



Kulturaren  
Euskal Behatokia  
Observatorio Vasco  
de la Cultura

---

**Resumen  
ejecutivo**

---

# Cultura y envejecimiento activo

---



**EUSKO JAURLARITZA**  
GOBIERNO VASCO

KULTURA ETA HIZKUNTZA  
POLITIKA SAILA

DEPARTAMENTO DE CULTURA  
Y POLÍTICA LINGÜÍSTICA

# Resumen ejecutivo

El envejecimiento de la población es un fenómeno ineludible 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 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.

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 Eustat señala que 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 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.

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.

En este marco, el estudio 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 significativa, y a mejorar así las condiciones de vida de la población mayor.

El estudio se estructura en tres grandes apartados. 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. Así, 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.

La 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. 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 implica 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.

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.

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 el sobre-envejecimiento, la menor feminización en esas etapas vitales, el mayor nivel educativo y de ingresos, una tendencia a mantenerse laboralmente en activo más allá de la edad de jubilación actual, así como los cambios en la composición de los hogares, la extensión de la covivienda y la profesionalización del cuidado.

El segundo bloque del informe resume las principales estrategias en torno al envejecimiento. 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. 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 tercer bloque 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. 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 considerando dos puntos de vista: los contenidos de los programas culturales, y las propias políticas culturales entendidas en su conjunto.

Por último, el informe concluye 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.

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.



Kulturaren  
Euskal Behatokia  
Observatorio Vasco  
de la Cultura

---

## Cultura y envejecimiento activo

---

Resumen  
ejecutivo



KULTURA ETA HIZKUNTZA  
POLITIKA SAILA  
DEPARTAMENTO DE CULTURA  
Y POLÍTICA LINGÜÍSTICA