

PROYECTO:

Intervenciones de promoción del envejecimiento activo como estrategia de prevención de la discapacidad y dependencia en personas mayores en Bizkaia.

**EQUIPO DE INVESTIGACIÓN EN GERONTOLOGÍA
“AGEING RESEARCH”**

INFORME EJECUTIVO:

Revisión de los principales factores personales y contextuales relacionados con la participación ciudadana en las personas mayores

Investigador principal:

Dr. Pedro Fernández de Larrinoa

Equipo de investigación:

Dra. Silvia Martínez Rodríguez

Dr. Ignacio Gómez Marroquín

Dra. Nuria Ortiz Marqués

Dra. María Carrasco Zabaleta

ÍNDICE

Introducción.....	4
1. El papel de la participación ciudadana en el envejecimiento activo.....	5
1.1. El concepto de participación ciudadana.....	6
1.2. Beneficios de la participación ciudadana en las personas mayores.....	11
1.3. La importancia de promover la participación ciudadana en las personas mayores.....	15
2. Factores relacionados con la participación ciudadana en las personas mayores	19
2.1. Factores personales relacionados con la participación ciudadana en las personas mayores	19
2.2. Factores contextuales relacionados con la participación ciudadana en las personas mayores	25
Conclusiones y recomendaciones.....	27
Bibliografía consultada.....	33

INTRODUCCIÓN

El presente informe tiene su origen en la importancia que el desarrollo y el mantenimiento de itinerarios de vida activos y saludables tiene para el logro de un envejecimiento activo. Es por ello que la OMS señala la importancia de generar oportunidades en relación a la salud, la seguridad, la participación y el aprendizaje a lo largo de la vida. En este sentido, entendemos que las personas debemos tomar parte activa en nuestro propio proceso de envejecimiento, lo que conlleva la toma de decisiones en el ámbito personal pero también la participación e implicación dentro del entorno social y comunitario. Además, la creación de una sociedad para todas las edades no sería posible sin la inclusión de las personas de mayor edad en la comunidad, considerándolas un recurso de gran relevancia para el desarrollo de la misma.

Desde esta perspectiva, el presente trabajo centra su interés en una forma de participación social que requiere de un grado de compromiso social o cívico, es decir, en la participación ciudadana. Este tipo de participación supone formar parte, contribuir, comprometerse, influir e interactuar con y en la comunidad. Así, la participación ciudadana abarca un amplio abanico de actividades que suponen la interacción con otras personas para mejorar las condiciones de la comunidad y de la sociedad. Las actividades de voluntariado o el asociacionismo podrían considerarse ejemplos de participación ciudadana. La literatura resalta los múltiples beneficios físicos, psicológicos y sociales que la realización de este tipo de actividades tiene en la persona mayor, así como en la propia comunidad y en sus integrantes. Es por ello, que en los últimos años, ha aumentado el interés por el estudio de la participación ciudadana en las personas mayores y, de hecho, su promoción y la generación de oportunidades de participación en la comunidad suponen grandes retos para la sociedad. Para lograrlo, es necesario identificar los mecanismos que movilizan a la persona a involucrarse en actividades de carácter comunitario y las barreras que suponen un obstáculo para la participación. De esta manera, contaremos con herramientas que sirvan de guía para desarrollar estrategias concretas de promoción de la participación ciudadana en las personas mayores.

El objetivo del presente trabajo, por lo tanto, supone la revisión de los principales factores personales y contextuales que favorecen o dificultan la participación ciudadana de las personas mayores en la comunidad. Consideramos que esta revisión supone un paso previo necesario antes de proponer un programa de intervención destinado a promover la participación ciudadana de las personas mayores dentro de su comunidad.

El presente trabajo comienza con un esfuerzo por conceptualizar el término de participación ciudadana, destacando su papel en el logro de un envejecimiento activo, y enfatizando la importancia de promover y generar oportunidades de participación. Posteriormente, se identifican los principales factores personales y contextuales que influyen o se relacionan con una mayor participación ciudadana de las personas mayores, obteniendo una serie de conclusiones que puedan favorecer la reflexión de cara a desarrollar programas de participación ciudadana.

1. EL PAPEL DE LA PARTICIPACIÓN CIUDADANA EN EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO

En el año 1990, la OMS definió por primera vez el concepto de envejecimiento activo, vinculando la actividad a la salud y resaltando la importancia de la participación de las personas de mayor edad en la sociedad y en la comunidad. Con esta nueva concepción, el envejecimiento activo es productividad mucho más allá de la actividad laboral, extendiéndose a la esfera de lo social y lo comunitario (Walker, 2002). Así mismo, la II Asamblea Mundial sobre Envejecimiento (ONU, 2002) se marcaba como parte de sus objetivos lograr incrementar la participación de las personas de mayor edad en los procesos de toma de decisiones a todos los niveles, con el fin de desarrollar una sociedad para todas las edades. En el año 2012, Año Europeo del Envejecimiento Activo, el estudio de los mecanismos que pueden contribuir a favorecer itinerarios de vida activos y a generar oportunidades de participación a lo largo de la vida, continúa siendo un reto de gran relevancia. El presente proyecto pretende contribuir a dicho objetivo a través de la revisión de los principales factores personales y contextuales que pueden favorecer la mayor participación de las

personas en la sociedad a lo largo de todo su ciclo vital. Consideramos de gran relevancia realizar este paso previo ya que nos permitirá reflexionar a la hora de establecer y desarrollar programas y políticas que fomenten una participación activa por parte de los ciudadanos, incluidos aquellos que tienen una mayor edad.

El punto de partida del presente informe se centra en comprender qué significa la participación ciudadana, entendida como una forma de participación social que implica un compromiso cívico con la comunidad y con la sociedad. Para ello realizaremos un breve recorrido desde el concepto más general de participación hasta comentar los principales tipos de participación ciudadana y su papel en el logro de un envejecimiento saludable.

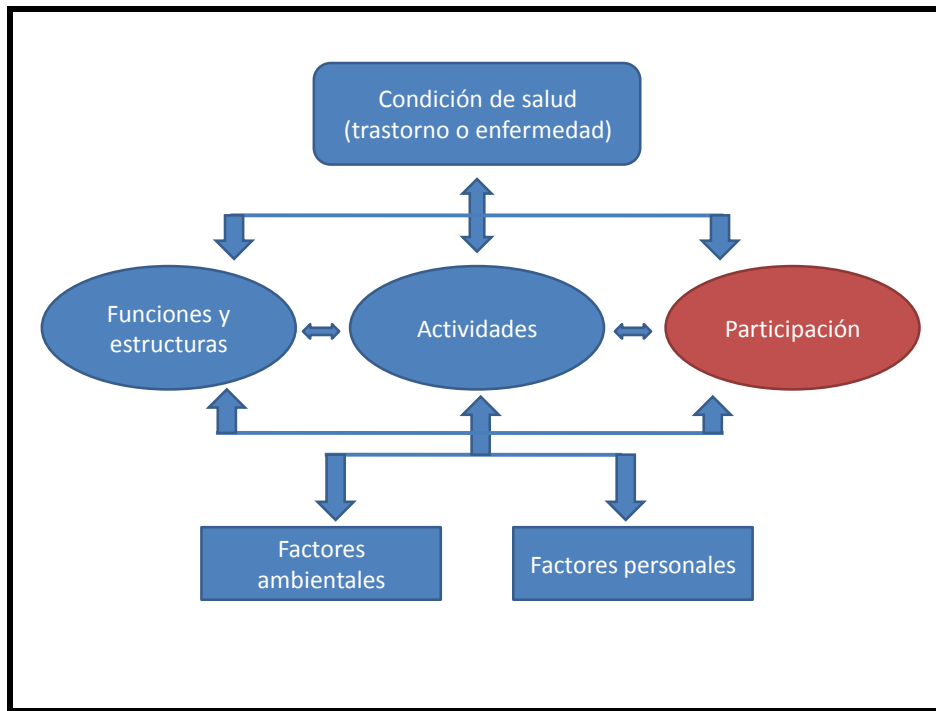
1.1 El concepto de participación ciudadana

La participación social constituye, como se ha comentado previamente, uno de los pilares relacionados con el logro de un envejecimiento activo, por lo que se trata de una variable que se analiza en numerosas investigaciones centradas en población mayor. Sin embargo, se constata una falta de consenso existente a la hora de conceptualizar el término de participación y su distinción de la participación social, dificultando en muchas ocasiones su estudio y el desarrollo de programas de promoción.

Diversos modelos teóricos han realizado un esfuerzo por conceptualizar el término de participación. Una de las definiciones más completas y aceptadas ha sido la elaborada por la Organización Mundial de la Salud (2001), destacando la gran importancia que la participación, entendida como el hecho de *involucrarse en situaciones vitales*, tiene para la salud de cualquier persona. La participación, por lo tanto, se entiende como la experiencia vivida por la persona en el contexto real en el cual se desenvuelve. En esta línea, la Clasificación Internacional del Funcionamiento, Discapacidad y Salud (CIF), considera la participación como un elemento fundamental en el funcionamiento de la persona (Figura 1). Según el modelo, la participación cubre un amplio rango de áreas

vitales que van desde el aprendizaje y aplicación de nuevos conocimientos, las actividades de la vida doméstica, hasta las actividades que se desarrollan en el contexto de la comunidad, entre otras.

Figura 1. Componentes de la CIF (OMS, 2001)



Otros modelos como el *“Disability Creation Process model”*, desarrollado por Fougereyrollas, Cloutier, Bergeron, Côté y St-Michel (1998), consideran la participación como el *conjunto de actividades cotidianas o hábitos de vida que realiza una persona, resultado de la interacción entre el individuo (sus características personales, sus habilidades o discapacidades) y los factores ambientales del entorno que le rodea*. En dicha conceptualización, muy cercana a la de la OMS, las actividades cotidianas son consideradas como actividades diarias, básicas, que se realizan en el día a día, así como actividades de carácter más social que se realizan en el ámbito comunitario. De esta manera, la participación abarca un amplio espectro de actividades que favorecen nuestra supervivencia y desarrollo dentro de la sociedad.

Sin embargo, dado el amplio rango de actividades que pueden considerarse como una forma de participación, algunos autores han intentado destacar la diferencia existente

entre la participación y la participación social. En este sentido, destaca el trabajo realizado por Levasseur, Richard, Gauvin y Raymond (2010) los cuales llevaron a cabo una extensa revisión de los principales estudios publicados entre 1980 y 2009, que analizaban la participación social de los individuos. Sus conclusiones indican que, en la mayoría de los estudios revisados, la participación social se define como la *implicación de la persona en actividades que suponen una interacción con otras personas en la comunidad o en la sociedad*. Por lo tanto, el contacto social parece adquirir una gran relevancia cuando hablamos de participación social.

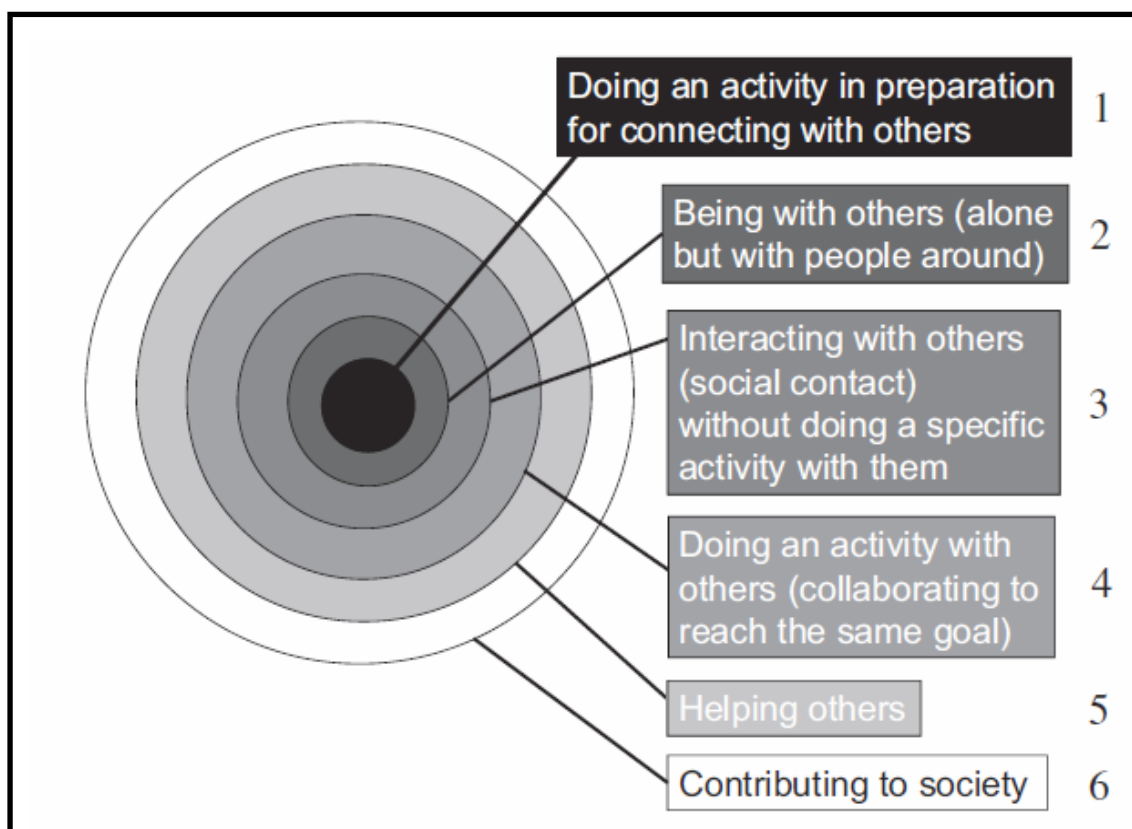
Además, dichos autores proponen una taxonomía de actividades sociales que reflejan diferentes niveles de participación en base a dos aspectos: la implicación del individuo con otras personas y el objetivo de la actividad (Figura 2). En dicha clasificación de actividades sociales se diferencian hasta seis niveles de participación:

El *primer nivel* se corresponde con aquellas actividades básicas, que realizamos a diario, generalmente en solitario, pero que nos preparan para entrar en contacto con otras personas. Su objetivo es cubrir necesidades básicas como puede ser preparar la comida, vestirse, escuchar la radio, etc.

El *segundo nivel* se corresponde con actividades en las cuales la persona, en presencia de otros individuos de su entorno, realiza una actividad sin que ello implique una interacción directa con dichas personas. Un ejemplo de actividad de este nivel sería dar un paseo por el vecindario. Son actividades que generalmente se realizan en la comunidad.

El *tercer nivel* refleja actividades en las cuales interactuamos con otras personas para realizar una actividad pero sin perseguir un objetivo común, es decir, sin realizar la actividad con dicha persona. Un ejemplo sería la realización de una compra en una tienda. En este caso, estaríamos interactuando con otra persona (el/la vendedor/a) pero no compartimos la actividad, es decir, no realizamos la actividad con ella, ni perseguimos el mismo objetivo.

Figura 2. Taxonomía de actividades sociales (Levasseur et al., 2010)



El *cuarto nivel* implica la realización de una actividad con otra persona persiguiendo un objetivo común. Un ejemplo sería la realización de múltiples actividades recreativas como puede ser jugar un partido de tenis.

El *quinto nivel* se refiere a actividades destinadas a ayudar a otras personas, como puede ser el voluntariado o el cuidado informal.

El *sexto nivel* se correspondería con actividades que contribuyen a mejorar la comunidad o la sociedad, como por ejemplo formar parte de un partido político o de una asociación comunitaria.

Según los autores, esta taxonomía permite diferenciar conceptos como la participación y la participación social. Así, los dos primeros niveles se corresponderían con aquellas actividades más básicas que nos preparan y nos facilitan la interacción social, mientras que los siguientes niveles suponen una interacción con otras personas para llevar a

cabo las diversas actividades. De esta manera, todas las acciones realizadas dentro de los 6 niveles pueden considerarse una forma de participación, mientras que únicamente los niveles 3, 4, 5 y 6 pueden considerarse actividades relacionadas con la participación social. Además, dentro de estos tipos de participación social, los dos últimos niveles implican un grado de compromiso social y cívico de la persona para y con su comunidad y sociedad. En este sentido, la persona se compromete, se implica e involucra en actividades, de forma individual o colectiva, que contribuyen a mejorar las condiciones de su entorno y comunidad, lo cual influye de manera directa o indirecta en el bienestar de los demás y en el bienestar de la comunidad. Estos dos niveles podríamos considerarlos como una forma de participación ciudadana. Con el objetivo de acotar un área tan amplia como es la participación de un individuo en su entorno, en el presente informe nos hemos centrado en la participación que requiere de este tipo de compromiso.

Adler y Goggin (2005) definen la participación ciudadana como *las diferentes maneras en base a las cuales un ciudadano puede participar en la vida de su comunidad con el objetivo de ayudar a otras personas o de mejorar las condiciones de su entorno*. Además, proponen diversos puntos de vista en base a los cuales se puede definir la participación ciudadana:

- La participación ciudadana como *un servicio comunitario*, en referencia a la implicación de una persona, de forma individual o colectiva, en actividades que suponen la prestación de servicios a una comunidad, como por ejemplo actividades de voluntariado.
- La participación ciudadana como *una acción colectiva*, lo cual supone la unión de varios miembros de la comunidad para realizar acciones que de manera colectiva favorezcan o mejoren la sociedad. Un ejemplo de este tipo de acciones sería el asociacionismo.
- La participación ciudadana como una *implicación a nivel político*, es decir, la participación del ciudadano en actividades de carácter político que pueden abarcar desde el voto, hasta la implicación en partidos políticos o campañas políticas, entre otras.

- La participación ciudadana como un *cambio social*. En este sentido, la participación ciudadana conlleva un cambio a nivel social a través de acciones que van a repercutir en la vida de la comunidad y que se dirigen a mejorar las condiciones y el futuro de la misma.

En base a esta conceptualización, la participación ciudadana se ha empleado en la literatura para referirse a un amplio rango de actividades como son el voto, la participación en campañas políticas, acciones de voluntariado, prestación de ayuda a los vecinos, participación en asociaciones, etc. Sin embargo, cabe destacar que, en muchas ocasiones, dichas actividades se ignoran por una tendencia generalizada a intercambiar el concepto de participación ciudadana por el de voluntariado (Martinson y Minkler, 2006). Sin embargo, el voluntariado debe entenderse como parte del amplio espectro de acciones que pueden realizarse, bien en el *ámbito social* (ej. implicarse en una asociación u organización) o en el *ámbito político* (ej. participar en una campaña política) y que pueden considerarse como formas de participación ciudadana. Es cierto que el voluntariado es una de las actividades más frecuentes a las cuales pueden acceder las personas mayores (Villar, 2010) y por ello la literatura centrada en la participación ciudadana de la población de mayor edad se ha interesado de forma mayoritaria por este tipo de actividad.

En este sentido, el estudio de la implicación comunitaria de las personas mayores ha ido adquiriendo mayor relevancia, principalmente por dos aspectos: en primer lugar, debido al valioso recurso que el colectivo de las personas mayores supone para la propia comunidad y en segundo lugar, debido a su papel en el envejecimiento activo, como se comentará a continuación.

1.2 Beneficios de la participación ciudadana en las personas mayores

Existe una amplia evidencia científica que apoya el efecto positivo que la participación ciudadana tiene sobre el proceso de envejecimiento. Dichos beneficios no alcanzan únicamente a la persona que mantiene una participación e implicación activa en la

sociedad sino que también favorecen a la comunidad y a otras personas que también se benefician de ello.

La participación ciudadana supone una oportunidad de implicarse de manera activa en la comunidad, de desarrollar una actividad que sea significativa para la persona, que le permita continuar aprendiendo, desarrollar sus intereses y disfrutar de las diversas actividades que puede llevar a cabo. La posibilidad de involucrarse en itinerarios de vida activos conlleva efectos positivos en diversas áreas de la vida de una persona. Algunos autores destacan la mayor influencia positiva que la participación ciudadana puede tener en el colectivo de las personas mayores en comparación con otras edades. Este hecho quizás pueda explicarse debido a que la actividad social y física que conlleva la participación a nivel comunitario ayuda a desarrollar un nuevo propósito en la vida en una época en la que los roles sociales se van modificando, en gran parte, debido a la jubilación (Grimm, Spring y Dietz, 2007).

Sin la intención de llevar a cabo una descripción exhaustiva del amplio rango de beneficios que se han relacionado con la participación ciudadana, a continuación realizaremos un breve repaso de algunos de los principales efectos positivos derivados de la implicación de las personas mayores en la comunidad. En este sentido, la literatura centrada en destacar el efecto de la participación ciudadana ha focalizado su atención, principalmente, en describir los beneficios que, actividades como el voluntariado, tienen sobre la salud física y psicológica del individuo (Von Bondsforff y Rantanen, 2011).

De esta manera, diversos estudios destacan su efecto positivo en la salud de la persona mayor (Morrow-Howell, Hinterlong, Rozario y Tang, 2003) y en su calidad de vida (Cattan, Hogg y Hardill, 2011). Las propias personas mayores que se involucran en este tipo de actividades se perciben como más saludables y describen un mejor funcionamiento físico, psicológico y social (Shrmortkin, Blumstein y Modan, 2003). Algunos autores destacan que los beneficios percibidos por la propia persona mayor resultan más positivos que los propios beneficios reales (Dávila y Diaz-Morales, 2009b).

Con respecto al bienestar físico, la participación ciudadana parece estar relacionada con un menor riesgo de mortalidad (Harris y Thoresen 2005; Musick, Herzog y House, 1999). En este sentido, Oman, Thoresen y McMahon (1999) concluyen que las personas que realizan actividades de voluntariado en dos o más asociaciones, presentan hasta un 63% menos de tasa de mortalidad en comparación con personas que no participan activamente en este tipo de acciones. Otras actividades como son la proporción de ayuda a familiares, amigos y vecinos de la comunidad también están relacionadas con menores índices de mortalidad (Brown, Nesse, Vinokur y Smith, 2003).

Además, la participación ciudadana tiene efectos beneficiosos en otros indicadores de salud física. Se ha comprobado que actividades como el voluntariado ayudan a mantener e incluso mejorar el estado o capacidad funcional (Fried y cols., 2004; Li y Ferraro, 2006), aumentan el nivel de actividad física (Tan, Xue, Li, Carlson y Fried, 2006), e incluso contribuyen a una menor percepción de dolor en pacientes con dolor crónico (Arnstein, Vidal, Wells-Federman y Caudill, 2002).

Acompañando al bienestar físico, el efecto positivo de la participación ciudadana también se observa en un mayor bienestar psicológico, social y emocional. De esta manera, se ha observado que la participación ciudadana se relaciona con una menor sintomatología depresiva (Li y Ferraro, 2005; Musick y Wilson, 2003), con una mayor satisfacción vital (Van Willigen, 2000) y bienestar psicológico general (Greenfield y Marks, 2004), e incluso con mejoras a nivel cognitivo (Carlson y cols., 2008; Fried y cols., 2004). Algunos estudios destacan que este tipo de participación aumenta el sentido de significación y valor de la propia vida, la satisfacción vital y la autoestima (Thoits y Hewitt, 2001). Siegrist, Von Dem Knesebeck y Pollack (2004) describen cómo el hecho de participar en actividades socialmente productivas, como el voluntariado, favorece la percepción de autoeficacia en la persona, aumentando la sensación de control en su vida, su autonomía y autodeterminación, lo cual repercute de forma positiva en su estado de salud. Otros estudios también apoyan el efecto que el voluntariado ejerce sobre la percepción de autoeficacia y competencia, influyendo de manera positiva en las autoevaluaciones que realiza el individuo (Musick y Wilson,

2003). Además, la participación ciudadana, focalizada en la ayuda a otras personas, contribuye al desarrollo psicosocial de la persona, aumentando sus redes sociales y favoreciendo sentimientos de empatía hacia los demás (Piercy, Cheek y Teemant, 2011).

En la esfera social, las personas mayores que participan en su comunidad a través de acciones de voluntariado perciben una gran oportunidad de contacto social con otras personas de su entorno (Martinez, Crooks, Kim y Tanner, 2011). Algunos estudios también apoyan la idea de que la participación en actividades de voluntariado genera capital social, influenciando de manera positiva en la calidad de vida, en la salud y en el bienestar psicológico (Onyx y Warburton, 2003). La participación ciudadana, además, sirve de conexión entre diversos grupos sociales y generaciones diversas. De hecho, algunos programas de voluntariado emplean el contacto intergeneracional favoreciendo la inclusión, el intercambio de puntos de vista y experiencias entre las personas mayores y los jóvenes dentro de una comunidad (Glass y cols., 2004).

Los factores psicosociales que acompañan a la participación ciudadana, como el desarrollo de nuevas redes sociales, el contacto social o el desarrollo de actividades que son significativas para la persona, contribuyen en gran medida a lograr dichos efectos positivos en el bienestar del individuo. A modo de ejemplo, Lum y Lifgfoot (2005) destacan que el desarrollo de redes sociales y el mayor acceso a los recursos de la comunidad, que acompañan a actividades como el voluntariado, resultan un factor protector que se traduce en una mejor salud física y mental percibida. Además, los nuevos roles sociales que desarrolla la persona en su comunidad pueden contribuir a lograr un sentido de propósito en la vida a través de actividades que son significativas para la persona, mejorando de esta manera su satisfacción vital e influyendo de manera positiva en su estado de salud (Grimm y cols., 2007). El desarrollo de redes sociales de apoyo derivados de la participación ciudadana también contribuyen a un mejor de estado de salud y los mayores beneficios se producen en personas con una menor integración social (Oman y cols., 1999).

Como se ha destacado previamente, las personas que participan de manera activa en acciones que requieren un compromiso cívico no son las únicas que se benefician de

dicha participación, sino que la comunidad y los individuos que la forman también se benefician de sus efectos positivos. Así, se ha observado que en programas en los cuales las personas mayores se involucran en procesos educativos con niños, se favorece su proceso de aprendizaje (Rebok y cols., 2004). Igualmente, las personas que prestan ayuda a vecinos, familiares y amigos suponen un apoyo social que contribuye a disminuir el sentimiento de soledad que en muchas ocasiones presentan los colectivos más desfavorecidos de la comunidad (Barker, 2002). Así mismo, la cooperación que se produce en las actividades de participación ciudadana genera un sentimiento de compromiso compartido, fortalece los lazos sociales y genera una confianza que son importantes para el individuo pero también para la comunidad (Hinterlong y Williamson, 2006).

Dada la importancia que la participación, y en concreto la participación ciudadana, tiene en el proceso de envejecimiento, su promoción y estudio resulta de gran relevancia. Además, las bajas tasas de participación ciudadana observadas en las personas de mayor edad suponen otro factor que apoya la necesidad de promover y facilitar los procesos de participación activa en este tipo de actividades, como se comentará a continuación.

1.3 La importancia de promover la participación ciudadana en las personas mayores

A pesar de los beneficios que reporta la participación ciudadana, las tasas de implicación activa en la comunidad son muy bajas en las personas de mayor edad. Así, a modo de ejemplo, el IMSERSO reflejaba en su *Encuesta de Mayores 2010* una escasa participación ciudadana formal, con tan sólo un 28% de personas mayores que pertenecía a alguna organización, siendo las asociaciones de personas mayores y las asociaciones de voluntariado los organismos con una mayor implicación. Así mismo, el 47% de la población y el 43% de las personas mayores encuestadas consideraban que las personas mayores debían tener una mayor presencia en todos los ámbitos de la comunidad.

En otro estudio sobre las condiciones de vida de las personas mayores en la Comunidad Autónoma del País Vasco se concluía, en el análisis de su tiempo libre, que las actividades donde se observaba una menor implicación de la población mayor era el voluntariado o el asociacionismo (12,8%) frente a actividades de carácter más sedentario como es ver la TV o escuchar la radio (99%) (Gobierno Vasco, 2011).

La Asamblea General de las Naciones Unidas destacaba ya en el año 1991 la importancia de trabajar diversos mecanismos que favoreciesen la participación de las personas de mayor edad en la comunidad, prestando especial atención a los movimientos sociales y a las asociaciones. De hecho, la ONU (2002), en su II Asamblea Mundial sobre el envejecimiento, resaltaba la importancia de la implicación de las personas mayores en la comunidad como un recurso de gran valor dada su experiencia, sabiduría y competencia. Desde entonces, múltiples organismos han considerado la promoción de la participación ciudadana en las personas mayores como una línea de acción prioritaria y han sido diversas las iniciativas que se han llevado a cabo a nivel nacional e internacional.

A nivel internacional destacan proyectos como el ***Experience Corps***, cuyo objetivo se centra en crear oportunidades para que las personas mayores se impliquen en la educación de los niños y las niñas, fortaleciendo sus habilidades académicas mediante tutorías, orientación y apoyo en las aulas, a la vez que reciben una pequeña compensación económica (<http://www.aarp.org/experience-corps/>); el proyecto ***Isolation to inclusión***, cuyo objetivo es aumentar la inclusión en la comunidad de aquellas personas mayores con mayor riesgo de exclusión, mediante la ayuda y la colaboración de otras personas mayores (<http://www.i2i-project.net/>); la iniciativa ***SenEmpower***, cuyo objetivo se centra en potenciar el papel que las personas de edad avanzada ejercen en la sociedad, desarrollando mecanismos o vías de participación en la vida comunitaria y fomentando la cooperación a nivel comunitario (<http://www.senempower.eu/project/>); o, por ejemplo, la ***Red de intercambio para los Voluntarios Mayores de Europa***, que constituye una red de organizaciones que promueven los servicios de voluntariado en Europa como una herramienta para el

aprendizaje a lo largo de la vida para los ciudadanos mayores (<http://www.seven-network.eu/site/>).

En este contexto, la Organización Mundial de la Salud, adoptando como marco conceptual el paradigma del envejecimiento activo, presentó en el año 2005 su proyecto “**Age Friendly Cities**” (OMS, 2007), cuyo objetivo se centraba en desarrollar una red mundial de ciudades amigables con las personas de mayor edad. Se trata de un proyecto que abarca diversas áreas de la vida de una persona en su entorno, como son los servicios sociales y sanitarios, el acceso a la información y comunicación, el respeto y la inclusión social, los espacios al aire libre y los edificios, el transporte, la vivienda, las redes sociales de apoyo, el empleo y la participación (Figura 3). El proyecto se basa en la participación activa de las personas de mayor edad durante el proceso, fomentando su implicación y la toma de decisiones ante los cambios que sea necesario realizar en el entorno para lograr una ciudad que sea amigable con sus ciudadanos, independientemente de su edad. En este sentido, uno de los principales objetivos del proyecto supone generar procesos de participación comunitaria.

Los resultados de la OMS, en base a la participación de diversas ciudades a través de la realización de grupos focales formados por personas mayores, indican que muchas personas no dejan de contribuir a la comunidad tras su jubilación sino que se implican en actividades que mejoran las condiciones de su entorno. En este sentido, una ciudad amigable debe proveer opciones para que las personas puedan contribuir a la comunidad tengan la edad que tengan. Sin embargo, las oportunidades para que las personas mayores se comprometan en actividades comunitarias son a menudo escasas. Los propios mayores describen múltiples barreras, tanto personales como contextuales, que dificultan su participación en la comunidad. Así, la OMS realiza una serie de sugerencias que implican el mayor acceso a actividades de voluntariado para las personas mayores, mejores opciones de empleo, flexibilidad para compaginar diversos roles, fomento de la participación cívica, capacitación y aumento de las oportunidades para continuar aprendiendo a lo largo de la vida, valorar la contribución de este colectivo en la comunidad, etc. (OMS, 2007)

Figura 3. Áreas temáticas de las ciudades amigables con las personas mayores (OMS, 2007)



Posteriormente, muchas ciudades se han unido a este proyecto, conscientes de la importancia de involucrar a las personas mayores en la toma de decisiones, en la identificación de mecanismos, barreras y procesos relevantes que deben tenerse en cuenta para desarrollar entornos amigables y saludables para todos los ciudadanos. Así, San Sebastián, Bilbao, Zaragoza o Barcelona forman ya parte de la Red Mundial de Ciudades Amigables, como una iniciativa de gran relevancia de cara a promover la participación social y ciudadana de las personas de mayor edad en la comunidad.

Concretamente el proyecto realizado en Bilbao presenta como objetivos principales el desarrollo de procesos de participación comunitaria, la introducción de cambios en las diferentes áreas competenciales del municipio de Bilbao con el objetivo de mejorar la calidad de vida de los ciudadanos, así como el aprovechamiento del potencial de las personas mayores de 60 años para el desarrollo de la vida ciudadana. En el área en el cual se abordan los diferentes aspectos relacionados con la participación y el empleo, se destacan algunas áreas de acción a través de las cuales las personas mayores pueden aumentar su participación en la comunidad como son el voluntariado o el asociacionismo (<http://bilbaociudadamigable.com/>).

Sin embargo, se perciben una serie de barreras que es necesario superar, entre las cuales se encuentra la falta de implicación de los propios ciudadanos, lo cual indica la necesidad de generar estrategias que promuevan la mayor participación de los ciudadanos de mayor edad, pero también el desarrollo de oportunidades que motiven a la persona mayor a implicarse en acciones comunitarias. Para lograrlo, consideramos de gran relevancia conocer los diversos factores personales y contextuales que favorecen o dificultan la movilización de la persona hacia la participación ciudadana.

2. FACTORES RELACIONADOS CON LA PARTICIPACIÓN CIUDADANA EN LAS PERSONAS MAYORES

La participación ciudadana de las personas mayores puede verse influenciada por múltiples factores de la propia persona, del entorno y de la propia actividad que facilitan, motivan e impulsan su implicación activa en la comunidad, o que, por el contrario, suponen una barrera que obstaculiza dicha involucración. En el presente informe nos hemos interesado en mayor medida por los factores de carácter psicosocial y los factores del entorno que se relacionan con una mayor o menor participación ciudadana. Conviene resaltar que, con respecto a la esfera social de la participación ciudadana, la literatura se ha centrado en analizar los principales factores asociados a la implicación de las personas mayores en actividades de voluntariado, así como a describir las principales barreras observadas en las diversas iniciativas realizadas para promover la implicación de las personas mayores en la comunidad.

2.1 Factores personales relacionados con la participación ciudadana en las personas mayores

En referencia a los factores relacionados con la propia persona que favorecen u obstaculizan su participación en la comunidad destacan dos tipos de variables: las características sociodemográficas (ej. edad, género o nivel educativo...), y factores de tipo psicosocial (ej. motivaciones, actitudes o estereotipos).

En este sentido, diversos estudios han relacionado las **características sociodemográficas** de la persona con su participación en diferentes actividades de carácter cívico. A modo de ejemplo, Adler, Scharwitz y Kuskowski (2007) reflejan en su estudio que el género femenino, el mayor nivel educativo o los mayores ingresos económicos, se relacionan con una mayor participación en actividades cívicas. También se ha observado que la mayor edad está relacionada con una menor participación en actividades que suponen un compromiso social (Harwood, Pound y Ebrahim, 2000), como por ejemplo, en actividades de voluntariado (Parkinson, Warburton, Sibbritt y Byles, 2010).

También se han observado diferencias en función del género con respecto al tipo de implicación en diversas actividades cívicas. A modo ilustrativo, Parkinson y cols., (2010) concluían que las mujeres presentan una mayor tendencia a involucrarse en organizaciones de tipo religioso mientras que los hombres se implican en organizaciones deportivas y físicas. También parece que los hombres mayores son más proclives a comprometerse en actividades políticas, mientras que las mujeres se implican más en acciones de voluntariado (Bukov, Maas y Lampert, 2002).

A pesar de que los factores de tipo psicosocial han llamado nuestra atención en mayor medida dada la posibilidad de desarrollar estrategias que contribuyan a fomentar las variables facilitadoras de los procesos participativos, y a contrarrestar las posibles barreras que los dificultan, consideramos de gran relevancia destacar el papel de la **educación** de la persona en su implicación activa dentro de la comunidad. Algunos autores consideran, de hecho, que la educación es uno de los principales predictores de la participación cívica de las personas mayores (Choi y Chou, 2010; Villar, 2010), puesto que se relaciona con un mayor conocimiento de recursos existentes y de habilidades necesarias para participar de manera activa en organizaciones de carácter social y comunitario. Por ello, la educación a lo largo de la vida supone un reto de gran importancia para lograr una mayor contribución de las personas en la sociedad y en la comunidad.

Con respecto a las variables de carácter más psicológico, diversos estudios se han centrado en analizar los diversos **motivos** que presentan las personas de mayor edad

para implicarse en la comunidad. En este sentido, destacan motivos que se relacionan con la **percepción de beneficios** para la propia persona, motivos de tipo **ideológico** y motivos de carácter más **altruista**. A modo de ejemplo, en un estudio realizado por Tan y cols. (2010), centrado en el proyecto *Experience Corps*, previamente mencionado, observaron que el 63% de las personas que participaron en el programa aportaban razones de tipo altruista (ej. aportar algo a la comunidad o ayudar a otras personas), el 71% reflejaba motivos de tipo ideológico (ej. participo porque es una causa valiosa y útil, es un derecho civil), mientras que el 31% indicaba beneficios para su propia persona como un motivo para involucrarse en el programa (ej. es bueno para mi salud). La obtención de un sentimiento positivo con uno mismo, la realización de actividades que otorgan un propósito en la vida de una persona por ser acciones significativas para la misma, la posibilidad de socializarse y aumentar las redes social de apoyo, la necesidad de mantener un rol activo posterior a la jubilación o percibir un control sobre sus vidas (Callow, 2004), así como poder ayudar a otras personas o el deseo de implicarse en la comunidad (Okun y Schultz, 2003; Smith y Gay, 2005) son motivos destacados que favorecen la implicación de las personas mayores en su comunidad.

En el estudio de las motivaciones que explican la implicación de las personas en actividades de carácter cívico, destacan diversos modelos teóricos como la *Teoría Funcionalista de las Motivaciones del Voluntariado*, desarrollada por Clary, Snyder y Ridge (1992). El objetivo de este modelo teórico se basa en explicar los diversos motivos que pueden explicar la participación de los individuos en acciones de voluntariado. En este sentido, las personas pueden llevar a cabo la misma actividad pero por razones muy dispares o con el objetivo de satisfacer necesidades psicológicas diferentes. Los autores destacan seis tipos de motivos para la realización de actividades de voluntariado:

Tabla 1. Motivos para el voluntariado (Adaptado de Clary y Snyder, 1999)

Motivo	Descripción conceptual
Valores	La persona realiza actividades de voluntariado para expresarse o actuar en base a valores personales importantes, como es el humanitarismo
Conocimiento	El voluntariado permite aprender más acerca del mundo o ejercitar nuevas habilidades
Mejora a nivel psicológico	Una persona puede crecer y desarrollarse psicológicamente a través de actividades de voluntariado
Mejora a nivel profesional	La persona tiene el objetivo de obtener experiencia profesional a través del voluntariado
Social	El voluntariado le permite a la persona reforzar sus relaciones interpersonales
Protector	El individuo realiza voluntariado para reducir sentimientos negativos, como la culpa.

Clary y Snyder (1999) destacan que los motivos más importantes para el voluntariado son la expresión de valores personales, el aumento del conocimiento y la mejora del estado anímico. Sin embargo, existen diferencias en función del grupo que se estudie. Desde una perspectiva de edad, Okun y Schultz (2003) concluyeron que la mayor edad se relacionaba con motivos de carácter social, es decir, con el objetivo de reforzar las relaciones interpersonales, mientras que los motivos relacionados con la mejora a nivel profesional y el conocimiento iban perdiendo interés en la persona mayor. Otro estudio realizado por Dávila y Díaz-Morales (2009) indica que los motivos más citados por las personas mayores voluntarias son la expresión de los valores personales, las razones de tipo social y el aumento del conocimiento, experiencia y desarrollo de nuevas habilidades. Los motivos menos citados, por el contrario tienen que ver con la mejora a nivel profesional, así como la reducción de sentimientos negativos de la persona. Los autores destacan las implicaciones de su estudio arrojando un mensaje de motivación que puede resultar útil de cara a promover la implicación de las personas mayores en actividades de voluntariado:

“El voluntariado es una gran forma de expresar tu preocupación por los demás y de aprender del mundo que te rodea” (Dávila y Díaz-Morales, 2009)

Otra de las teorías que se ha analizado para explicar el componente motivacional que impulsa a las personas a realizar actividades de participación ciudadana, como el voluntariado, es la *Teoría de la Acción Planificada*. Este modelo sugiere que la conducta de una persona depende de su plan de acción o de sus intenciones, reguladas por las actitudes personales hacia la actividad, así como la percepción de control sobre la tarea y las presiones externas percibidas por el individuo. En esta línea, diversos estudios reflejan la importancia que tienen una percepción positiva hacia la actividad, así como un sentimiento de control o de autoeficacia sobre las propias capacidades para afrontar la tarea, a la hora de predecir la intención de implicarse en actividades de voluntariado (Greenslade y White, 2005; Warburton y Terry, 2000). A modo ilustrativo, Grano, Lucidi, Zelli y Violani (2008) resaltan las implicaciones prácticas de su estudio reflejando la importancia de desarrollar actitudes positivas hacia este tipo de acciones a través de información y resaltando los numerosos beneficios y ventajas del voluntariado. Además, la relevancia que tiene el hecho de que el individuo sienta un alto grado de control a la hora de realizar la actividad, los programas de promoción deberían considerar diversas estrategias que ayuden a la persona a enfrentarse a las diversas dificultades y barreras que pueda encontrarse. Otros autores también destacan la importancia de la percepción de autoeficacia en la realización de actividades de tipo social (Perkins, Multhaup, Perkins y Barton, 2008).

En relación a las actitudes hacia la actividad cívica en concreto, conviene resaltar las actitudes y las percepciones hacia las propias capacidades de las personas mayores y la percepción que la persona tiene de su comunidad. En este sentido, la presencia de **estereotipos** relacionados con el envejecimiento supone una barrera de gran relevancia de cara a lograr una mayor implicación de las personas mayores en la comunidad. A esta conclusión se llega en un reciente estudio en el cual se enfatiza la importancia de involucrar a las personas mayores en el desarrollo de la comunidad como una estrategia relevante para promover su participación ciudadana (Austin, McClelland, Sieppert y Perrault, 2012). Los participantes reflejan una falta de confianza en sus propias capacidades y muestran una excesiva dependencia hacia los profesionales (ej. en los trabajadores sociales) a la hora de desarrollar un rol de

liderazgo en la comunidad. Por otra parte, los propios profesionales presentaban ideas preconcebidas acerca del rol que las personas mayores podían ejercer a la hora de desarrollar diversas actividades en la comunidad.

La **percepción** que la persona tiene de su **comunidad** es otro factor de relevancia relacionado con una mayor implicación en actividades cívicas. A modo ilustrativo, Ahn, Philipps, Smith y Ory (2011) concluyeron que las personas mayores que perciben la importancia de involucrarse en la comunidad y se sienten satisfechos con la relación que mantienen con los miembros de su comunidad participan en mayor medida en actividades de voluntariado. Además, tener un sentimiento de pertenencia a la comunidad y sentirse parte del vecindario favorecen la implicación de las personas mayores (Richard, Gauvin, Gosselin y Laforest, 2008). Por otra parte, la confianza que la persona tiene en las asociaciones existentes en la comunidad es otro factor que parece relevante, es decir, si la persona percibe que las asociaciones no contribuyen de alguna manera a la comunidad existe una menor motivación para involucrarse (Gele y Harsløf, 2012).

La **salud percibida** ha sido otro de los factores que se han relacionado con la participación ciudadana, no sólo como un beneficio que perciben las personas implicadas sino como un factor que favorece u obstaculiza su participación. A modo ilustrativo, en un estudio cualitativo realizado con personas mayores inmigrantes se concluía que la percepción de un estado de salud pobre afectaba de manera significativa en su nivel de participación cívica (Gele y Harsløf, 2012). Otros estudios también relacionan una percepción negativa de su estado de salud con un menor nivel de compromiso social en las personas mayores (Harwood y cols., 2000) y una menor implicación en actividades cívicas concretas como es el voluntariado (Ahn y cols., 2011; Lirio, Alonso y Herranz, 2009), favoreciendo su implicación en actividades de carácter más pasivo (Burr, Caro y Moorhead, 2002).

Además de la salud percibida, el bienestar general, es decir, la **satisfacción vital** también se ha relacionado con una mayor participación en actividades de voluntariado (Kloseck, Crilly y Mannel, 2006). De la misma forma, el **bienestar emocional** es un factor que favorece la participación ciudadana mientras que la presencia de síntomas

depresivos puede suponer un obstáculo para la implicación en ciertas actividades, como es el caso del voluntariado (Li y Ferraro, 2006).

La **personalidad** de cada individuo también se ha relacionado con una mayor implicación en actividades de carácter cívico. A modo de ejemplo y siguiendo el modelo de personalidad de los cinco grandes desarrollado por Costa y McCrae (1992), Lodi-Smith y Roberts (2007) concluyeron tras la realización de un meta-análisis que los factores relacionados con la Amabilidad (tendencia a cooperar y ser compasivo), la Responsabilidad (tendencia a ser disciplinado, eficiente y organizado) y la estabilidad emocional se observaban con mayor frecuencia en las personas involucradas en diversos ámbitos sociales en los cuales desempeñaban un rol activo (ej. trabajo, familia, voluntariado). Otros autores destacan también la relación entre la Extraversión y la implicación en actividades cívicas (Omoto, Snyder y Hackett, 2010).

Finalmente, la **experiencia pasada** es un factor de relevancia a la hora de explicar la participación ciudadana de la persona mayor en su momento presente. Diversos estudios relacionan la implicación previa en actividades de voluntariado con la actividad presente (Choi y Chou, 2010). Bukov et al. (2002) concluyen a través de un estudio longitudinal que el mejor predictor de la participación social es la participación mantenida cuatro años atrás. Estos estudios son consistentes con la Teoría de la Continuidad, según la cual a medida que las personas envejecen, intentan mantener los roles y patrones de actividad que establecieron anteriormente en sus vidas (Donnelly y Hinterlong, 2010).

2.2 Factores contextuales relacionados con la participación ciudadana en las personas mayores

Además de los factores de tipo psicosocial que se han comentado en anterior apartado, es necesario considerar otro tipo de factores que están relacionados con el entorno o la comunidad, lo cual incluye aspectos de carácter social (ej. apoyo social) y aspectos de carácter ambiental (ej. características del entorno).

En referencia a los factores contextuales relacionados con el entorno social, las **relaciones sociales**, las oportunidades de **mantenerse socialmente conectado** a la comunidad y la presencia de apoyo social adquieren una gran importancia en la implicación de los y las mayores en la misma. Choi y Chou (2010) destacan la conectividad social y la red social de apoyo como un predictor de relevancia en la implicación de la población mayor en acciones de voluntariado. Kloseck y cols. (2006) identificaron la satisfacción con la red social de apoyo percibida por la persona mayor como un factor que motivaba a la hora de adquirir un rol de liderazgo en la comunidad. Otros estudios también destacan la relevancia de que la persona perciba que existe una red social de apoyo en su entorno inmediato (Richard y cols., 2008).

Igualmente, Emler y Moceris (2012), empleando una estrategia basada en el World Café, identificaron tres factores de gran relevancia a la hora de implicar a las personas mayores en el desarrollo de ciudades y entornos amigables: la percepción de una **reciprocidad social** entre el individuo y la comunidad, la oportunidad de **crear relaciones significativas** para la persona con familiares, amigos y vecinos, y la consideración de necesidades o **barreras de carácter organizativo o estructural**, como es la falta de oportunidades para implicarse en actividades de carácter comunitario o la falta de recursos materiales. En este sentido, otros autores también destacan la importancia de considerar a las personas mayores como agentes activos que contribuyen al bienestar de la comunidad y no como agentes pasivos o receptores de servicios (Scharlach, 2012).

También se ha observado que la **falta de información** sobre los recursos existente supone una barrera que obstaculiza la implicación de las personas mayores en la comunidad. A modo de ejemplo, una mujer de 54 años destacaba en un estudio: “No pertenezco a ninguna organización. No conozco las organizaciones; nunca han contactado conmigo y nunca he contactado con ninguna de ellas, pero me encantaría formar parte de una” (Gele y Harsløf, 2012). En el proyecto de Ciudades Amigables con las Personas Mayores, la OMS (2007) destaca una falta de información percibida por las personas mayores en relación a las oportunidades de voluntariado existentes.

Otras variables que favorecen la implicación de la persona en la comunidad a través de diversas actividades de voluntariado son la **accesibilidad** a los diversos recursos que ofrece la comunidad (Richard et al., 2008), la **facilidad de transporte** para poder desplazarse a diversos lugares, o la **flexibilidad de horarios** para poder compaginar este rol con otro tipo de tareas (Martinez y cols., 2011; Nagchoudhuri, McBride, Thirupathy, Morrow-Howell y Tang, 2005). Igualmente, la **falta de tiempo** supone una barrera que obstaculiza la implicación de las personas en actividades comunitarias. Así, en un estudio realizado por Sundeen, Raskoff y Garcia (2007) el 43% de las personas entrevistadas mencionaban la **falta de tiempo** como una razón de peso para no involucrarse en actividades de voluntariado. En este sentido, la posibilidad de compaginar este tipo de tareas con otro tipo de responsabilidades supone una facilidad que favorece la participación como acaba de señalarse.

3. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

El objetivo que nos marcamos al inicio del trabajo suponía un primer acercamiento al conocimiento de las variables de carácter personal y contextual que suponen un elemento facilitador para la implicación de las personas mayores en actividades de carácter cívico, con la pretensión de desarrollar un programa de intervención que favoreciese la implicación de las personas mayores en su comunidad. Este apartado pretende recoger las principales conclusiones obtenidas tras realizar la revisión llevada a cabo en materia de participación ciudadana en las personas mayores para, posteriormente, presentar el proyecto de intervención que supondrá una experiencia piloto como parte del proyecto más amplio *“Bizkaia (y sus pueblos) amigables con las personas mayores”*.

En primer lugar cabe destacar la gran variedad de actividades que pueden incluirse en la esfera política y social de la participación ciudadana. Sin embargo, la literatura se focaliza principalmente en las actividades relacionadas con el voluntariado, por lo que se considera necesario explorar otros ámbitos en los cuales la persona mayor puede decidir, involucrarse y mejorar las condiciones de su entorno y de su comunidad. En

este sentido, el desarrollo de entornos amigables que favorezcan y promuevan la implicación de la población de mayor edad supone un área de intervención que requiere de mayor investigación y análisis. En esta línea, el proyecto presentado por la Organización Mundial de la Salud en torno a las *Ciudades Amigables con las Personas Mayores* supone un marco de referencia en base al cual poder impulsar la participación de las personas mayores en su comunidad.

La gran evidencia existente en torno a los efectos positivos que la participación ciudadana tiene en la propia persona mayor, así como en la comunidad y en sus integrantes, supone un elemento de gran peso de cara a fomentar y promover una mayor participación de las personas mayores en su comunidad. Además, no debemos olvidar que la sociedad y la comunidad está integrada por individuos de todas las edades por lo que su implicación debe estar presente durante todo el ciclo vital de una persona. Esto implica la inclusión en la participación y en la toma de decisiones de todos los ciudadanos independientemente de su edad, incluyendo a las personas de mayor edad, considerándolas un recurso de gran valor para la comunidad.

El desarrollo de estrategias y políticas que favorezcan la participación de las personas mayores en la comunidad requiere del conocimiento de los principales mecanismos sobre los cuales poder actuar para incrementar la presencia y la participación ciudadana de las personas de mayor edad en la sociedad. En este sentido, conviene resaltar la existencia de variables que se relacionan con la propia persona, así como factores relativos al entorno del individuo que actúan como facilitadores o, por el contrario, como barreras de la participación en actividades que requieren un compromiso social por parte de la persona. En este sentido destacan las siguientes variables:

- La **educación** es un recurso de gran relevancia que la literatura relaciona con la participación, ya que permite desarrollar habilidades y conocimientos que favorecen la movilización de la persona hacia la búsqueda de recursos, organizaciones, actividades o eventos a través de los cuales poder participar de manera activa en acciones que son significativas para la persona y en las cuales

se siente comprometida. Por ello la educación a lo largo de la vida supone un reto de gran relevancia y un objetivo que no debe perderse de vista.

- La **percepción de beneficios físicos, psicológicos y sociales** derivados de la participación ciudadana supone un elemento motivador para las personas mayores, al igual que los **motivos de carácter altruista**. Concretamente, la importancia de aumentar las redes sociales de apoyo, de mantenerse activo tras la jubilación, de ayudar a los demás, y de continuar aprendiendo y desarrollando capacidades y habilidades, son motivos de gran peso entre las personas mayores y, por lo tanto, deberían considerarse a la hora de desarrollar mensajes y estrategias de promoción de la participación ciudadana.
- La **percepción** de la persona con respecto a la actividad y a sus capacidades y habilidades personales va a influir en el desarrollo de una **actitud positiva** y una **intención** para involucrarse en actividades de carácter cívico. Por ello, es necesario fomentar una visión positiva de la participación ciudadana y dotar a la persona de herramientas para que pueda afrontar las barreras que pueda encontrarse al participar en su comunidad. Es de gran relevancia trabajar estrategias para que la persona se sienta eficaz y perciba un **grado de control** en la actividad y en la tarea, logrando su empoderamiento. Además, es necesario **superar los estereotipos** que las propias personas perciben con respecto a su papel en la sociedad. Deben ser conscientes del rol que pueden ejercer en su comunidad y deben percibirse como agentes activos en el desarrollo de su entorno. Estos **estereotipos** no se encuentran únicamente en las personas mayores sino que la sociedad y los diversos agentes que la conforman deben considerar a las personas de mayor edad como partes integrantes de la misma y, por lo tanto, como recursos en el desarrollo de un entorno y de una comunidad amigable con sus ciudadanos, tengan la edad que tengan.
- La percepción que la propia persona tiene de su comunidad va a favorecer su implicación en la misma. De esta manera, es importante fomentar un

sentimiento de comunidad para que la persona se sienta parte integrante de la misma y perciba que su opinión y sus actividades se tienen en cuenta a la hora de tomar decisiones que afectan a los ciudadanos. De esta manera su compromiso con la comunidad será mayor. En esta línea, el **entorno social** cercano de la persona mayor puede resultar un recurso importante para promover su participación en este tipo de actividades, dada la gran importancia que tiene la percepción de apoyo social para que las personas de mayor edad se involucren en la comunidad.

- La **percepción de un buen estado de salud general**, tanto física como psicológica, resulta ser un factor que influye en la mayor participación de las personas mayores por lo que su cuidado debe ser un elemento de gran relevancia, promoviendo un estilo de vida saludable. Además, debe considerarse la importancia de apoyar a las personas con problemas de salud para superar las diversas barreras que puedan obstaculizar su participación ciudadana.
- Resulta de gran relevancia observar que la **experiencia pasada** es un factor que está relacionado con la participación ciudadana actual. Este aspecto refuerza la idea de que la participación ciudadana debe promoverse en todos los ciudadanos tengan la edad que tengan. La persona debe ser considerada en todo su ciclo vital, con las diversas experiencias que ha ido viviendo y con el itinerario de vida que ha ido desarrollando.
- Las **características estructurales** que aporta la literatura como posibles barreras para que las personas mayores participen (ej. falta de transporte, la falta de flexibilidad para compaginar diversos roles o la falta de información acerca de los recursos, organizaciones y actividades) nos aportan pistas de la necesidad de facilitar recursos a la persona mayor para que pueda implicarse en su comunidad. Trabajar en el desarrollo de un entorno favorable, facilitar los procesos de involucración e implicación, promover, fomentar, informar, son objetivos y acciones que los diferentes agentes que intervienen en los procesos

de participación ciudadana deben tener en cuenta para lograr aumentar la participación de los y las ciudadanas de mayor edad.

De esta manera, podemos concluir la necesidad de trabajar con la persona, con la actividad, con el entorno y la comunidad, así como con los diferentes agentes involucrados en los procesos de participación ciudadana y con la sociedad para poder favorecer la implicación de la persona durante todo su ciclo vital, incluyendo la etapa final de la vida. En este sentido, diversos autores aportan pistas para promover la participación ciudadana de las personas mayores en la comunidad. A modo de ejemplo, Henkin y Zapf (2006) aportan una serie de **recomendaciones** para promover la participación ciudadana en las personas mayores, enfatizando el papel de la comunidad como una infraestructura social que debe promover la conexión entre sus integrantes, como infraestructura física que debe favorecer su participación en la misma y como una infraestructura cívica que ofrezca oportunidades de implicarse en la comunidad de una forma que sea significativa para la propia persona. Para lograrlo, destacan una serie de **estrategias** a seguir que pueden resultar clarificadoras e inspiradoras, como la importancia de reforzar la capacidad de las organizaciones y de las instituciones para implicar a las personas de mayor edad en actividades de carácter cívico, la creación de una red de apoyo y de trabajo entre las organizaciones, así como el desarrollo de infraestructuras que faciliten la conexión entre las organizaciones y los propios ciudadanos.

Consideramos de gran relevancia continuar con el estudio de los mecanismos que pueden favorecer la implicación de las personas de mayor edad, no sólo en actividades de voluntariado, sino en el amplio abanico de acciones que suponen su participación en la comunidad. Para ello, la realización de programas concretos que nos permita obtener información acerca de cómo se produce el proceso de participación en todas sus fases nos puede aportar contribuciones muy interesantes de cara a desarrollar estrategias concretas de promoción de la participación ciudadana. En este sentido, el desarrollo de entornos amigables para los ciudadanos resulta un recurso con un gran potencial de cara a implicar a las personas de mayor edad en el desarrollo de su comunidad. Es por ello, que la Asociación Europea para la Innovación en

Envejecimiento Activo y Saludable (<https://webgate.ec.europa.eu/eipaha/>), creada por la Comisión Europea como parte de su estrategia “Europa 2020”, considera el desarrollo de entornos amigables como una línea de acción de relevancia en base a la cual los diversos agentes que trabajan para favorecer las condiciones que facilitan el envejecimiento activo deben colaborar de forma conjunta en sus diversos ámbitos de actuación.

BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA

- Adler, G., y Goggin, J. (2005). What do mean by “Civic engagement”? *Journal of Transformative Education*, 3, 236-256.
- Adler, G., Schwartz, J., Kuskowski, M. (2007). An exploratory study of older adults' participation in civic action. *Clinical Gerontologist*, 31, 65-72.
- Ahn, S., Phillips, K.L., Smith, M.L., y Orya, M.G. (2011). Correlates of volunteering among aging Texans: The roles of health indicators, spirituality, and social engagement. *Maturitas*, 69, 257– 262
- Arnstein, P.M., Vidal, M., Wells-Federman, C., Morgan, B., y Caudill, M. (2002). From chronic pain patient to peer: Benefits and risks of volunteering. *Pain Management Nursing*, 3, 94-103.
- Austin, C.D., McClelland, R.W., Sieppert, J., y Perrault, E. (2012). Engaging Older Adults in Community Development. *Indian Journal of Gerontology*, 26, 1-24.
- Barker, J.C. (2002). Neighbors, Friends, and Other Nonkin Caregivers of Community-Living Dependent Elders. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 57B, S158-S167.
- Brown, S.L., Nesse, R.M., Vinokur, A.D., y Smith, D.M. (2003). Providing social support may be more beneficial than receiving it: results form a prospective study of mortality. *Psychological Science*, 14, 320–327.
- Bukov, A., Maas, I., y Lampert, T. (2002). Social participation in very old age: cross-sectional and longitudinal findings from BASE. *Journal of Gerontology*, 57, 510-517.
- Burr, J.A., Caro, F.G., y Moorhead, J. (2002). Productive aging and civic participation. *Journal of Aging Studies*, 16, 87-105.
- Callow, M. (2004). Identifying promotional appeals for targeting potential volunteers: An exploratory study on volunteering motives among retirees. *International Journal of Nonprofit and Voluntary Sector Marketing*, 9, 261-274.
- Carlson, M.C., Saczynski, J.S., Rebok, G.W., Seeman, T., Glass, T.A., McGill, S., Tielsch, J., Frick, K.D., Hill, J., y Fried, L.P. (2008). Exploring the effects of an

- "everyday" activity program on executive function and memory in older adults: Experience Corps. *Gerontologist*, 48, 793-801.
- Cattan, M., Hogg, E., y Hardill, I. (2011). Improving quality of life in ageing population: what can volunteering do? *Maturitas*, 70, 328-332
- Choi, N.G., y Chou, R.J. (2010). Time and money volunteering among older adults: The relationships of past and current volunteering and correlates of change and stability. *Ageing and Society*, 30, 559-581.
- Clary, E.G., y Snyder, M. (1999). The motivations to volunteer: Theoretical and practical considerations. *Current Directions in Psychological Science*, 8, 156-159.
- Clary, E.G., Snyder, M., y Ridge, R.D. (1992). Volunteers' motivations: Strategies for the recruitment, placement, and retention of volunteers. *Nonprofit Management and Leadership*, 2, 330-350.
- Costa, P.T., y McCrae, R.R. (1992). Four ways five factors are basic. *Personality and Individual Differences*, 13, 653-665
- Dávila, M.C., y Díaz Morales, J.F. (2009). Age and motives for volunteering: Further evidence. *Europe's Journal of Psychology*, 2, 82-95.
- Dávila, M.C., y Díaz-Morales, J.F. (2009b). Voluntariado y tercera edad. *Anales de Psicología*, 25, 375-389
- Donnelly, E.A., y Hinterlong, J.E. (2009). Changes in social participation and volunteer activity among recently widowed older adults. *The Gerontologist*, 50, 158-169.
- Emlet, C.A., y Joane, T.M. (2012). The importance of social Connectedness in building Age-Friendly Communities. *Journal of Aging Research*, 2012. doi:10.1155/2012/173247
- Fougeyrollas, P., Noreau, L., Bergeron, H., Cloutier, R., Dion, S.A., y St-Michel, G. (1998). Social consequences of long term impairments and disabilities: Conceptual approach and assessment of handicap. *International Journal of Rehabilitation Research*, 21, 127-141.
- Fried, L.P., Carlson, M.C., Freedman, M., Frick, K.D., Glass, T.A., Hill, J., McGill, S., Rebok, G.W., Seeman, T., Tielsch, J., Wasik, B.A., y Zeger, S. (2004). A social model for health promotion for an aging population: Initial evidence on the

- Experience Corps model. *Journal of Urban Health: Bulletin of the New York Academy of Medicine*, 81, 64-78.
- Gele, A.A., y Harsløf, I. (2012). Barriers and facilitators to civic engagement among elderly African immigrants in Oslo. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 14, 166-174.
- Glass, T.A., Freedman, M., Carlson, M.C., Hill, J., Frick, K.D., Ialongo, N., McGill, S., Rebeck, G.W., Seeman, T., Tieslch, J.M., Wasik, B.A., Zeger, S., y Fried, L.P. (2004). Experience Corps: design of an intergenerational program to boost social capital and promote the health of an aging society. *Journal of Urban Health*, 81, 94-105
- Gobierno Vasco (2011). Estudio sobre las condiciones de vida de las personas mayores de 60 años en la Comunidad Autónoma del País Vasco ECVPM-Euskadi 2010. Obtenido en <http://www.imsersomayores.csic.es/documentos/documentos/sancho-condiciones-01.pdf>
- Grano, C., Lucidi, F., Zelli, A., y Violani, C. (2008). Motives and determinants of volunteering in older adults: An integrated model. *International Journal of Aging and Human Development*, 67, 305-326, 2008
- Greenfield, E.A., y Marks, N.F. (2004). Formal volunteering as a protective factor for older adults' psychological well-being. *Journal of Gerontology Series B: Psychological and Social Sciences*, 59, 258-264
- Greenslade, J., & White, K. (2005). The prediction of above-average participation in volunteerism: A test of theory of planned behaviour and the volunteers functions inventory in older Australian adults. *Journal of Social Psychology*, 145, 155-172
- Grimm, R., Spring, K., y Dietz, N. (2007). *The health benefits of volunteering: A review of recent research*. Washington, DC.
- Harwood, R.H., Pound, P., y Ebrahim, S. (2000). Determinants of social engagement in older men. *Psychology, health and medicine*, 5, 75-85.
- Harris, A.H., y Thoresen, C.E. (2005). Volunteering is associated with delayed mortality in older people: Analysis of the longitudinal study of aging. *Journal of Health Psychology*, 10, 739-52.
- Henkin, N., y Zapf, J. (2006). How communities can promote civic engagement of people age 50-plus. *Generations*, 30, 72-77.

- Hinterlong, J.E. y Williamson, A. (2006). The effects of civic engagement of current and future cohorts of older adults. *Generations*, 30(4), 10-17.
- Kloseck, M., Crilly, R. G., y Mannel, R.C. (2006). Involving the community elderly in the planning and provision of health services: Predictors of volunteerism and leadership. *Canadian Journal of Aging*, 25, 77-91.
- Levasseur, M., Richard, L., Gauvin, L., y Raymond, E. (2010). Inventory and analysis of definitions of social participation found in the aging literature: Proposed taxonomy of social activities. *Social Science and Medicine*, 71, 2141-2149.
- Li, Y., y Ferraro, K.F. (2005). Volunteering and depression in later life: Social benefit or selection processes? *Journal of Health and Social Behavior*, 46, 68-84.
- Li, Y., y Ferraro, K. (2006). Volunteering in middle and later life: Is health a benefit, barrier or both? *Social Forces*, 85, 497-519
- Lirio, J., Alonso, D., y Herranz, I. (2009). *Envejecer participando. El proyecto "Entre mayores". Una experiencia de investigación-acción*. Buenos Aires: Miño y Dávila.
- Lodi-Smith, J., y Roberts, B.W. (2012). Concurrent and prospective relationships between social engagement and personality traits in older adulthood. *Psychology and Aging*, 23, 720-727.
- Lum, T.Y. y Lightfoot, E. (2005). The effects of volunteering on the physical and mental health of older people. *Research on Aging*, 27, 31-55
- Martinez, I.L., Crooks, D., Kim, K.S. y Tanner, E. (2011). Invisible Civic Engagement among Older Adults: Valuing the Contributions of Informal Volunteering. *Journal of Cross-cultural Gerontology*, 26, 23-37
- Martinson, M., y Minkler, M. (2006). Civic engagement and older adults: A critical perspective. *The Gerontologist*, 46, 318-324
- Morrow-Howell, N., Hinterlong, J., Rozario, P., y Tang, F. (2003). Effects of volunteering on the well-being of older adults. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 58B, S173-S180.
- Musick, M.A., Herzog, A.R., y House, J.S. (1999). Volunteering and mortality among older adults: Findings from a national sample. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 54, 173-180

- Musick, M.A., y Wilson, J. (2003). Volunteering and depression: the role of psychological and social resources in different age groups. *Social Science & Medicine*, 56, 259-269
- Nagchoudhuri, M., McBride, A.M., Thirupathy, P., Morrow-Howell, N., y Tang, F. (2005). Maximizing elder volunteerism and service: Access, incentives, and facilitation. *The Journal of Volunteer Administration*, 23, 11-14.
- Okun, M.A., y Schultz, A. (2003). Age and motives for volunteering: Testing hypotheses derived from Socioemotional Selectivity Theory. *Psychology and Aging*, 18, 231-239.
- Oman, D., Thoresen, C.E., y McMahon, K. (1999). Volunteerism and mortality among the community-dwelling elderly. *Journal of Health Psychology*, 4, 301-316.
- Omoto, A. M., Snyder, M., y Hackett, J.D. (2010). Personality and Motivational Antecedents of Activism and Civic Engagement. *Journal of personality*, 78, 1703-1734.
- Onyx, J., y Warburton, J. (2003). Volunteering and health among older people: a review. *Australian Journal of Ageing*, 22, 65-69.
- Organización Mundial de la Salud (2001). *Clasificación Internacional del Funcionamiento, Discapacidad y Salud*. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.
- ONU (2002). *Segunda Asamblea Mundial sobre Envejecimiento*. Madrid.
- Organización Mundial de la Salud (2007). *Ciudades globales amigables con los mayores: una guía*. Obtenido en: <http://www.who.int/ageing/AFCSpanishfinal.pdf>
- Parkinson, L., Warburton, J., Sibbritt, D., y Byles, J. (2010). Volunteering and older women: Psychosocial and health predictors of participation. *Aging and Mental Health*, 14, 917-927.
- Perkins, J.M., Mulhaup, K. S., Perkins, H.W., y Barton, C. (2008). Self-Efficacy and participation in physical and social activity among older adults in Spain and the United States. *The Gerontologist*, 48, 51-58.
- Piercy, K.W., Cheek, C., y Teemant, B. (2011). Challenges and psychosocial growth for older volunteers giving intensive humanitarian service. *The Gerontologist*, 51, 550-560

- Rebok, G.W., Carlson, M.C., Glass, T.A., McGill, S., Hill, J., Wasik, B.A., Ialongo, N., Frick, K.D., Fried, L.P., y Rasmussen, M.D. (2004). Short-term impact of Experience Corps participation on children and schools: Results from a pilot randomized trial. *Journal of Urban Health*, 81, 79-93.
- Richard, L., Gauvin, L., Gosselin, C., y Laforest, S. (2008). Staying connected: neighbourhood correlates of social participation among older adults living in an urban environment in Montréal, Québec. *Health Promotion International*, 24, 46-57.
- Scharlach, A. (2012). Creating Aging-Friendly Communities in the United States. *Ageing International*, 37, 25-38.
- Siegrist, J., von dem Knesebeck, O., y Pollack, C.E. (2004). Social productivity and well-being of older people: A sociological exploration. *Social Theory & Health*, 2, 1-17.
- Shrmortkin, D., Blumstein, T. y Modan, B. (2003). Beyond keeping active: concomitants of being a volunteer in old-old age. *Psychology and Aging*, 18, 602-607
- Smith, J.D., y Gay, P. (2005). *Active ageing in active communities Volunteering and the transition to retirement*.
- Obtenido en: <http://www.jrf.org.uk/sites/files/jrf/1861347626.pdf>
- Sundeen, R.A., Raskoff, S.A., y Garcia, M.C. (2007). Differences in perceived barriers to volunteering to formal organizations: Lack of time versus lack of interest. *Nonprofit Management & Leadership*, 17, 279-300.
- Tan E.J., Tanner, E.K., Seeman, T.E., Xue, Q., Rebok, G.W., Frick, K.D., Carlson, M.C., Wang, T., Piferi, R.L.; McGill, S., Whitfield, K.E, y Fried, L.P. (2010). Marketing public health through older adult volunteering: Experience Corps as a social marketing intervention. *American Journal of Public Health*, 100, 727- 734.
- Tan, E.J., Xue, Q.L., Li, T., Carlson, M.C., y Fried, L.P. (2006). Volunteering: A physical activity intervention for older adults--the experience corps program in Baltimore. *Journal of Urban Health*, 83, 954-69.
- Thoits, P.A., y Hewitt, L.N. (2001). Volunteer work and well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, 42, 115-131.
- Van Willigen, M. (2000). Differential benefits of volunteering across the life course. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 55B, S308-S318.

- Villar, F. (2010). Programas para la participación ciudadana y e voluntariado. En L. Bermejo (Ed.), *Envejecimiento Activo y Actividades Socioeducativas con Personas Mayores. Guía de Buenas Prácticas* (pp. 211-218). Madrid: Médica Panamericana
- Von Bonsdorff, M.B., y Rantanen, T. (2011). Benefits of formal voluntary work among older people. A review. *Aging Clinical and Experimental Research*, 23, 162-169
- Walker, A. (2002). Ageing in Europe: policies in harmony or discord? *International Journal of Epidemiology*, 31, 758-761.
- Warburton, J., & Terry, D.J. (2000). Volunteer decision making by older people: A test of a revised theory of planned behavior. *Basic and Applied Social Psychology*, 22, 245-257