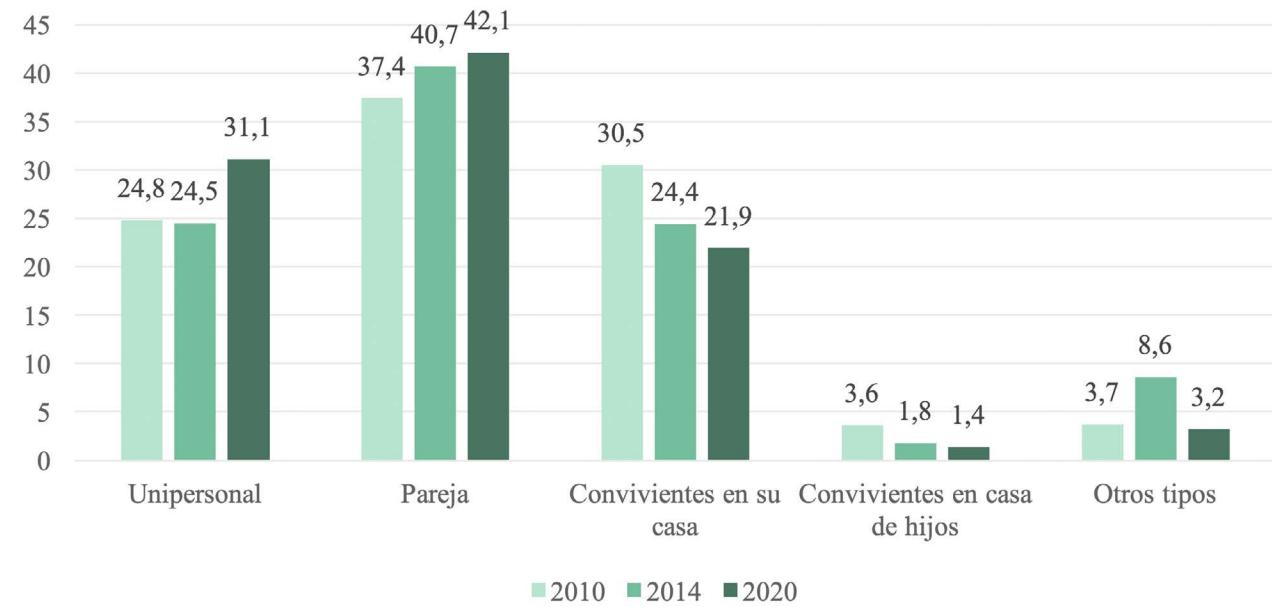
- Aumento de su poder adquisitivo. Si en 2010 un 18,2 % de la población mayor ingresaba menos de 600 euros mensuales por hogar, en 2020 la proporción se redujo hasta un 2,5 %. Por el contrario, la población mayor con ingresos superiores a los 1.800 euros mensuales ha pasado del 2,8% en 2010 al 32 % en 2020. Se prevé que siga aumentando en los próximos años. La situación económica está relacionada con la edad y el sexo, de manera que las personas de más edad (octogenarios) y las mujeres disponen de menores ingresos en el hogar. Las mayores diferencias de género se dan en las edades avanzadas y en las cohortes más jóvenes las diferencias van disminuyendo.
- La composición de los hogares también muestra cambios: aumento de las personas que viven solas (del 16,5 % en 1993 al 31,1 % en 2020), aumento también de quienes viven en pareja (del 31,6 % en 1993 al 42,1 % en 2020), y por otro, el descenso drástico de la convivencia en casa de las hijas/os (del 15,2 % en

1993 al 1,4 % en 2020). El aumento de la vida en solitario es fruto de la mejora en las condiciones de salud y en las socioeconómicas, pero tiene el riesgo de que aumente la vulnerabilidad, el aislamiento social y la deprivación económica.

- Incremento de las personas mayores que realizan ejercicio físico semanalmente, aumentando en esta década en casi un 10% de población (del 72,9 % en 2010 hasta el 82,5 % en 2020).
- Según los datos de la encuesta de condiciones de vida, un 15% de las personas mayores de 65 años en Euskadi realizan alguna actividad física. Un 7,5 % con una frecuencia semanal y un 8 % con menor frecuencia. Son datos similares a los de la encuesta de participación cultural.
- Un uso de Internet cada vez más mayoritario. El incremento en las cifras pasa del 5,5 % de personas mayores que utilizaban internet (o el ordenador) en 2010, a un 28,9 % en 2014 y a un 49,3 % en 2020. Se evidencia una tendencia hacia la erradicación de la brecha digital entre las personas mayores, al menos en el uso de internet.

Grafico 10. Evolución de la composición de los hogares de personas mayores de 65 años. Evolución 2010-2020

Evolución de la composición de los hogares de personas mayores de 65 años. Evolución 2010-2020



Fuente: Encuesta de Condiciones de vida en mayores de 55 (2020)



4.3. Aportación de la participación cultural al envejecimiento activo

Llegados a este punto, lo que resta es reflexionar sobre los beneficios de la participación cultural de las personas mayores a esta estrategia de envejecimiento activo y de cuidados.

Como muestra del interés que concita este tema, cabe destacar la publicación en los últimos cinco años de informes a gran escala, tanto mundial como europea, donde se recopilan evidencias de los beneficios de la participación cultural en la salud y el bienestar de las personas. En ellos se dedican capítulos específicos al papel de la participación cultural en el envejecimiento activo.

Perspectiva psicológica

La cultura tiene la capacidad intrínseca de proporcionar vivencias satisfactorias en sus diferentes variantes (intelectual, emotiva, creativa o social). Frente a una visión

simplificadora de la experiencia humana reducida a lo individual y ligada únicamente a lo aparatoso, exclusivo y, a menudo, caro, la cultura incide en lo íntimo, nos afecta profundamente y es desde ahí como se va creando un fondo común de conocimiento que nos vincula. Fruto del conjunto de experiencias concretas va cobrando sentido, valor y capacidad transformadora.

La práctica cultural requiere tiempo, dedicación e implicación por parte del participante. Las horas dedicadas a disfrutar de las actividades culturales demuestran que el público las valora. La práctica amateur y el asociacionismo, especialmente importantes en el ámbito cultural, requieren un nivel de compromiso aún mayor. Su valor se crea a través del desarrollo de relaciones sociales y apegos afectivos a la cultura. En el caso de las personas mayores, el tiempo es un obstáculo menor que en otras etapas vitales y, en consecuencia, la dedicación puede llegar a ser mayor, máxime si la contraprestación en términos afectivos es alta.

Pero es que, además, la participación cultural no es solo ir a ver esto o aquello, sino un plan. Es vestirse, organizarse, tener con quien ir, charlar a la salida y tomarse un café. Entre otras ventajas, tiene lugar en entornos seguros, cómodos y tranquilos. Son equipamientos en su mayoría públicos, adaptados, amigables, donde cualquier persona es bienvenida. Los teatros, los cines, los espacios socioculturales, las bibliotecas o los museos son espacios de encuentro donde confluyen personas muy distintas. Si todo esto es ya un valor por sí mismo, mucho más para las necesidades psicológicas, físicas y sociales de las personas mayores. Habida cuenta de que la tendencia a vivir solos se irá consolidando y de que los cuidados irán dependiendo menos de las familias, el papel de red o colchón afectivo que se puede constituir en torno a la participación cultural es digna de tener en cuenta. Su capacidad de anclaje a un lugar y a una comunidad de intereses es otro elemento para valorar en el envejecimiento activo.



Perspectiva de las capacidades

Desde esta mirada, las prácticas culturales aportan conocimiento y belleza a lo largo de la vida de las personas. Y lo hacen hasta donde cada cual quiera, sin límites a priori. Eso sí, requiere entrenamiento y acompañamiento, lo mismo que sucede con la forma física.

Desde el punto de vista cognitivo, la práctica cultural genera aprendizaje y crecimiento intelectual. Igual que tenemos asumido que hacer sudokus o crucigramas ejercita la mente, el ejercicio de la lectura, además de la pura actividad cerebral que requiere, aporta densidad y calado a nuestras vidas. Incluso evasión. Lo mismo puede aplicarse a otras prácticas culturales. Son un estímulo de conocimiento. Las investigaciones apuntan a que hay una gradación, desde la estimulación cognitiva que supone la invitación a pensar de una obra, hasta un nivel de reflexión crítica que se refleja en una visión abierta a nuevas ideas y un cuestionamiento de las opiniones propias.

Desde el punto de vista estético, la práctica cultural promueve la educación artística, la construcción del gusto y la adquisición de criterio propio. Esto supone conocer las formas de arte, apreciarlas, adquirir habilidades y técnicas para usarlas, desarrollar capacidad interpretativa para saber leer y decodificar las obras, y ser capaz de emitir juicios estéticos. El desarrollo de la creatividad se inserta en esta dimensión estética y es un filón inagotable en las capacidades de las personas. También de las personas mayores. Tienen mucho que aprender y mucho que enseñar dado el capital humano, intelectual y social que han acumulado en su vida. Cabe destacar en este marco el programa [Ocio Cultural Universitario](#), promovido por la Universidad de Deusto, que lleva años con éxito de público y está dirigido a personas de cualquier edad con inquietudes culturales.

Perspectiva de la salud

El Observatorio dedicó un estudio a la relación entre [Cultura y salud](#). Es sabido que la práctica cultural tiene beneficios constatados para la salud y la literatura científica se está haciendo eco de ello. De hecho, la OMS (2019) publicó un estudio recopilatorio de 900 artículos en esta línea y concluye que hay evidencia suficiente como para afirmar que la práctica y el consumo de las artes es beneficiosa para la prevención y tratamiento de determinados condicionantes de la salud. Muchas de las experiencias analizadas inciden en el impacto positivo de la práctica cultural en la prevención y tratamiento de las demencias.

Es importante destacar que para lograr estos beneficios las actividades culturales o artísticas han de estar pensadas y diseñadas con un objetivo explícito relativo a la salud. En relación con los efectos positivos de la práctica cultural sobre la salud se tienen que diferenciar dos aspectos: su aportación



a la prevención del riesgo de sufrir ciertas enfermedades o problemas de salud y su capacidad para actuar como tratamiento complementario para mejorar determinadas afectaciones de la salud. Además, los efectos sobre la salud son diferentes en función de si la actividad cultural se practica de forma activa o se consume de un modo más pasivo.

La ONU identifica el papel estratégico que puede desempeñar la cultura en el envejecimiento activo. Los estudios muestran el potencial que la cultura tiene para prevenir problemas de salud actuando en tres ámbitos: la mejora de algunos determinantes sociales que influyen de forma negativa en el estado de salud, la promoción de actitudes favorables a la salud y la prevención directa de algunas enfermedades. También hay evidencias de sus beneficios en el tratamiento de enfermedades. Es más, se sabe qué actividades y prácticas inciden en la mejora de determinadas afecciones.

En el marco europeo, el proyecto [Culture for Health](#) incide en esta perspectiva aportando orientaciones para las políticas y con [ejemplos de buenas prácticas](#). A título de ejemplo, solo en España aparecen 14 iniciativas destinadas a las personas mayores que abarcan desde proyectos donde se prescribe visitas guiadas a museos, o de facilitar la accesibilidad a los teatros, o un proyecto de arte destinado a las personas que padecen Alzheimer, por citar solo tres de ellos.

Baste señalar que, entre los hallazgos de estas investigaciones, se ha encontrado la relación entre formar parte de un coro, la mejora de las funciones cognitivas y la salud mental; el efecto positivo de la participación en clases de danza en la función cognitiva y la prevención de caídas; la relación igualmente beneficiosa de la participación activa en música y pintura y el bienestar emocional; y que la participación cultural tanto receptiva como activa incide en el aumento del compromiso social de las personas mayores.

4.4. Revisión de las políticas culturales

Como se ha visto, empiezan a constatarse las evidencias de los beneficios concretos de la participación cultural en la salud y bienestar de las personas. Veamos a continuación qué implicaciones puede tener en la revisión y optimización de las políticas culturales en vigor considerando dos puntos de vista: los contenidos de los programas culturales, y las propias políticas culturales entendidas en su conjunto.

Perspectiva de los contenidos

En cuanto a las diversas formas de participación, se sabe que tanto la práctica receptiva como la práctica activa comportan mejoras, pero esta última tiene el efecto añadido de lograr mayor compromiso e implicación social porque además de “tomar parte”, implica “ser parte de” una comunidad. No olvidemos que enfoque está fundamentado y directamente ligado a los derechos culturales. En esta línea, todas

aquellas actividades amateurs de gran arraigo social en nuestro contexto como son el canto coral, la música o la danza, sin olvidar otras expresiones artísticas, tienen un potencial de desarrollo grande entre el colectivo de personas mayores. De hecho, en algunas de ellas, son su público principal. Finalmente, la participación digital abre un campo de oportunidades poco trabajadas con las personas mayores. Y no hay que perder de vista que, por un lado, avanza a velocidad de vértigo y que el campo de la Inteligencia artificial (IA) puede ser una herramienta muy útil para desarrollar determinadas habilidades y destrezas de

forma lúdica. En cualquier caso, cabe no perder de vista que las nuevas cohortes que se están incorporando al colectivo de personas mayores, utilizan y se manejan en el entorno digital con soltura.

Si reparamos en los temas que conciernen directamente a las personas mayores se encuentran muchas de las manifestaciones del patrimonio cultural inmaterial. Mantener, cuidar y asegurar su transmisión pasa por trabajar con las personas que conocen ese legado común, como son las personas mayores y, muy especialmente, las mujeres.





Respecto a los formatos, trabajar con este perfil de público requiere conocer bien sus necesidades, lo que implica menor rigidez en cuanto al propio ritual asociado a la práctica cultural, buscar horarios más flexibles aprovechando su disponibilidad de tiempo libre, por ejemplo, por las mañanas, y adelantar los horarios vespertinos para que puedan acudir a disfrutar de las propuestas culturales manteniendo sus rutinas de cena y de descanso. Otro de los elementos a considerar, sabiendo que muchas de estas personas, especialmente las de mayor edad, viven solas, es el entorno donde tienen lugar. No se debe perder de vista que una de las plagas de nuestro tiempo es la soledad no deseada. La práctica cultural propicia un entorno de relaciones que acompañan y enriquecen la propia vivencia expresiva. Se trata, así, de que las personas que se encuentran en esa situación salgan de casa, tengan compañía y si la actividad cultural puede ser al aire libre, mucho mejor.

Desde la perspectiva de género, hay dos cuestiones de especial relevancia: sabemos que las mujeres, además de ser más, participan también con mayor intensidad en actividades culturales y están más atadas en cuanto a la responsabilidad de los cuidados. No cuesta que acudan a actividades culturales, lo difícil es que puedan ir. La oferta debería diseñarse teniendo en cuenta esa premisa. Además, la práctica cultural es una vía de disfrute, de risa y de placer, como señalan en una reciente investigación realizada en las Casas de las Mujeres de la CAE. Y respecto a los hombres, habrá que estar alerta también a sus necesidades y gustos, porque acuden menos y las proyecciones indican que su peso proporcional en el colectivo de mayores se irá incrementando.

Por último, un aspecto central en las estrategias de envejecimiento activo son las actividades intergeneracionales. El estilo de vida actual no facilita la convivencia de distintas generaciones en el mismo hogar, aunque el aumento de la esperanza

de vida haya traído consigo la coexistencia de más generaciones en las familias. Es necesario promover el diseño de programas intergeneracionales, incentivar su acceso mediante las políticas de precios, etc. Hay gran campo por desarrollar en este aspecto, con programas imaginativos bien concebidos.

Perspectiva de las políticas culturales

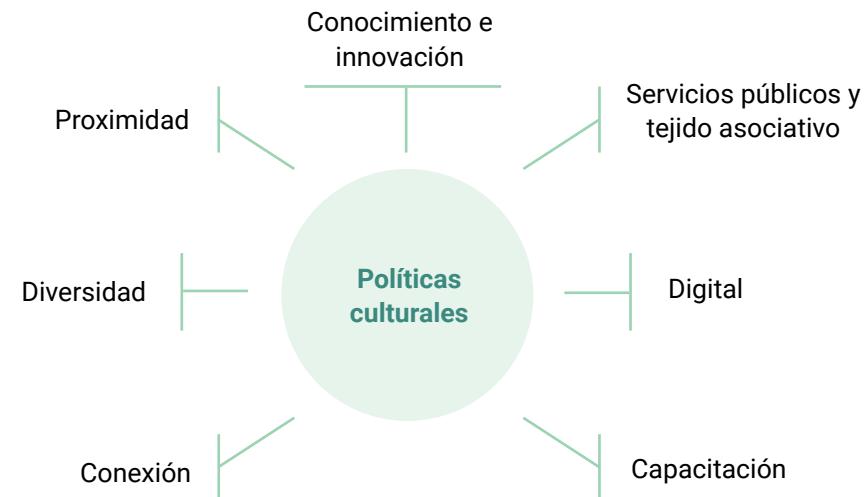
Proximidad y diversidad. Son dos principios coincidentes tanto en las estrategias de cuidados como en las políticas culturales. Por una parte, los servicios de proximidad, los más cercanos a la ciudadanía no sólo en sentido físico, sino en el tipo de relación que propician, son el marco natural para unas políticas culturales atentas al reto del envejecimiento activo. La ventaja desde las políticas culturales es que, hoy por hoy, la oferta existente de servicios culturales de proximidad está relativamente consolidada. Hay posibilidades reales de acceder a

servicios como las bibliotecas, los teatros, las prácticas amateurs, etc. El programa [Gertu Kultura](#) de la Diputación Foral de Gipuzkoa favorece el acceso a los servicios culturales. Solemos decir que sus puertas están abiertas a todas las personas. Otra cuestión es que quizá haya que reforzar la invitación a utilizarlos, con lo que eso implica en cuanto a adaptación a las distintas situaciones de la vejez.

En cuanto a la diversidad de propuestas que ofrecen, responden también a la diversidad de realidades que coexisten en la vejez. El público de edades mayores puede acceder a la cultura en los mismos términos que el resto de la población. La cuestión está en que aquellas personas que se encuentren en condiciones especiales o más vulnerables tengan también sus oportunidades para participar. Y esto afecta tanto al conjunto de la experiencia (formatos, horarios...) como de su entorno de cuidados (personas cuidadoras, acompañantes...).

Conocimiento e innovación. El campo de los cuidados empieza a generar necesidades de conocimiento especializado en todos los órdenes y esto implica que también desde los servicios culturales hay posibilidades de avanzar en I+D+i. De hecho, gran parte de la investigación actual en relación con el envejecimiento y los cuidados es de tipo biomédico o tecnológico. La cultura es un medio ideal para la experimentación en este marco. Es, además, barato porque

no requiere inversiones extraordinarias. Sabemos, además, como se ha venido argumentando a lo largo del informe, que tiene mucho que aportar a la mejora de la salud y del bienestar de las personas. A modo de ejemplo, un proyecto de investigación reciente ha dado como resultado una [App de terapia de reminiscencia](#) apoyada en inteligencia artificial, utilizando elementos del patrimonio cultural inmaterial para hablar de la experiencia vital propia y compartir





recuerdos. Es un modo de trabajar la identidad y reforzar la autoestima de las personas mayores mediante el uso combinado de conocimiento científico, tecnología y contenidos culturales.

Puentes entre los servicios públicos y el tejido asociativo. El peso de las asociaciones de la tercera edad es central en las estrategias de envejecimiento activo a todos los niveles. Las personas mayores están organizadas, son muchas y sabemos que en los próximos años serán aún más, alcanzando un tercio de la población. Esto supone un activo y un reto a la hora de replantear las políticas culturales. Así, la gobernanza, la participación directa de este tejido en el diseño y desarrollo de la oferta de servicios y propuestas culturales será clave para que se asuma plenamente la importancia de la contribución de la cultura al proceso de envejecimiento activo.

Lo digital como aliado. Persiste cierta tendencia a ver el entorno digital como una barrera en la relación de las personas

mayores con la cultura. Y no debería. De hecho, muchos de los recursos existentes hoy como los que prestan los servicios de bibliotecas (lectura fácil, audioguías, material audiovisual...) u otros servicios se sirven de las posibilidades que ofrece este medio digital. En este terreno, hay un campo formidable por desarrollar, máxime en el marco de las herramientas de la inteligencia artificial. Un ejemplo del uso de estas herramientas es el proyecto [Ekin Touch](#), basada en el uso de herramientas digitales mediante metodologías innovadoras destinadas a personas en situaciones de fragilidad. Las soluciones telemáticas son un buen recurso para integrar y acompañar a un colectivo tendente a vivir en soledad.

Capacitación y conexión. Insistimos en las sinergias entre la cultura, la salud y los servicios sociales. Pero hay que tener en cuenta que, hasta el momento y salvo excepciones, son ámbitos que funcionan por separado. Hemos reiterado también que no todo sirve para todo y que este marco de la gerontología precisa de especialización y de

conocimiento. Una investigación realizada en [Finlandia](#) muestra con evidencias la mejora de la calidad de vida de las personas que asisten a centros de cuidado para personas mayores, siempre que dispongan de un plan adaptado y a medida de sus necesidades. Es necesario, pues, capacitar a las personas responsables de la cultura y de la salud en las necesidades y posibilidades de abordar proyectos de colaboración. Para prescribir cultura, lo mismo que los medicamentos, hay que conocer la oferta y saber qué propuestas son las más adecuadas a cada situación vital. Igualmente, desde la cultura es necesario conocer los requerimientos de estas situaciones para diseñar propuestas acordes a estas especificidades. Y el primer paso pasa por acercar estas áreas y servicios.



5. Reflexiones finales

El envejecimiento de la población es uno de los principales retos sociodemográficos en las sociedades occidentales. Preocupadas por la envergadura de su impacto, las organizaciones y gobiernos están planteando estrategias diseñadas para dar respuestas a la altura del reto que supone. Las evidencias de los beneficios de la cultura al envejecimiento activo abren para las políticas culturales un campo de trabajo necesario, prioritario y con potencial.

El colectivo de personas mayores se caracteriza por la diversidad de situaciones vitales que aglutina. En este sentido, las políticas culturales han de dar respuesta a las necesidades actuales y estar también atentas a las tendencias que se vislumbran. La soledad, los cuidados de larga duración, el deterioro físico y mental progresivo propios de esta etapa coexisten con las oportunidades en torno al aprendizaje permanente y las actividades

intergeneracionales que propone la OMS como ejes de la intervención en el envejecimiento saludable y activo. En este marco, la práctica cultural se revela como un canal óptimo para el cuidado y la mejora de la salud y de las diversas situaciones vitales asociadas a la vejez.

En concordancia con los cinco ejes que se planean en la Estrategia vasca con las personas mayores, la participación cultural es un refuerzo necesario en cada una de ellas y abre un potencial marco de colaboración en la tríada cultura, salud y servicios sociales.

1. El primero de ellos tiene como objetivo fomentar la ciudadanía activa desde los derechos, la participación y las comunidades amigables. Las prácticas culturales activas, bien mediante la participación en asociaciones culturales, bien mediante la realización de

actividades expresivas, son un refuerzo a los proyectos dirigidos a la consecución de una vida plena. Se trata de promover actividades en las que además de tomar parte, favorezcan el sentimiento de ser parte de algo relevante y con sentido en la vida, en línea con lo que defienden los derechos culturales.

-
2. El segundo eje tiene como objetivo facilitar las transiciones y el desarrollo del proyecto de vida en esta etapa caracterizada por grandes cambios personales. Las políticas culturales pueden contribuir a mejorar la vivencia de esas transiciones como herramienta de refuerzo de la información, la orientación, el acompañamiento y la capacitación. El ámbito del aprendizaje permanente se revela así, como un filón para el desarrollo de propuestas enraizadas en las artes y el patrimonio.



3. El tercer eje tiene como objetivo apoyar la anticipación, la prevención y el fomento de la autonomía de las personas mayores. Aunque nunca haya habido dudas de los beneficios de la práctica cultural en ese proceso, ahora se cuenta con evidencias científicas que lo corroboran. Muchos de los casos estudiados por la ciencia inciden en el colectivo de mayores y en los impactos positivos de determinadas prácticas culturales en la prevención y el tratamiento de las demencias. Los estímulos que proporcionan a las personas la práctica de la música, la danza, el canto, el teatro o las artes visuales son un caldo de cultivo ideal para la experimentación. Son también un ámbito de trabajo fecundo en el tratamiento de la soledad no deseada.

4. La política de cuidados y el planteamiento de un nuevo modelo son objeto del cuarto eje. Personas, profesionales y familias pueden verse

arropados con la red de servicios culturales de proximidad como parte constituyente del modelo integral de cuidados al que se tiende. Este es uno de los ámbitos más invisibles y relevantes si se quieren emprender políticas serias de envejecimiento activo. Las prácticas culturales, además de los beneficios personales y sociales que comportan, suponen un respiro necesario para todas las personas que forman parte del entorno de cuidados.

5. El quinto eje incide en el fomento de la investigación y la innovación, indispensables para conocer mejor el proceso de envejecimiento, buscar soluciones y diseñar políticas acordes a los retos que se plantean, que no son pocos ni menores. Se están dando avances en el diseño de soluciones digitales orientadas a la mejora de la salud de estas personas. Esta es una vía en la que los contenidos culturales encajan de forma natural, y que pueden reforzar las soluciones innovadoras tanto

desde el punto de vista tecnológico como social que se diseñen a futuro.

La cultura ha de formar parte de esa investigación multidisciplinar, como empieza a verse en proyectos a escala global. Su capacidad transformadora, tanto personal como social, la posicionan como marco imprescindible de apoyo a las políticas de envejecimiento activo. De momento aparece como elemento tangencial en las estrategias de envejecimiento activo. Al igual que se asumen plenamente la importancia del ejercicio físico y los hábitos de vida saludables en la mejora de la vida en esta etapa, la práctica cultural debería formar parte de las rutinas y de los hábitos propios en el proceso de envejecimiento.



Bibliografía

Bussolo, M. Koettl, J.y Sinnott, E. (2015) *Golden Aging Prospects for Healthy, Active, and Prosperous Aging in Europe and Central Asia*. World Bank. Disponible en:

<https://www.worldbank.org/en/region/eca/publication/golden-aging>

Comisión Europea (2021) *Libro verde sobre el envejecimiento. Fomentar la solidaridad y la responsabilidad entre generaciones*. Disponible en:

<https://op.europa.eu/es/publication-detail/-/publication/d918b520-63a9-11eb-aeb5-01aa75ed71a1>

Departamento de Acción Social. (2013) Plan estratégico de las personas mayores de Bizkaia. Diputación Foral de Bizkaia. Disponible en: <https://www.bizkaia.eus/home2/archivos/DPT03/Temas/PLAN%20ESTRATEGICO%20DE%20PERSONAS%20MAYORES.pdf?idioma=CA>

Departamento de Igualdad, Justicia y Políticas Sociales. (2021) *Estrategia Vasca con las Personas Mayores 2021-2024*. Gobierno Vasco. Disponible en:

https://www.euskadi.eus/web01-a2zesosa/es/contenidos/noticia/not_sosa_estrategiavasca/es_def/index.shtml

Departamento de Igualdad, Justicia y Políticas Sociales. Fundación Matia. (2021) *Estudio sobre las condiciones de vida de las personas de 55 y más años en Euskadi 2020*. Gobierno Vasco. Disponible en:

https://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/publicaciones_ss/es_publica/adjuntos/1.Resumen_CONDICIONESVIDA_ES.pdf

Esteban, M.L. Fernández, I. Y Fernández de Labastida, I. (2021) *Claves para el trabajo con mujeres mayores. Proyecto realizado con las Casas de las Mujeres de la CAE-Comunidad Autónoma de Euskadi*. Emakunde/ Instituto Vasco de la Mujer. Disponible en:

https://www.emakunde.euskadi.eus/contenidos/informacion/violencia_guias/es_def/adjuntos/claves_mujeres_mayores.pdf



Eurostat (2020) Ageing Europe. Disponible en:

https://ec.europa.eu/eurostat/statisticsexplained/index.php?title=Ageing_Europe_-_statistics_on_population_developments

Fundación Adinberri (2022) *Estrategia para el envejecimiento saludable*. Diputación Foral de Gipuzkoa.

Imserso (2011) *Libro blanco del envejecimiento activo*. Disponible en:

<https://imserso.es/eu/espacio-mayores/envejecimiento-activo/libro-blanco-del-envejecimiento-activo>

Innobasque. (2024) *Informe Innobasque de Prospectiva 2024 Tendencias de innovación*. Disponible en:

<https://www.innobasque.eus/publicaciones/informe-innobasque-de-prospectiva-2024-tendencias-innovacion/>

Love, P. (ed.) (2018), *Envejecimiento. Análisis de temas de actualidad*, Esenciales OCDE, OECD Publishing, París. Disponible en:

https://read.oecd-ilibrary.org/social-issues-migration-health/envejecimiento_9789264288119-es#page5

Naciones Unidas- Organización Mundial de la Salud (2015) *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. Disponible en:

<https://www.who.int/es/publications/i/item/9789241565042>

Naciones Unidas- Organización Mundial de la Salud (2020) *Década del envejecimiento saludable 2020-2030*. Disponible en:

<https://www.who.int/es/publications/m/item/decade-of-healthy-ageing-plan-of-action>

Observatorio Vasco de la Cultura (2022) *Cultura y salud*. Gobierno Vasco. Disponible en:

<https://www.euskadi.eus/observatorio-vasco-cultura/publicaciones/-/2022/cultura-y-salud/>

Secretaría General de Transición Social y Agenda 2030 (2022) *Estrategia vasca para el reto Demográfico 2030*. Gobierno Vasco. Disponible en:

<https://www.euskadi.eus/estrategia-vasca-2030-para-el-reto-demografico/web01-a2lehetr/es/>



Zbranca, R., Dâmaso, M., Blaga, O., Kiss, K., Dascăl, M. D., Yakobson, D., & Pop, O. (2022). CultureForHealth Report. *Culture's contribution to health and well-being. A report on evidence and policy recommendations for Europe.* CultureForHealth. Culture Action Europe. Disponible en: https://www.cultureforhealth.eu/app/uploads/2023/02/Final_C4H_FullReport_small.pdf



Kulturaren
Euskal Behatokia
Observatorio Vasco
de la Cultura



Cultura y envejecimiento activo



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO

KULTURA ETA HIZKUNTZA
POLITIKA SAILA

DEPARTAMENTO DE CULTURA
Y POLÍTICA LINGÜÍSTICA