

# **NUEVA ASIGNATURA PARA EL SIGLO XXI: CONOCER EL PROCESO DEL ENVEJECIMIENTO Y LA ETAPA DE LA VEJEZ**

**Elisa Nuez Patiño**

**Confederación Estatal de Asociaciones y Federaciones de alumnos y exalumnos de los programas universitarios de Mayores (CAUMAS)**

## **Resumen**

Uno de los objetivos de CAUMAS es participar en la sociedad y lograr ser un referente en la formación de los Mayores. En este sentido el Libro Blanco de CAUMAS destaca los aspectos más importantes para conocer el envejecimiento y vejez, aportando ideas para la proyección de los principios del envejecimiento activo, así como para impulsar la acción investigadora. Y todo ello con referencia, no solo al alumnado de los Programas Universitarios de Mayores de nuestras Universidades, sino también a toda la sociedad en general para que toda la población pueda tener las mismas oportunidades, para formarse e informarse del proceso sobre un Envejecimiento Activo y la Formación a lo Largo de Toda su Vida.

**Palabras Clave:** Mayores, Universitarios Séniors, TIC, Aprendizaje

## **1. Introducción**

En relación con lo expuesto debemos destacar el papel que pueden, y deben, desempeñar las aulas universitarias de mayores en la difusión de la nueva imagen del envejecimiento en el siglo XXI, haciendo llegar los principios del envejecimiento activo no solo de manera presencial sino, además, utilizando las Nuevas Tecnologías de la Información y Comunicación (NTICs), tanto a la juventud como a las personas mayores. En este sentido debe plantearse en el alumnado la tarea de formación de monitores del envejecimiento activo para que participen en acciones de mentalización, en hogares de jubilados, centros de día, institutos, universidad, programas de radio, televisión, blog en internet, periódicos, revistas etc. Pero para ello sería necesario incluir en la programación de los contenidos docentes de las aulas de los Programas

Universitarias de Mayores, un módulo o asignatura de "preparación *para el envejecimiento activo y su proyección social*" en donde el alumnado pueda conocer la vejez del presente y la que podría ser en un futuro; sus consecuencias sociales y el camino hacia el envejecimiento activo. Esta labor debe ir complementada con un "*taller de opinión, intercambio e investigación*" como marco para expresar ideas, valores, actitudes, percepciones y sentimientos; todo ello para que el alumnado adquiriera un nivel de formación que le permita proyectarse en la sociedad.

## **2. Conocimientos Previos**

Ser alumno de los Programas Universitarios de Mayores de las Universidades Españolas para poner en valor, su formación, su experiencia profesional y de vida y su talento en la formación e información que se imparte en la asignatura de Dinámica del Envejecimiento Activo.

### **2.1 Contenidos**

#### **2.1.1 Las tres revoluciones del envejecimiento**

Iniciamos la exposición poniendo de relieve que el siglo XIX, se caracterizó por un derroche de vida, alta natalidad y alta mortalidad; el siglo XX, por la revolución de la longevidad: dar más años a la vida; y el siglo XXI, por compatibilizar la longevidad con la autonomía personal y calidad de vida: dar más vida a los años. El envejecimiento se plantea como una etapa más del crecimiento humano, diseñando para él, un proyecto de vida y no de muerte. Y ello como consecuencia de tres revoluciones: la demográfica; la del conocimiento; y la de las expectativas de las personas mayores. El envejecimiento como proceso y la vejez como etapa comprende casi la tercera parte de nuestra existencia, por lo que es útil reflexionar, investigando y propagando los cambios que se están produciendo en este sector para que conozcamos los rasgos más destacados con una información objetiva sobre el potencial real de las personas mayores, para que la sociedad adquiriera una mentalidad abierta, supere prejuicios y actitudes negativas respecto a este segmento de la población. Se ha de pasar del modelo tradicional de persona mayor, deficitaria, en donde todo es pérdida y deterioro, un ser pasivo que solo espera la muerte, al nuevo modelo de persona mayor, satisfactorio, activo, en formación, que muestra las limitaciones, pero también las posibilidades y ganancias, y que se adapta a los cambios que se vayan produciendo en la sociedad, transmitiendo a las generaciones siguientes, sus experiencias y conocimientos. No debemos olvidar nunca que la comprensión que una sociedad

muestra hacia la persona mayor es un indicador muy sensible sobre el grado de mayoría de esa sociedad.

### **2. 1.2 Mirando al futuro**

En el futuro la sociedad que proclama los valores relacionados con la juventud e identifica el envejecimiento con la decadencia y la marginación, se verá amenazada por el hecho de que las personas mayores serán cada vez más, y tendrán un mayor peso en todos los ámbitos, mucho más dinámicas, con mayor nivel cultural, mejor información, con variedad de opciones de ocio y tiempo libre. Cada vez tiene menos que ver la persona mayor con el estereotipo que identificaba el envejecimiento con la pobreza, la marginación y el desinterés por el mundo. Este cambio cuestiona los principios y mentalidades profundamente arraigadas en nuestra cultura y en nuestra práctica social y económica.

### **2.1.3 Cuestiones no resueltas**

Vamos pues a significar una cuestión que todavía, en los comienzos de la segunda década del siglo XXI, no ha sido resuelta de manera satisfactoria: la realidad del envejecimiento y la vejez, como proceso individual en el que influyen múltiples aspectos y donde aparece para la gran mayoría de las personas, una etapa llena de posibilidades. Nuestra sociedad ha sido seducida por la juventud. Nadie lanza un mensaje que diga, ¡qué grande es ser persona mayor! Como si el ser mayor fuese una edad en la que no se puede contribuir al bien común. Esta postura supone una clara discriminación, catalogando a la persona mayor como un “inútil social”; como categoría independiente, separada como grupo; se le administra su bienestar y diversión actuando como cuidadores; están más tutelados que respetados, más dirigidos que orientados, recibiendo trato de favor que les hace perder autonomía, aportación, responsabilidad, exigencias, obligaciones y compromisos. Esta situación conduce a que las personas mayores no encuentren una parcela en el marco de la cultura contemporánea, no aceptando lo que recibe y lo que es peor, no actuando para conseguir sus propios objetivos. No se contempla suficientemente en el discurso educativo, un enfoque cultural de las personas mayores, con actitud participativa, intelectual, reconocidas socialmente como grupo, con amplios espacios para la creación, recreación e intervención.

### **2.1.4 Imagen real en los medios de comunicación**

Las personas mayores tienen derecho a una imagen real en los medios de comunicación. La juventud es vista en prensa, radio, televisión, Internet, como único

elemento positivo y vendible, dando a las personas mayores un menor tratamiento y una imagen distorsionada. Es pues necesario se presente de forma digna y precisa la realidad de este colectivo integrado por personas activas en su diversidad de estilos de vida, que aportan a la sociedad todo lo que puede dentro de su carácter heterogéneo. La pluralidad de los mayores debe tener respuesta, no una única respuesta en una sola dirección. Por ello es necesario impulsar la presencia de los mayores en los medios de comunicación en donde se reflejen como cualquier otro ciudadano, protagonistas en los temas que les afecten directamente. Poco a poco se va normalizando la presencia de los mayores en los medios de comunicación, en igualdad de condiciones e integrados. Es más, los programas de mayores deben interesar a todas las edades.

### **2.1.5 Meta final: el envejecimiento activo**

*El envejecimiento activo es un campo cuya meta final está en conseguir que cada persona mayor realice su potencial de bienestar a lo largo de su vida. Para ello se ha de sustituir la planificación de atención a la vejez “basada en las necesidades” que contempla a las personas mayores como objetos pasivos en otra “basada en sus derechos”. El paradigma del envejecimiento activo reconoce los derechos de las personas mayores, considerando la igualdad de oportunidades para ejercer su participación en procesos políticos, sociales y en otros aspectos de la vida comunitaria.*

### **3. Guía Docente**

Curriculum	
Título:	<b>Conocer el Proceso del Envejecimiento y la etapa de la vejez.</b>
Descripción del curso:	Uno de los objetivos de CAUMAS es participar en la sociedad y lograr ser un referente en la formación de los Mayores. En este sentido el Libro Blanco de CAUMAS destaca los aspectos más importantes para conocer el envejecimiento y vejez, aportando ideas para la proyección de los principios del envejecimiento activo, así como para impulsar la acción investigadora. Y todo ello con referencia, no solo al alumnado de los Programas Universitarios de Mayores de nuestras Universidades, sino también a toda la sociedad en general para que toda la población pueda tener las mismas oportunidades, para formarse e informarse del proceso sobre un Envejecimiento Activo y la Formación a lo Largo de Toda su Vida. En relación con lo expuesto debemos destacar el papel que

	<p>pueden, y deben, desempeñar las aulas universitarias de mayores en la difusión de la nueva imagen del envejecimiento en el siglo XXI, haciendo llegar los principios del envejecimiento activo no solo de manera presencial sino, además, utilizando las Nuevas Tecnologías de la Información y Comunicación, NTICs; tanto a la juventud como a las personas mayores. En este sentido debe plantearse en el alumnado la tarea de formación de monitores del envejecimiento activo para que participen en acciones de mentalización, en hogares de jubilados, centros de día, institutos, universidad, programas de radio, televisión, blog en internet, periódicos, revistas etc. Pero para ello sería necesario incluir en la programación de los contenidos docentes de las aulas de los Programas Universitarias de Mayores, un módulo o asignatura de” <b>preparación para el envejecimiento activo y su proyección social</b>” en donde el alumnado pueda conocer la vejez del presente y la que podría ser en un futuro; sus consecuencias sociales y el camino hacia el envejecimiento activo. Esta labor debe ir complementada con un “<b>taller de opinión, intercambio e investigación</b>” como marco para expresar ideas, valores, actitudes, percepciones y sentimientos; todo ello para que el alumnado adquiriera un nivel de formación que le permita proyectarse en la sociedad.</p> <p><b>CONOCIMIENTOS PREVIOS</b></p> <p>Ser alumno de los Programas Universitarios de Mayores de las Universidades Españolas para poner en valor, su formación, su experiencia profesional y de vida y su talento, en la formación e información que se imparte en la asignatura de Dinámica del Envejecimiento Activo.</p> <p><b>CONTENIDOS</b></p> <p>Introducción</p> <p><b>Las tres revoluciones del envejecimiento</b></p> <p>Iniciamos la exposición poniendo de relieve que el siglo XIX, se caracterizó por un derroche de vida, alta natalidad y alta mortalidad; el siglo XX, por la revolución de la longevidad: dar más años a la vida; y el siglo XXI, por compatibilizar la longevidad con la autonomía personal y calidad de vida: dar más vida a los años. El envejecimiento se plantea como una etapa más del crecimiento humano, diseñando para él, un proyecto de vida y no de muerte. Y ello como consecuencia de tres revoluciones: la demográfica; la del conocimiento; y la de las expectativas de las personas mayores.</p> <p>El envejecimiento como proceso y la vejez como etapa comprende casi la tercera parte de nuestra existencia, por lo que es útil reflexionar, investigando y propagando los cambios que se están produciendo en este sector para que conozcamos los rasgos más destacados con una información objetiva sobre el potencial real de las personas mayores, para que la sociedad adquiriera una mentalidad abierta, supere prejuicios y actitudes negativas respecto a este segmento de la población. Se ha de pasar del modelo tradicional de persona mayor, deficitaria, en donde todo es pérdida y deterioro, un ser pasivo que solo espera la muerte, al nuevo modelo de persona mayor, satisfactorio, activo, en formación, que muestra las limitaciones,</p>
--	---

pero también las posibilidades y ganancias, y que se adapta a los cambios que se vayan produciendo en la sociedad, transmitiendo a las generaciones siguientes, sus experiencias y conocimientos. No debemos olvidar nunca que la comprensión que una sociedad muestra hacia la persona mayor es un indicador muy sensible sobre el grado de mayoría de esa sociedad.

#### **Mirando al futuro**

En el futuro la sociedad que proclama los valores relacionados con la juventud e identifica el envejecimiento con la decadencia y la marginación, se verá amenazada por el hecho de que las personas mayores serán cada vez más, y tendrán un mayor peso en todos los ámbitos, mucho más dinámicas, con mayor nivel cultural, mejor información, con variedad de opciones de ocio y tiempo libre. Cada vez tiene menos que ver la persona mayor con el estereotipo que identificaba el envejecimiento con la pobreza, la marginación y el desinterés por el mundo. Este cambio cuestiona los principios y mentalidades profundamente arraigadas en nuestra cultura y en nuestra práctica social y económica.

#### **Cuestiones no resueltas**

Vamos pues a significar una cuestión que todavía, en los comienzos de la segunda década del siglo XXI, no ha sido resuelta de manera satisfactoria: la realidad del envejecimiento y la vejez, como proceso individual en el que influyen múltiples aspectos y donde aparece para la gran mayoría de las personas, una etapa llena de posibilidades. Comenzamos haciendo referencia a determinadas cuestiones de interés para que las personas mayores gocen de mayor visibilidad.

Nuestra sociedad ha sido seducida por la juventud. Nadie lanza un mensaje que diga, ¡qué grande es ser persona mayor! Como si el ser mayor fuese una edad en la que no se puede contribuir al bien común. Esta postura supone una clara discriminación, catalogando a la persona mayor como un "inútil social"; como categoría independiente, separada como grupo; se le administra su bienestar y diversión actuando como cuidadores; están más tutelados que respetados, más dirigidos que orientados, recibiendo trato de favor que les hace perder autonomía, aportación, responsabilidad, exigencias, obligaciones y compromisos.

Esta situación conduce a que las personas mayores no encuentren una parcela en el marco de la cultura contemporánea, no aceptando lo que recibe y lo que es peor, no actuando para conseguir sus propios objetivos. No se contempla suficientemente en el discurso educativo, un enfoque cultural de las personas mayores, con actitud participativa, intelectual, reconocidas socialmente como grupo, con amplios espacios para la creación, recreación e intervención.

#### **Imagen real en los medios de comunicación**

Las personas mayores tienen derecho a una imagen real en los medios de comunicación. La juventud es vista en prensa, radio,

	<p>televisión, Internet, como único elemento positivo y vendible, dando a las personas mayores un menor tratamiento y una imagen distorsionada.</p> <p>Es pues necesario se presente de forma digna y precisa la realidad de este colectivo integrado por personas activas en su diversidad de estilos de vida, que aportan a la sociedad todo lo que puede dentro de su carácter heterogéneo. La pluralidad de los mayores debe tener respuesta, no una única respuesta en una sola dirección. Por ello es necesario impulsar la presencia de los mayores en los medios de comunicación en donde se reflejen como cualquier otro ciudadano, protagonistas en los temas que les afecten directamente.</p> <p>Poco a poco se va normalizando la presencia de los mayores en los medios de comunicación, en igualdad de condiciones e integrados. Es más, los programas de mayores deben interesar a todas las edades.</p> <p><b>Meta final: el envejecimiento activo</b></p> <p>El envejecimiento activo es un campo cuya meta final está en conseguir que cada persona mayor realice su potencial de bienestar a lo largo de su vida. Para ello se ha de sustituir la planificación de atención a la vejez “basada en las necesidades” que contempla a las personas mayores como objetos pasivos en otra “basada en sus derechos”. <i>El paradigma del envejecimiento activo reconoce los derechos de las personas mayores, considerando la igualdad de oportunidades para ejercer su participación en procesos políticos, sociales y en otros aspectos de la vida comunitaria</i></p>
<p>¿Qué duración tendrán las clases?</p>	<p>17 clases 90 Minutos</p> <p>2 salidas de formación exteriores.</p>
<p>Número recomendado de participantes:</p>	<p>El máximo que establezca cada Universidad.</p>
<p>Texto Recomendado</p>	<p>Asignatura Pendiente en el siglo XXI. Autor Pozón Lobato Enrique. Edita: CAUMAS DL: M2953-2018 Libro Blanco de CAUMAS</p>

Temario:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Las tres revoluciones del envejecimiento</li> <li>2. La revolución demográfica (1)</li> <li>3. La revolución demográfica (2): Consecuencias sociológicas de crecer envejeciendo</li> <li>4. Revolución del conocimiento sobre el envejecimiento y vejez</li> <li>5. Posiciones equivocadas y nuevos planteamientos</li> <li>6. La revolución de las expectativas (1): La invención del futuro</li> <li>7. La Revolución de las expectativas (2): Manifestaciones del envejecimiento activo</li> <li>8. Envejecimiento y calidad de vida</li> <li>9. La educación en el marco del envejecimiento activo</li> <li>10. Factor de resocialización o cambio</li> <li>11. Praxis educativa</li> <li>12. Universidad y personas como campo de estudio</li> <li>13. Aula virtual de mayores interactiva</li> <li>14. Personas mayores, medios de comunicación y las TIC</li> <li>15. Personas mayores y medios de comunicación</li> <li>16. Personas mayores y las tecnologías de la información y comunicación (TIC)</li> <li>17. Los rostros del envejecimiento y vejez</li> </ol>
	<b>Unidad 1</b>
Tema:	<b>Presentación de la Asignatura</b>
<p>Resultados del aprendizaje:</p> <p><i>¿Qué van a aprender los participantes?</i></p>	<p>El envejecimiento activo no solo es una propuesta institucional y normativa, sino que debe ser una nueva cultura reformulada con el esfuerzo de todos los actores implicados.</p> <p>Hay que trabajar "desde" y "con" las personas mayores. En este sentido se pone de relieve el papel que pueden desempeñar las Aulas Universitarias de Mayores en la difusión de la nueva imagen del envejecimiento en el siglo XXI, haciendo llegar los principios del envejecimiento activo tanto a la juventud como a las personas mayores. Debe plantearse en el alumnado de estas Aulas, la tarea de formación de monitores del envejecimiento activo, participando como voluntarios en acciones de mentalización, tanto en hogares de jubilados y centros de día, como en institutos, universidades, programas de radio, televisión, blog en Internet, periódicos, revistas, etc. Pero para ello sería necesario incluir en la programación de los contenidos docentes de las referidas Aulas, un módulo de "preparación para el envejecimiento activo y su proyección social" en donde el alumnado pueda conocer el perfil de las personas mayores del presente y del futuro, las consecuencias sociales de envejecer y el camino hacia el envejecimiento activo; y un taller de opinión, intercambio como marco para expresar sus ideas, sus valores, sus opiniones, sus actitudes, sus percepciones, sentimientos, maneras de pensar y se preparen para proyectarse en la sociedad, como monitores del envejecimiento activo.</p>



	<b>Esquema de la Unidad</b>
<p><b>Actividad 0</b> <b>Exposición</b> <b>20 minutos</b></p>	<p>Explicar el programa a realizar y los objetivos a conseguir en el periodo de formación.</p> <p>Se ha de poner de relieve que dada la experiencia profesional y personal de los alumnos de las Aulas Universitarias de Mayores la presencia de los mayores en la Universidad, no puede quedar limitada a la asistencia a las clases y al establecimiento de relaciones con personas con las mismas inquietudes intelectuales en su tiempo desocupado, sino que deben colaborar activamente, participando no solo como educandos sino como educadores, dentro y fuera del aula, transmitiendo sus conocimientos con una metodología dinámica, activa, participativa, organizada en torno a experiencias personales, con proyección social.</p>
<p><b>Actividad 1</b> Duración de cada tema 90 minutos. Planificando las dos salidas de experiencia exterior.</p>	<p>Seguir el programa del temario establecido. El tipo de estudio de esta materia, se enmarca en una investigación cualitativa describiendo los hechos o sucesos en su medio natural, con información cualitativa que se traduce en un estudio tipo investigación – acción participativa, siendo las técnicas y procedimientos: la información con estudio y análisis de documentos; el grupo de discusión; encuestas a través de cuestionarios; y entrevistas a alumnos, que nos debe permitir conseguir los objetivos de esta asignatura.</p>
<p><b>Actividad 2</b></p>	<p>El último punto de Temario, <b>Los rostros del envejecimiento y vejez</b>. Debe ser un tema teórico. Practico en que los alumnos deben realizar salidas de formación, para que se encuentren con la realidad del rostro de la vejez.</p>

#### 4. Metodología de ejecución del proyecto

Con el ánimo de llegar al mayor número de mayores y para aprovechar la capacidad de comunicación de las distintas Universidades, entidades y organizaciones el plan de formación se va a realizar con distintos formatos que son:

- Formación presencial. Se realizarán desde las aulas de las Universidades u organizaciones de Mayores que desean participar en este proyecto.
- Retransmisión en directo por nuestra plataforma tele-presencial. Todo el temario presencial se transmitirá por internet para que puedan ser visualizados tanto por las personas que tengan acceso a internet como para los propios centros de los colaboradores que puedan conectarse a dichas emisiones.

- Online o grabaciones. Al igual que en el portal del proyecto, se desarrollará un apartado de "DINÁMICA DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO: REFLEXIÓN Y CRÍTICA", para incorporar todas las sesiones que se vayan grabando y así, sean visualizadas cuando se quiera y tantas veces que sean necesarias por los participantes. Las grabaciones realizadas tendrán que ser editadas y modificadas para adecuarlas al formato de video.

### **Bibliografía**

POZÓN LOBATO, E. (2018). Asignatura pendiente en el siglo XXI: Conocer el proceso del envejecimiento y la etapa de la vejez. Madrid. CAUMAS