

Aproximación cualitativa al estudio del efecto de la movilidad residencial en la calidad de vida de los adultos mayores

Raúl Lardiés Bosque

Palabras clave:
movilidad
residencial,
población mayor,
migraciones,
calidad de vida,
dimensiones,
Madrid

Resumen: Mejorar las condiciones de vida de las personas mayores se ha convertido en un reto para los gestores de los servicios y equipamientos públicos, y en un asunto de gran interés para los académicos e investigadores. Las personas cada vez viven más años, en mejores condiciones económicas y materiales, y cambian más frecuentemente sus lugares de residencia. Sin embargo, pocos estudios han tratado de investigar de qué manera la movilidad-migración de la población mayor contribuye a mejorar los distintos aspectos de la vida de estas personas desde un enfoque de la calidad de vida. Con esta aportación se pretende determinar qué elementos de la calidad de vida están en la base de la movilidad en personas de más edad y cómo la movilidad influye en la percepción global de la calidad de vida. El objetivo es conocer la influencia de la movilidad residencial en personas jubiladas y cómo afecta en los distintos ámbitos/dimensiones de su vida. La metodología utilizada ha sido cualitativa, se ha aplicado el análisis temático, y los resultados se han obtenido de la realización de veinte entrevistas en profundidad a personas que han desarrollado movilidad tras su jubilación desde la ciudad de Madrid hacia otros lugares de España.

Índice

- [1. Introducción](#)
 - [2. Metodología](#)
 - [3. El lugar de destino y las razones de la movilidad](#)
 - [4. Duración de la estancia en el nuevo lugar de residencia](#)
 - [5. Beneficios generales del traslado residencial](#)
 - [5.1 Cambio residencial y beneficios para la salud](#)
 - [5.2 Cambio residencial y beneficios para las relaciones sociales y familiares](#)
 - [6. ¿Hacia una nueva calidad de vida en el nuevo entorno residencial?](#)
 - [7. Conclusiones](#)
- [Agradecimientos](#)
- [Referencias](#)
- [Autor](#)
- [Cita](#)

1. Introducción

Europa está asistiendo a un envejecimiento rápido de su población y ésta es una situación que se prevé que aumente en el futuro (ONU 2005). Las personas de más edad también viven cada vez más años, en mejores condiciones económicas y materiales, lo que les permite tener una media de años por vivir todavía considerable al llegar a la edad de la jubilación y poder viajar y cambiar de lugar de residencia. Así se explica el aumento de la movilidad de este colectivo, tanto a escala nacional como internacional (WARNES 2004; WILLIAMS, KING, WARNES & PATTERSON 2000). [1]

El fenómeno del envejecimiento de la población en los países industrializados y occidentales se conoce bien. En el conjunto de países desarrollados, la población mayor de 60 años (19%) ya ha superado en magnitud a la población menor de 15 años (18%), y en el año 2050 se prevé que haya el doble de personas mayores (32%) que de niños (16%) (ONU 2005). En España, también la población mayor ha crecido más rápidamente en el último siglo que el resto de los grupos (alrededor del 3,7% entre 1960 y 1991; INE 2004a), de forma que la población joven pierde peso en el conjunto de la población; al contrario, la población mayor lo gana, y se prevé que sea alrededor del 30% en 2050, teniendo en cuenta que las generaciones del *baby-boom* representan hoy un tercio de la población española (INE 2004b). [2]

El aumento de la esperanza de vida es uno de los factores que permite vivir más. La reducción de la mortalidad y el consiguiente aumento de la esperanza de vida al nacer ha sido una de las grandes conquistas del siglo XX. De 1950 a 2000, la esperanza de vida a nivel mundial ha aumentado casi 20 años, de 46 a 65 años (CASTRO 2004). Sin embargo, ese promedio encubre la gran disparidad existente entre las regiones más desarrolladas (76 años de esperanza de vida), muy superior a la de las regiones menos desarrolladas (63 años). España se encuentra actualmente a la cabeza del mundo, y recientemente se ha llegado a los 80 años de esperanza de vida; pasó de ser de 33,9 años en varones y 35,7 en mujeres en 1900, a casi 77 y más de 83 años respectivamente en 2002 (PUYOL & ABELLÁN 2006). Todavía al alcanzar los 65 años de edad quedan otros 16,1 años de vida para los hombres y 20,0 para las mujeres, lo cual convierte a España en uno de los países con mayor longevidad del mundo. [3]

A la luz de los datos y de diversos indicadores demográficos, parece evidente que no sólo hay (y habrá en el futuro) más población vieja, sino que vivirá en mejores condiciones materiales y de salud, por lo que su predisposición a la movilidad residencial es probable que aumente (WARNES 2004). [4]

Ante este escenario sociodemográfico, la calidad de vida (en adelante CdV) es un tema al que se ha dedicado mucha atención en las últimas tres décadas, aunque haya pocas investigaciones centradas en las personas de más edad (BORGLIN, EDBERG & HALLBERG 2005). Añadir CdV a los mayores supone, por tanto, una visión más positiva de este colectivo y más libertad para explorar nuevas fuentes y actividades que contribuyan a llenar de plenitud y salud física, social y mental a esta población (O'BOYLE 1997). [5]

Se sabe, actualmente, que la salud es importante en la CdV, pero también la capacidad física, el estado psicológico, la vivienda y el entorno ambiental, los factores sociales, la propia estima y dignidad, además de la situación económica (BOWLING & WINDSOR 2001). Estamos ante un concepto multidimensional (MULDOON, BARGER, FLORY & MANUCK 1998), pero también son importantes las experiencias vitales de las personas según las interpretan ellas mismas y los demás, por lo que hay que conocer qué preocupa a estas personas para posteriormente poder variar y hacer cambiar esos factores que influyen en su CdV. [6]

Sin embargo, falta profundizar sobre la contribución de muchos de esos factores al bienestar de los mayores, y en particular sobre el efecto de los aspectos ambientales, culturales y sociales. Por ejemplo, están poco desarrollados los modelos medioambientales, y se conoce poco cómo influyen las condiciones residenciales para promover la independencia y participación social de la gente mayor (FERNÁNDEZ-MAYORALAS, ROJO & ROJO 2004; SCHAIE, WAHL, MOLLENKOPF & OSWALD 2003; ROJO, FERNÁNDEZ-MAYORALAS, POZO & ROJO 2001, 2002). Las características ambientales tienen un efecto variable en las experiencias de estas personas, ya que los distintos tipos de residencia influyen en los niveles de actividad y a su vez en el estado de salud (CUMMINS, STAFFORD, MACINTYRE, MARMOT & ELLAWAY 2005). [7]

El entorno residencial conecta directamente con la CdV, ya que la movilidad residencial hace variar el entorno y también los elementos-factores que afectan a la CdV. Por tanto, la movilidad puede exponer a la persona a un nuevo entorno residencial afectando a su salud, a las relaciones con amigos y familiares, además de a su bienestar global. Pero al margen de los trabajos que han analizado los elementos y las dimensiones que influyen en la CdV de los mayores, casi ninguno ha considerado hasta ahora el cambio residencial (o la migración) como una estrategia para mejorar la CdV. Son muy escasas las investigaciones que relacionan el efecto de la movilidad residencial en la CdV, y sus interacciones, en la edad anciana. [8]

Por tanto, en este artículo se pretende relacionar el envejecimiento de la población, la CdV –satisfacción de vida de los mayores – y la movilidad residencial – en forma de migraciones o no estrictamente –, para ver cuál es el efecto de la movilidad en la CdV y ver qué elementos de la CdV están en la base de esos traslados residenciales. El interés no está sólo en conocer el fenómeno de la movilidad y sus consecuencias en relación con la CdV en personas jubiladas, sino también las expectativas de movilidad en el futuro y el proceso de la toma de decisión. [9]

2. Metodología

Para comprender y hallar el significado del fenómeno de la movilidad residencial en relación con la CdV se ha utilizado metodología de análisis cualitativa, teniendo en cuenta la importancia especial que las perspectivas cualitativas han adquirido en los últimos años en el estudio de las migraciones (BORKERT, MARTÍN, SCOTT & DE TONA 2006; KAZMIERSKA 2003). Debido a que los modos de análisis basados en la estadística se quedan generalmente estrechos, se ha elegido uno más flexible en el que importan las propias palabras pronunciadas, la centralidad de las prácticas discursivas y el análisis del discurso (DINGWALL 1997), y lo que las personas opinan sobre su movilidad residencial y su satisfacción con el nuevo lugar de residencia. Por tanto, la elección de la metodología cualitativa responde a que permite describir, entender y explicar los fenómenos sociales (GOBO 2005) como el que nos ocupa, y en concreto, la elección de las entrevistas en profundidad se debe a su idoneidad para aproximarnos a la individualidad de las experiencias de los sujetos sobre el

fenómeno estudiado. En concreto, el método utilizado ha sido el análisis temático. [10]

Lo que importa no son tanto las propiedades de los individuos aislados como el sistema concreto de comunicaciones e interdependencias que los une. Los sujetos participantes en la investigación lo son, en cuanto representantes de posiciones de la estructura social, frente a otros representantes, de igual o distinta posición, en la producción de sus discursos respectivos, es decir, lo son en función de sus ligaduras sociales (ALONSO 1998). Esos sujetos, como ha ocurrido en la investigación aquí presentada, han sido elegidos por su pertenencia, casi siempre implícita, a un grupo, a una generación, a una región o a una clase social, de forma que su participación está justificada por su pertenencia a un colectivo social, aunque no sean colectivos organizados. [11]

Recordemos que en el contexto de las ciencias sociales, aunque también de la salud y la CdV, esta metodología ha abierto un espacio multidisciplinar que convoca a profesionales de las más diversas disciplinas, lo que lejos de ser un inconveniente, aporta una gran riqueza en la producción (AMEZCUA & GÁLVEZ 2002). [12]

Este trabajo, claramente de carácter exploratorio, parte de la individualización, y la sobrepasa, en la búsqueda de la construcción discursiva en grupo para ver qué material une a los integrantes y cuál los separa de otras personas en función de sus características sociodemográficas y sociales. Se utiliza la construcción y aplicación de sistemas descriptivos, pero también en él se relacionan variables, se interpreta y se conceptualiza. [13]

Por un lado, la orientación metodológica elegida es descriptiva, en cuanto a que trata de responder a preguntas como "qué dice la gente", "qué sucede", y "el modo en el que la gente actúa". Pero también hay otra parte analítica que interpreta y conceptualiza, al formular inferencias y pruebas de hipótesis que habrán de ser verificadas o rechazadas. Por tanto, se adopta un enfoque interpretacional en el que a la parte descriptiva se une la identificación y categorización de elementos y la exploración de sus conexiones, de su regularidad o rareza y su génesis. Pero tampoco se niega la tendencia a la generalización y a la construcción teórica teniendo en cuenta la información referida a los distintos sujetos en función de sus características sociodemográficas. [14]

Se han realizado veinte entrevistas en profundidad entre octubre de 2006 y marzo de 2007 a personas con 60 y más años que han desarrollado algún tipo de movilidad residencial desde Madrid a otros lugares del país. La elección de Madrid como lugar donde realizar el trabajo de campo responde a que esta región ocupa el tercer puesto en población absoluta con 65 y más años en España (INE 2004a), y junto con Andalucía y Cataluña, las tres concentran casi el 43% de la población mayor del país; por tanto, la gran concentración de personas mayores, unido al hecho de estar residiendo en un entorno urbano de gran tamaño, nos sitúa en un excelente "laboratorio" para el tratamiento de un

fenómeno social como la movilidad residencial y su estudio en relación con la CdV. [15]

Se trata de entrevistas en profundidad, semi-estructuradas, en las que al entrevistado se le iban planteando preguntas dirigidas y abiertas sobre la situación de cada dimensión o área, de las que ellos opinaban que conformaban su CdV (relaciones con familiares y amigos, salud, vivienda y entorno residencial, situación económica, ...). Las preguntas se han referido al antes y al después del traslado residencial, también a la evaluación del cambio (residencial), y al balance de cómo ha afectado a cada una de esas dimensiones de su CdV y a su satisfacción global con la vida. [16]

De las veinte personas, algunas están prejubiladas y otras son jubiladas (por tanto, tienen menos y más de 65 años), pero todas ellas, habiendo residido en la ciudad de Madrid o en su área metropolitana próxima, han desarrollado algún tipo de movilidad residencial temporal o definitiva en el momento posterior al cese de la vida laboral, hacia lugares donde poseían una residencia secundaria propia. Los lugares de destino son municipios del entorno rural de Madrid (4 entrevistados), pero también zonas costeras mediterráneas (10) o del norte de la península (1), mientras que otras 4 personas han desarrollado esa movilidad hacia otras zonas del interior del país. De los 20 entrevistados, 13 son mujeres y 13 también tienen 64 años o menos, en cuyo caso ya están casi todos prejubilados; a su vez, también 7 personas están entre los 70 y 74 años. Atendiendo a su estado civil, 12 de ellos están casados (de los cuales 11 tienen hijos, algunos de los cuales todavía viven con ellos en la vivienda del progenitor), 2 son solteros, 3 viudos y 3 separados. Del total, 7 se han trasladado definitivamente a su nueva residencia, mientras que los otros 13 van y vienen a Madrid, pasando temporadas en cada una de sus viviendas (el requisito para poder hablar de "cambio residencial" y ver cómo afecta a su CdV es que pasen, al menos, de tres a cuatro meses al año en el lugar donde tienen la residencia secundaria). [17]

Sin embargo, conviene tener presente algunas peculiaridades de la muestra y del colectivo que se analiza. Este fenómeno de la movilidad se asocia con un cierto poder adquisitivo (son personas que ya disponían de una segunda vivienda, bien sea comprada por ellos o cedida / heredada), por lo que integran una clase social media amplia; pero en relación a este tipo de movilidad denominada de amenidad (*amenity led migration*), tampoco hay que olvidar que se produce entre personas todavía relativamente jóvenes, que el cambio residencial ha sido elegido libremente, y que estas personas se encuentran en un momento de su vida en el que la finalización de sus ataduras y compromisos profesionales les deja mucho tiempo libre. [18]

3. El lugar de destino y las razones de la movilidad

Los destinos residenciales a los que estas personas se han trasladado son, por lo general, de tamaño demográfico pequeño y medio, tanto si se localizan en la costa como en zonas de interior. Se trata de lugares en los que ya se había adquirido una segunda vivienda y se conocían por haber sido lugar de vacaciones; en ellos se habían pasado temporadas (vacaciones), bien en pareja o en casa de amigos, lo que permite comprobar una vez más la estrecha relación existente entre el turismo y la migración (MÜLLER 2002); también el papel de la familia y los amigos para conocer el destino es relevante en la toma de decisiones. Tan sólo dos personas (solteras) optaron por la compra en el mismo momento de la jubilación o pocos años después sin haber visitado previamente el lugar, y tras conocerlo únicamente gracias a la visita realizada a algún amigo o familiar que ya residía allí. [19]

Algo diferente es que en el lugar de destino residieran familiares o amigos y eso haya impulsado a estas personas al traslado residencial; esto sólo ha ocurrido en dos casos, ya que la mayoría de estas personas no tienen ni familiares ni amigos residiendo en el nuevo lugar; por tanto, pocas personas tenían conocidos en el nuevo destino, pero tenerlos, no ha sido la motivación más importante para plantear la movilidad. [20]

Entre las razones para el traslado, diversos son los factores que ayudan a tomar la decisión del cambio residencial; los principales tienen que ver con la búsqueda de tranquilidad y con las condiciones ambientales del nuevo destino (expresadas a través del paisaje, bien sea de mar o montaña), con la cercanía a la familia, y también con la distancia entre Madrid y la nueva casa (si todavía queda familia en Madrid). Considerando, por tanto, el papel que tiene la familia y la cercanía a sus nuevas residencias a la hora de determinar el traslado, no siempre coinciden los motivos que ha habido para adquirir la vivienda en un lugar determinado, con los motivos que hay para trasladarse a residir en ella. [21]

En este último caso, sí que la familia y la distancia (física) entre Madrid y el nuevo destino de retiro, es un factor citado como importante por la mayoría de personas; eso se ve fundamentalmente en personas con hijos, más que entre solteros o personas sin descendencia; así, algunos que se han trasladado a lugares alejados no más de 100 kilómetros de Madrid admiten que no se hubieran ido a residir más lejos porque entonces no hubieran podido estar cerca de los hijos y nietos. También la distancia influye en que el traslado sea temporal o tenga un carácter definitivo, aunque en ello también tienen que ver otros factores como la oferta que Madrid ofrece como ciudad y otras razones de tipo social, sanitario y climático. [22]

Las razones ambientales, además de otros factores asociados a la tranquilidad de la vida en un núcleo de escaso tamaño demográfico son destacadas por todos los entrevistados, sobre todo si las características ambientales del nuevo destino se comparan con las de Madrid. La cercanía del mar, con lo que ello implica, es el factor de atracción señalado como más importante por diez de los

once entrevistados con casa en zonas costeras; en los otros casos, la montaña, o la cercanía a ella para realizar excursiones, su paz y su tranquilidad, son también los factores más destacados. [23]

El Sr. E., de 60 años, separado, que reside de forma continua en un pueblo costero de Andalucía, opina sobre la elección de su lugar de retiro:

"Quería vivir cerca del mar, en la costa, yo soy andaluz, e hice una prospección por toda la costa andaluza y decidí que esta era la que más me gustaba, y me lo compré aquí. De la zona me gusta el mar, quería estar en Andalucía, pero por el clima, porque se vive muy bien todo el año, el clima, por supuesto, también la gente, y las condiciones de vida. Mis padres eran de Huelva, y siempre en verano iba a allí, pero aquello no es un sitio bueno donde se pueda vivir en invierno, porque es más salvaje. En cambio, en esta parte de Granada hay unas infraestructuras donde se puede vivir muy bien todo el año, miré toda esta parte de Málaga, Almería y Granada, y esta es la zona que me encantó". [24]

La Sra. M.L., casada, de 71 años, destaca también las condiciones climatológicas del destino elegido durante los meses de verano en una zona costera del norte de España, puesto que es mucho más lluvioso que en la costa mediterránea:

"Es una zona bonita, con una temperatura estupenda, y antes era un sitio muy lluvioso, pero ahora tampoco llueve lo mismo; hay días que se puede estar todo el día en la playa, aunque cuando no hay sol se agradece, de vez en cuando, un día nublado, que también es bonito". [25]

A la Sra. P., casada, de 64 años, y que se trasladó a vivir definitivamente a un pueblo próximo a Madrid, le gusta de su nuevo lugar de residencia la gente y la tranquilidad:

"Es otra vida. Es otra vida totalmente diferente. Social, el entorno, la naturaleza, no tiene nada que ver. En Madrid no hablas con nadie, y aquí hablo con todo el mundo porque conoces a todo el mundo. A la gente la conocíamos desde hace años, de cuando veníamos, aunque ahora la hemos ampliado, hasta con los del mismo pueblo, porque tenemos un contacto casi a diario. Y luego la vida aquí, que no tiene nada que ver. Te vas con el coche a 3 kilómetros, a Navacerrada, la jara, tomillo, es que esto no tiene nada que ver, el entorno es diferente". [26]

Sin embargo, esas condiciones ambientales que actúan como factores de atracción durante buena parte del año, otras veces se convierten en factores repelentes, en relación a la gran afluencia de turistas y población que provocan durante el verano, o también a las altas temperaturas que se registran en los lugares costeros. Salvo para una entrevistada, que confiesa ir menos a la vivienda secundaria conforme pasa el tiempo, el resto de personas están contentas con la elección del lugar realizado, aunque casi todas las que tienen localizada su vivienda en lugares costeros aluden a la congestión y masificación veraniega y a los problemas de tráfico como justificación para evitar el destino

durante los meses centrales del verano. Durante esas fechas ceden la residencia a familiares (hijos, generalmente), que son los que pueden hacer uso de la casa por tener que disfrutar las vacaciones necesariamente en verano. Es entonces cuando los entrevistados aprovechan para pasar una temporada en Madrid y estar en contacto con familiares y amigos, además de utilizar la oferta cultural que la capital ofrece. [27]

4. Duración de la estancia en el nuevo lugar de residencia

No todos los entrevistados se han trasladado definitivamente al lugar donde adquirieron su segunda residencia, y sólo siete residen estrictamente todo el año en el segundo destino. Se trata de personas tanto casadas (tres personas), como separados (una), viudos (dos) y solteros (una). Siempre que hay hijos residiendo en Madrid, el traslado se ha producido a un lugar no muy alejado (a 50-60 kilómetros), en cuyo caso el contacto familiar entre ellos es frecuente e incluso semanal; los viudos, separados y solteros muestran otro comportamiento, puesto que el alejamiento de Madrid no influye de la misma manera, y es habitual encontrarlos en lugares distantes 500 y 600 kilómetros. [28]

Entre las razones esgrimidas por las siete personas que todavía siguen manteniendo su vivienda en Madrid y que no se han trasladado definitivamente destacan las de tipo familiar, seguidas de las relacionadas con la inexistencia de equipamientos (sobre todo sanitarios, pero también comerciales y culturales o de ocio en general), y con las condiciones de habitabilidad en que se encuentra la vivienda. El otro extremo, es decir, la masificación y congestión estacional que se produce en meses de verano y la alteración urbanística que se ha producido en algunos lugares costeros, también desanima a muchas personas a residir definitivamente en lugares de playa y de veraneo; este último punto de vista lo manifiesta la Sra. M.L., casada, de 71 años, para la que la masificación del lugar donde tiene la vivienda y los problemas que acarrea, le ha hecho reducir la frecuentación:

"Lo que pasa que Llanes se ha puesto insoportable, por la gente; hay veces que nos hemos ido de excursión a Ribadesella y nos hemos tenido que dar la vuelta; es que no tienes ni dónde aparcar. [...]. Donde sí hay problemas es si vas a tomar algo o a comer, porque no hay sitio, y la verdad es que si vas por la calle, por el centro, no hay sitio, vamos todos como borreguitos, y todo eso, pues molesta un poco [...]. Están construyendo salvajemente, y hombre, los coches son un problema, el tráfico es un problema en verano, dónde meter todos los coches que van... Antes era todo relajado y bonito, y ahora la verdad que a mí sí que me molesta. O sea, que lo que no nos gusta es el mes de agosto, sobre todo, porque hay mucha gente". [29]

Seis de los trece entrevistados que todavía siguen pasando buena parte del año en Madrid, destacan el hecho de que alguno de sus hijos vivan todavía en la vivienda familiar para no irse definitivamente. Este factor es importante sobre todo para las madres, que no se irían por no dejar a sus hijos solos, aunque en todos los casos son universitarios y con edades por encima de los 30 años; no

obstante, ese factor no impide que algunos padres pasen temporadas (sin su esposa) en la vivienda secundaria. [30]

La segunda razón más nombrada para no realizar el traslado definitivo es la peor dotación de infraestructuras y equipamientos sanitarios en los lugares de destino. El querer sentirse cerca de hospitales, sobre todo en personas que han tenido problemas médicos importantes y están sujetos a tratamientos de salud en Madrid, actúa de freno para el cambio definitivo del lugar de residencia, aunque parece ser un aspecto más importante en mujeres que en hombres. En el caso de que el traslado definitivo se haya producido, es porque la cercanía a Madrid permite seguir visitando a los médicos de siempre, a la vez que a la familia, como en el caso de la Sra. P. (casada, de 64 años, que reside actualmente en un pueblo a 50 kms. de Madrid, y con una hija casada que vive también en Madrid):

"Normalmente bajamos a Madrid los jueves, todo el jueves, y bajamos todos, a ver mi nieto, que vaya, para mí es ... lo primordial [...]. A Madrid seguimos yendo por mi hija y el nieto, pero también por el tema de médicos. Mi marido ha tenido dos cánceres; un melanoma, cogido a tiempo, y un tumor de próstata que se lo han quitado, y tiene que seguir haciéndose revisiones". [31]

También son bastante citados otros dos factores para no querer abandonar definitivamente Madrid. El primero tiene que ver con la mayor oferta de todo tipo que la ciudad ofrece (en cuestión de servicios, comercios y actividades de ocio y lúdicas); en este sentido, siete de los trece entrevistados que todavía pasan algunos meses al año en Madrid aluden a la cantidad de actividades, oferta cultural, y en general "cosas que hacer" que ofrece la ciudad; así opina el Sr. A., casado, de 74 años, que reside temporalmente en la ciudad de Alicante:

"En verano estoy en Madrid porque me gustan los actos culturales, teatro, zarzuelas, las fiestas de Madrid, salir por las noches en verano ... y por eso estoy en agosto y vamos a teatro, festivales, etc.". [32]

El otro factor hace referencia al mejor equipamiento de la casa de Madrid (principalmente de calefacción y agua caliente), ya que algunos de los entrevistados no han mejorado el equipamiento de sus casas (en el nuevo destino) y éstas siguen con las mismas dotaciones que el día que empezaron a ser usadas para pasar básicamente unos días de vacaciones en verano. Se trata de viviendas localizadas o bien en la costa mediterránea o en zonas de interior o de montaña, por lo que en ambos casos los entrevistados señalan que durante el invierno están mejor en sus casas de Madrid. Pasar el invierno en la otra casa supondría en ocasiones duplicar gastos, cuando la calefacción central está incluida en los gastos de comunidad en la vivienda de Madrid. [33]

Relacionado con lo anterior está el tema de las "raíces" que a través de los años las personas han desarrollando viviendo en Madrid. Este aspecto emerge especialmente en personas que, nacidas o no en Madrid, pero que han vivido toda su vida en esta ciudad, en el momento de la jubilación no se podrían acostumbrar a pasar largas temporadas fuera de lo que esta ciudad ofrece. Esta

idea aparece aproximadamente en la mitad de las personas entrevistadas que no contemplan irse definitivamente a vivir al lugar donde tienen la segunda residencia. [34]

Otra razón que no siempre se explicita, pero que todos los entrevistados tienen muy en cuenta a la hora de considerar un posible traslado definitivo al nuevo destino residencial es la distancia respecto a Madrid o su accesibilidad en tiempo; si el nuevo destino está más cercano a Madrid y es más accesible es más probable contemplar el cambio de residencia definitivo; sin embargo, si está más alejado (costa mediterránea, por ejemplo), la distancia es un factor que frena la movilidad. Se tiende a pensar que una vivienda próxima a Madrid se puede utilizar todos los fines de semana, puentes, e ir y venir a ella varias veces al año. Por el contrario, eso no se puede hacer si la vivienda está a mayor distancia, en cuyo caso, y más en personas mayores de 70 años, disminuye la frecuencia de las estancias y aumenta el uso de transporte público (tren y autobús) para el desplazamiento; a medida que pasan los años la frecuentación de esa segunda vivienda va siendo menor y se utilizan más los transportes públicos. [35]

Teniendo en cuenta los distintos factores que influyen en la toma de la decisión, muy pocas de las trece personas que todavía residen parte del año en Madrid están dispuestas a trasladarse definitivamente al segundo destino. Sólo una persona declara que se irá a residir a Alicante cuando su hijo se independice y deje de vivir con ellos y otra dice que tiene previsto pasar más tiempo en su segunda residencia y menos en Madrid, pero a pesar de reconocer que Madrid sigue siendo un punto de referencia para realizar actividades culturales y ver a amigos y solucionar asuntos particulares. El resto lleva intención de seguir entre las dos viviendas (parte del año en cada una). [36]

5. Beneficios generales del traslado residencial

Si se hace referencia a los beneficios y a la satisfacción que el cambio residencial ha producido en estas personas hay que aludir nuevamente a los factores que han influido en su movilidad, ya que esos factores están muy relacionados con la satisfacción generada por el cambio residencial. La tranquilidad de los nuevos destinos, relacionado con la ausencia de ruidos, agobios y estrés en sus vidas (unido también al hecho de no tener ya que trabajar) es la consecuencia más destacada; en esa tranquilidad influye el hecho de residir en un lugar de pequeño-mediano tamaño demográfico y también la cercanía al mar y llevar un ritmo de vida distinto al de la gran ciudad. El clima de los nuevos destinos (normalmente de playa, pero también de montaña) es otro beneficio muy destacado por la mayoría de entrevistados, como ya es habitual en los estudios de las migraciones de amenidad en mayores (RODRÍGUEZ, CASADO & HUBER 2005; WILLIAMS, KING, WARNES & PATTERSON 2000). [37]

Los entrevistados relacionan la tranquilidad que se halla en los nuevos destinos con la seguridad, ya que para algunas personas es muy importante poder pasear al aire libre e incluso por las noches, sin riesgos de robos o intimidaciones

propias de una gran ciudad. En menor medida, otros entrevistados hacen referencia a la gente y a factores de tipo social (contacto con la gente, simpatía, amabilidad ...) como importantes. La satisfacción con el nuevo lugar se relaciona también con la idea de cambiar totalmente de hábitos y de entorno físico y social, lo cual hace a su vez cambiar la percepción del tiempo y hace sentirse más relajado. [38]

La Sra. J. (soltera, de 74 años, y que se trasladó a vivir definitivamente a un pueblo del interior del norte de España) destaca la satisfacción que le produce la nueva tranquilidad:

"Yo tengo mi biblioteca, leo, salgo a la galería y contemplo, leo en un sillón que tengo allí, y me gusta contemplar el atardecer, abro la ventana a veces, no para ver a la gente, sino para ver el paisaje. Me encanta. Y esta tranquilidad yo no la tenía allí, ni hablar". [39]

De forma parecida, el Sr. A., casado, con 68 años, y también con residencia permanente en otro pueblo del interior, destaca:

"La gente aquí es simpática, todos dicen 'adiós', pues 'adiós'. Aquí puedes llegar a conocer a la gente. No como en Madrid, que no conoces ni a los que viven en tu escalera. Es diferente". [40]

La tranquilidad y un cierto "aislamiento social temporal" es un factor muy valorado por los entrevistados que optan por pasar sólo algunos meses al año en el nuevo destino residencial; por tanto, no todos soportan y toleran esa tranquilidad de la misma forma. Quienes residen permanentemente en la nueva residencia la valoran más positivamente, mientras que para unas pocas personas que no se han marchado definitivamente de Madrid, ese "aislamiento" es sinónimo de cierto aburrimiento que se traduce diariamente en escasez de actividad social y en falta de estímulos (sociales). [41]

5.1 Cambio residencial y beneficios para la salud

La satisfacción relacionada con factores ambientales (tranquilidad, clima, ausencia de ruidos, atmósfera limpia, paisaje-entorno ...) es el principal beneficio derivado de la movilidad residencial de los entrevistados. Indirectamente, el nuevo entorno y las nuevas condiciones ambientales permiten la mejora de otros elementos y dimensiones de la CdV de estas personas, como en lo relativo a la salud. Entre los efectos a que lleva el cambio residencial está la posibilidad de realizar actividades que antes no practicaban con la misma asiduidad (andar-pasear, salir de excursión, ...). La actividad física en los mayores está muy relacionada con la capacidad de mantenerse funcional (CLARK et al. 2001); Carmi SCHOOLER y Mesfin Samuel MULATU (2001) han determinado el beneficio de diversas actividades de ocio en el funcionamiento intelectual, aunque también Thomas GLASS, Carlos MENDES, Richard MAROTTOLI y Lisa BERKMAN (1999) muestran que los beneficios de las actividades no físicas en la

salud son importantes puesto que mejoran el estado físico y reducen el riesgo de mortalidad en todas sus causas. [42]

La salud, bien de forma directa o indirecta, es la gran beneficiada del cambio residencial, pero también las relaciones sociales que tienen estas personas han mejorado al pasar más tiempo que en Madrid haciendo actividades fuera de la vivienda. En relación a la salud, conviene recordar el tipo de colectivo analizado, por lo que estos beneficios hay que enmarcarlos en el contexto de la movilidad denominada "de amenidad", entre personas recién salidas de su etapa laboral y que generalmente proceden de un medio urbano y que tienen buena salud (WISEMAN & ROSEMAN 1979). Tengamos en cuenta que la movilidad implica capacidad para ser autónomo e independiente, por lo que la mayoría de los entrevistados dicen no tener graves problemas de salud. [43]

Para analizar el efecto de la movilidad residencial en la salud partimos de la base de que los entrevistados reconocen tener buena salud, salvo tres personas que sufren problemas de alergia y otros, en menor medida, enfermedades de corazón, de huesos (artrosis) o un ligero sobrepeso. Por tanto, ninguno de los entrevistados niega el efecto beneficioso que para su salud tiene pasar temporadas largas, o casi todo el año, en el nuevo destino. Algunos ven un efecto claramente directo, sobre todo cuando sus alergias o problemas óseos mejoran al borde del mar, no sólo porque caminan más, sino porque también toman más el sol, hay menos contaminación, se respira aire más puro y se hace más ejercicio físico (nadar en el mar o en la piscina). Personas que habitualmente tenían que tomar antihistamínicos (en Madrid), cuando están al borde del mar no los necesitan, y además su tensión arterial mejora; es el caso del Sr. A., 69 años, casado, y que pasa más de la mitad del año en un lugar de la costa mediterránea:

"Me suelo ir a Alicante cuando empiezo con la alergia. Cuando empieza a pegar fuerte me voy, y allí estoy mejor. En la playa estoy genial, con el mar. Cuando aquí estoy tomando antihistamínicos, llego allí, y aunque sean las diez de la noche, me meto en el mar, me baño, y al día siguiente ya no tengo que tomarlos. Hombre, ahora ya no me baño tanto, pero el mar me va muy bien. Me quedo nuevo". [44]

Pasar temporadas en algunas zonas de interior (Galicia), con más aire puro y escasa contaminación atmosférica, también beneficia a algunas personas reduciéndoles la probabilidad de padecer resfriados a lo largo del invierno siguiente. En cuanto a la asistencia sanitaria, la mayoría de personas reconoce la mejora asistencial que se ha producido en general en todo España en las últimas décadas, y no ven como problema o freno para la movilidad residencial residir fuera de Madrid para poder ser atendidos u hospitalizados en un tiempo razonable en caso de necesitarlo; este punto de vista se opone al que defienden otras personas, al opinar que no se alejan de Madrid, puesto que allí se tienen los médicos y más y mejor asistencia sanitaria. Son dos puntos de vista, pero este último defendido por personas que no tienen problemas graves de salud (y que no visitan habitualmente al médico), frente a la primera opinión, de personas que necesitan habitualmente tratamiento médico. [45]

5.2 Cambio residencial y beneficios para las relaciones sociales y familiares

Las amistades y las relaciones sociales es uno de los factores que dan felicidad y más valoran los mayores en su CdV. Este tema está acaparando la atención de muchos estudios y en ellos se muestran generalmente los efectos positivos que las relaciones sociales con amigos, familia y vecinos tienen en la salud, en el bienestar global y en la felicidad de los mayores (ONISHI et al. 2006). En las encuestas aparecen frecuentemente los amigos como grupo social relevante que proporciona sentido a la vida, ya desprovista de contenido productivo. Además, los psiquiatras afirman que muchas de las manifestaciones de la enfermedad mental se basan en la ruptura o carencia de vínculos de amistad (MORAGAS 2001). También Heiner MAIER y Petra L. KLUMB (2005) demuestran que mantener contactos sociales con amigos está muy relacionado con la supervivencia, y sugieren que el tiempo que se pasa con amigos constituye una gran ventaja, mayor incluso que la práctica de otras actividades en el tiempo de ocio. [46]

Sobre estos aspectos, la mayoría de los entrevistados dicen seguir teniendo las mismas relaciones sociales que antes del cambio, o que cuando pasan largas temporadas en su vivienda secundaria no por ello dejan de ver a sus familiares y amigos. Lo atestigua la Sra. M.J., casada, de 64 años, que pasa un tercio del año en alguna de sus casas en Galicia o Extremadura:

"Aunque los echamos de menos [a los amigos] no los dejamos de ver por eso. Hay amigos que han estado días en nuestra casa". [47]

Aquellos que han cambiado definitivamente su lugar de residencia han sabido, por lo general, hacer nuevos amigos, o dicen ver a los antiguos en caso de regresar a Madrid o bien si los visitan en su nuevo lugar de residencia, hecho que ocurre con bastante frecuencia. Al tratarse, generalmente, de lugares de pequeño tamaño demográfico, los vecinos jugaron desde el principio un papel importante a la hora de conocer a nuevas personas tras el traslado, por lo que se destaca la predisposición y facilidad en esos lugares para contactar con personas y para entablar amistades. [48]

Tampoco la existencia de buenos amigos en Madrid actúa de freno para que se desarrolle futura movilidad entre los que todavía pasan temporadas en Madrid, de forma que la consolidación de la vida social en el lugar donde han residido buena parte de su vida no es un factor importante que frene el traslado definitivo fuera de Madrid. [49]

Lo que sí se detecta es que el nivel de implicación y ampliación de la red social varía según la persona se traslade definitiva o temporalmente a vivir al lugar donde tiene la segunda residencia. Las personas que saben que sólo van a estar los tres o cuatro meses de verano, y además van acompañados por su esposo/a, no hacen grandes esfuerzos por ampliar la red de amistades en ese tiempo. Sin embargo, eso no ocurre cuando la idea es residir definitivamente, ya que

entonces la red social se amplía mucho en el nuevo destino; en ese caso las personas suelen mostrarse felices con los nuevos amigos, con los que realizan diversas actividades (clases de baile, jugar a cartas, comidas, etc.). Ha sido el caso de la Sra. P., casada, de 64 años, que se trasladó a vivir definitivamente a un pueblo a 50 kms. de Madrid:

"En Madrid tenía a mis dos amigas, pero no salía de casa, la compra, tomar un café con las amigas, volver a casa a hacer la compra y todo ese rollo, y aquí he ganado muchísimo más, porque tengo mucha más relación con la gente, más relación con el Ayuntamiento, y a mí me gusta meterme en todos los fregaos, yo sí he ganado". [50]

Esa es la pauta general, aunque personas solteras y con aficiones que desarrollan en su hogar reconocen no tener muchos amigos ni haber ampliado rápidamente su red social; sin embargo, eso no obsta para recibir a lo largo del año a antiguos amigos, que los van a visitar a su nuevo lugar de residencia. [51]

Otra de las influencias que ha tenido el cambio residencial se aprecia en el contacto con la familia. Pero mientras dimensiones como la salud y las relaciones sociales suelen variar notablemente a raíz del traslado residencial, no ocurre lo mismo con las relaciones familiares. La dimensión o elemento de la CdV relacionado con la familia es la menos afectada por el cambio residencial, ya que no se aprecian comportamientos ni frecuencias de visita de familiares muy distintos a los practicados antes del traslado residencial. [52]

Habría que distinguir entre el contacto mantenido con los hijos y nietos, y por otro lado con el resto de la familia (hermanos, cuñados, primos ...). Ya se ha indicado anteriormente la importancia de los hijos y nietos a la hora de plantear un traslado residencial, más en mujeres que en hombres, y cómo afecta la distancia; pero el deseo de tener y sentir cercanos a los hijos y a los nietos no se produce de igual forma entre personas solteras, separados, o casados sin hijos. En cambio, y respecto al resto de familiares, su cercanía y mayor/menor contacto no parece influir a la hora de decidir irse a vivir a otro lugar. Casi todos los entrevistados destacan que hoy en día es posible y fácil mantener el contacto con la familia por teléfono y que viajar es mucho más rápido y cómodo que en épocas pasadas. [53]

Como ocurría con el contacto con los amigos, el mantenido con la familia no se ve prácticamente afectado cuando la estancia es corta; o bien porque se trata de pocos meses y "no da tiempo a echarlos de menos", o porque al ser poco tiempo, esa familia se desplaza con ellos algunos días al lugar donde se encuentra la residencia secundaria (generalmente para estar unos días de vacaciones). [54]

6. ¿Hacia una nueva calidad de vida en el nuevo entorno residencial?

Tal y como ponen de manifiesto los estudios sobre las migraciones de amenidad, tras ellas subyace el interés y la búsqueda de entornos residenciales agradables y menos congestionados que los de la gran ciudad de donde, por lo general, se procede (WILLIAMS et al. 2000; WISEMAN & ROSEMAN 1979). En el caso de las personas entrevistadas que han abandonado Madrid, todas ellas aceptan que los lugares a donde se han trasladado son agradables, incluso privilegiados, por su clima, temperatura, y por la posibilidad que les ofrece de estar más tiempo en la calle y al aire libre. También el hecho de vivir en un lugar más pequeño facilita la movilidad con vehículo y la posibilidad de realizar excursiones diarias. [55]

Los beneficios reconocidos son amplios desde el punto de vista de la salud, pero también de la tranquilidad y la relajación. El efecto del cambio ha sido muy beneficioso y positivo en todos ellos, incluso entre quienes sólo pasan algunos meses al año en su vivienda secundaria; la tenencia de sus viviendas les aporta gran tranquilidad al no tener que pensar en alquilar una vivienda (u hotel) para alojamiento todos los años, y gran libertad para poder invitar a amigos y familiares; en numerosos casos, estas viviendas son lugares de reunión de toda la familia, aunque también se utilizan en las épocas en que están vacías (igualmente por familiares y amigos). Además, se trata por lo general de casas-viviendas cuyo mantenimiento no es costoso (ni económicamente ni en inversión de tiempo). Pero si bien se reconocen todas estas ventajas y beneficios en relación a la casa, también la mayoría de las personas que utilizan su vivienda de forma secundaria (sólo en determinadas temporadas al año) aceptan que no es lo más fundamental ni lo más importante en sus vidas. [56]

Sin embargo, el beneficio global y el efecto que el traslado ha tenido en el bienestar global emerge más claramente en las personas que se han trasladado definitivamente. Ya hemos indicado que no son la mayoría de los entrevistados, pero sí hablan de un beneficio muy positivo para sus vidas y de que las condiciones y el entorno ambiental de sus viviendas han mejorado. [57]

Desde el punto de vista económico también hay personas que destacan como positivo el cambio realizado y eso les aporta seguridad en el futuro. Entre los que se han trasladado definitivamente, la mitad vendieron previamente su vivienda en Madrid y con lo obtenido han podido comprar una vivienda más barata en el nuevo destino. Pero quienes no la vendieron, o bien siguen teniendo su vivienda alquilada en Madrid (aunque generalmente llevan idea de venderla), o bien la han cedido a hijos para que la ocupen. En este sentido, el cambio se produce hacia destinos más baratos en los que el precio de la vivienda siempre es menor que en Madrid. También desde el punto de vista económico, donde ya no se reconoce ninguna ventaja es en el precio de los productos de consumo más necesarios (alimentación, ropa, etc.), ya que de igual forma que los entrevistados reconocen que por vivir fuera de Madrid pueden acceder a casi cualquier producto como si estuvieran en la gran ciudad, también reconocen que los precios son muy similares, no siendo especialmente más bajos por tratarse de poblaciones de menor tamaño demográfico. [58]

El cambio de residencia, por tanto, es valorado muy positivamente tanto por las personas que sólo pasan en su vivienda secundaria una parte del año, como por las que la han convertido en su residencia habitual. Ninguno de los entrevistados piensa deshacerse de esas viviendas (en el nuevo destino) y sólo lo harían en caso de extrema necesidad, por lo que piensan seguir usándolas mientras puedan y cederlas luego a hijos u otros familiares. La casa, por tanto, constituye una "reserva" económica, en caso de que en el futuro se necesite dinero, además de que contribuyen al "cambio de aires" y se asocian a espacios de tranquilidad y relajación. [59]

Las opiniones al respecto de qué elementos o dimensiones son más importantes en la CdV de estas personas llevan a la salud y a la familia como los factores más importantes en sus vidas. La salud la citan, de forma muy rotunda, las personas que han tenido problemas graves; en segundo lugar es la familia, y en concreto los hijos, a lo que más importancia se da; en tercer lugar está la situación económica. Tras esos elementos emerge el hecho de tener un lugar para el retiro y la libertad de poder usarlo libremente, como aspectos importantes en sus vidas. Relacionados con estos factores estarían otros elementos y actividades, que contribuyen de forma positiva al bienestar, como nuevas (o distintas) actividades que se pueden realizar, en relación al mayor tiempo libre que ofrece la jubilación. [60]

La relación entre la CdV y el ocio y las actividades realizadas durante el tiempo libre está suficientemente documentada, y diversos estudios empíricos han mostrado los enormes beneficios de la práctica de diversas actividades en edades avanzadas y como una importante fuente subjetiva de bienestar en las personas (NEAL, SIRGY & UYSAL 1999). La teoría sobre la práctica de actividades (HAVIGHURST 1968) relaciona las actividades de ocio con la satisfacción en la vida y ha contribuido a la comprensión del efecto positivo que tiene esa participación en actividades en la salud y en la CdV. Esta teoría de la actividad parte de la asunción de que la frecuencia de las actividades influye en la satisfacción con la vida, y de que la satisfacción depende también del grado de socialización logrado con las actividades. También se asume que las necesidades de socializar y el bienestar psicológico continúan durante la vejez, con lo que se justifica la práctica y necesidad de realizar actividades y de estar en contacto con otras personas. En este sentido, los entrevistados en este estudio admiten que realizan actividades distintas a las practicadas antes del cambio residencial, y que muchos de ellos no sólo no han perdido sus contactos anteriores, sino que han ampliado su red social, por lo que el traslado residencial se convierte en estrategia para mejorar su CdV. [61]

7. Conclusiones

La CdV de las personas es un tema al que se ha dedicado mucha atención en las últimas dos y tres décadas, aunque todavía no hay respuestas a muchas preguntas sobre qué significa para los mayores y qué factores influyen en ella (BORGLIN, EDBERG & HALLBERG 2005); no obstante, parece demostrado que es la salud, junto con la familia y los factores de tipo económico, los elementos que mejor la explican en este grupo de población (BOWLING & WINDSOR 2001; SIRGY 1998). Parece también que, a la luz de las distintas aproximaciones y enfoques existentes, el concepto de CdV varía no sólo de persona a persona, sino también entre lugares y en el tiempo (LIU 1975). [62]

Se ha investigado y se conoce bien el papel que la medicina tiene en el envejecimiento de la población, pero mucho menos la influencia de otros factores ambientales, de estilo de vida y sociales, y en determinados contextos geográficos, de cara a la mejora de la CdV y el fomento del envejecimiento saludable (BROWN, BOWLING & FLYNN 2004; FERNÁNDEZ-MAYORALAS, ROJO & ROJO 2004). [63]

Con este trabajo se ha evidenciado la importancia que los factores ambientales y la búsqueda de la CdV tienen entre los mayores a la hora de envejecer y, en concreto, en las personas que han trasladado su lugar de residencia desde un entorno urbano a otro de mayor calidad ambiental. La diferencia respecto a otros estudios es que la movilidad residencial no se había estudiado previamente desde la óptica de la mejora de la CdV y como una estrategia para mejorar las condiciones de vida de los mayores, pese a que estos desplazamientos son cada vez más frecuentes. [64]

Por tanto, si los elementos o dimensiones de la CdV pueden variar según el entorno residencial en el que se encuentre la persona, también son sensibles a la intervención humana, pudiéndose ejercer sobre ellos medidas preventivas y/o correctoras; para ello resultarán tremendamente interesantes y con gran potencial de aplicación los conocimientos obtenidos sobre el traslado residencial y sobre qué aspectos y elementos hacen sentir bien a los mayores. A partir de este tipo de trabajos, el objetivo general de los gestores públicos debería ser identificar y eliminar los factores que están fuera del control de los individuos y que minan sus capacidades, fomentando aquellos que benefician y favorecen diversos aspectos de sus vidas; ese será un paso importante en la mejora del bienestar y la CdV de las personas mayores. [65]

En este trabajo, la mejora de la CdV se ha relacionado con la motivación para el cambio del lugar de residencia; así, se ha comprobado que la decisión de emigrar siempre resulta complicada, sobre todo cuando se hace definitivamente y está influida por diversos factores familiares, de salud, sociales, pero también por la distancia que hay que recorrer entre el lugar de origen y el futuro lugar de retiro; el proceso migratorio resulta igualmente diferente en función de las características sociodemográficas de las personas, según sea su género o estado civil. Pero una vez tomada la decisión de emigrar definitivamente y pasar

buena parte del año en la que anteriormente era su segunda vivienda, el nuevo entorno y situación tienen una influencia muy clara (en la mayoría de los casos) en la salud, en las actividades realizadas, y también en las relaciones sociales. Por tanto, el traslado residencial está afectando a numerosos elementos y dimensiones que determinan la CdV de estas personas y la evaluación que hacen estas personas de cómo han variado esos elementos es generalmente muy positiva tras el cambio residencial. [66]

Se trata de personas que han abandonado (o están a punto de hacerlo) la actividad laboral obligatoria, y que disponen a partir de ese momento de más tiempo para poder dedicarlo a otras actividades que les aportan más satisfacción y bienestar. Está comprobado que las actividades realizadas durante el tiempo de ocio son muy importantes para la CdV y como estrategia de adaptación a la vejez (NIMROD 2007). En ese sentido, la relación entre la CdV y el ocio está suficientemente documentada; diversos estudios han puesto de manifiesto que un determinante importante de aquella son las actividades de ocio (LEUNG & LEE 2005), y que la práctica de actividades de ocio tiene enormes beneficios en edades avanzadas y como una importante fuente subjetiva de bienestar en las personas (LLOYD & AULD 2002). [67]

Si se consideran las actividades de ocio y de tiempo libre en relación con el entorno residencial en el que se vive, diversos autores están de acuerdo en la enorme influencia de éste sobre la vida de las personas (NIMROD 2007). En nuestra muestra, las características ambientales también parecen haber tenido un efecto beneficioso en las experiencias de las personas, ya que los distintos tipos de residencia han influido en los niveles de actividad y a su vez en el estado de salud (la mayoría de los mayores declaran sentirse mejor, y su estado de salud general también lo es). [68]

Los testimonios analizados de retirados que han cambiado su lugar de residencia tras la jubilación evidencian que las actividades practicadas y su frecuencia han variado notablemente, puesto que el nuevo entorno propicia y favorece el desarrollo de otras nuevas y diferentes. La mayoría de los entrevistados están más satisfechos con las actividades ahora realizadas, tanto si son físicas como sociales, ya que mientras la gran ciudad limita el desarrollo de muchas, en la nueva etapa se está más al aire libre, se hace más ejercicio físico, se establecen más relaciones sociales, además de participar en actividades constructivas que los entretienen y reconfortan. [69]

Conocer qué se valora en la vejez y qué favorece la CdV y el bienestar de los mayores tiene un gran potencial de planificación, no sólo de las actividades que puedan realizar, sino también de los productos y servicios que demandan y, sobre todo, de los lugares elegidos para disfrutar del retiro. Algunos países anglosajones y también del norte de Europa cuentan con gran tradición de las llamadas "comunidades de retiro" (*retirement communities*) (JENKINS, PIENTA & HORGAS 2002; STREIB, FOLTS & PEACOCK 2006), en donde se ha demostrado que sus residentes incrementan la actividad física, se mejora el acceso a los servicios y equipamientos, y se promueven las relaciones sociales

(MASOTTI, FICK, JOHNSON-MASOTTI & MACLEOD 2006); se trata de lugares en los que, por lo general, se favorecen las condiciones para envejecer de forma activa y saludable. Sin embargo, la planificación de lugares de retiro (similares o parecidos a los planificados hasta el momento) todavía está menos desarrollada en otros muchos países, por lo que en ese campo existe un enorme potencial de aplicación de conocimientos desde este ámbito de las Ciencias Sociales. [70]

Cada vez son más necesarios estudios de este tipo, realizados en la línea de la gerontología ambiental, para poder tomar mejores decisiones a la hora de llevar a cabo la planificación de esos lugares, y promover así la independencia, la participación y la vida social de los mayores. Por lo tanto, en la búsqueda de los determinantes del envejecimiento saludable hay que seguir estudiando qué factores y condiciones ayudan a identificar el mayor potencial, creando las vías para modificarlo (en sentido positivo) (BALTES & BALTES 1990). [71]

Se trata de estudios interdisciplinarios, en los que se debe describir, explicar, modificar y optimizar la relación entre las personas mayores y su entorno socio-espacial, con el claro objetivo de promover la independencia y el bienestar en la vejez. Sólo mejorando las condiciones de vida y el bienestar de los mayores se podrá reducir la discapacidad y los gastos del sistema social y sanitario, lo cual se ha convertido en un objetivo de diversos organismos y administraciones nacionales e internacionales, al igual que lo es el fomento del envejecimiento activo y saludable. [72]

Este trabajo ha tenido un carácter exploratorio y, por tanto, todavía falta profundizar sobre muchos aspectos relacionados con esta temática. También habrá que ver, en el futuro, cómo y en qué contexto y situaciones se produce la decisión de emigrar, y seguir estudiando de qué depende el que esa movilidad se produzca con carácter más o menos definitivo, hacia dónde, relacionado con las características de los lugares de origen y de destino. También sería interesante adoptar una perspectiva longitudinal con el fin de saber qué ocurre a medida que pasa el tiempo con personas que en su día emigraron, además de conocer las razones por las cuales otras personas nunca llegan a desplazarse. [73]

En este contexto entra en juego la metodología cualitativa, como la mejor herramienta para profundizar en las historias sobre la movilidad, los detonantes, actitudes, razones, temores, sentimientos, niveles de satisfacción, etc., aspectos difíciles de ser recogidos en un cuestionario con preguntas cerradas o semi-cerradas. [74]

Agradecimientos

El autor agradece a los Drs. Vicente RODRÍGUEZ, Fermina ROJO y Gloria FERNÁNDEZ-MAYORALAS, así como a la Lcda. María Eugenia PRIETO (Instituto de Economía, Geografía y Demografía; Consejo Superior de Investigaciones Científicas; Madrid) los comentarios y sugerencias realizados durante la realización del trabajo. También da las gracias a los revisores anónimos por la contribución a la mejora del artículo.

Referencias

- Alonso, Luis Enrique (1998). *La mirada cualitativa en sociología. Una aproximación interpretativa*. Colección Ciencia. Madrid: Fundamentos.
- Amezcuca, Manuel & Gálvez, Alberto (2002). Los modos de análisis en investigación cualitativa en salud: perspectiva crítica y reflexiones en voz alta. *Revista Española de Salud Pública*, 76(5), 423-436.
- Baltes, Paul B. & Baltes, Margret M. (1990). *Successful aging*. New York: Cambridge University Press.
- Borglin, Gunilla; Edberg, Anna-Karin & Hallberg, Ingalill Rahm (2005). The experience of quality of life among older people. *Journal of Aging Studies*, 19(2), 201-220.
- Borkert, Maren; Martín, Alberto; Scott, Sam & De Tona, Carla (2006). "Introducción: Comprender la investigación sobre migraciones (a través de fronteras nacionales y académicas) en Europa" [14 párrafos]. *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research*, 7(3), Art. 3, <http://www.qualitative-research.net/fqs-texte/3-06/06-3-3-s.pdf> [Fecha de acceso: 11, 09, 2007].
- Bowling, Ann & Windsor, Joy (2001). Towards the good life: A population survey on dimensions of quality of life. *Journal of Happiness Studies*, 2(1), 55-81.
- Brown, Jackie; Bowling, Ann & Flynn, Terry (2004). *Models of quality of life: A taxonomy, overview and systematic review of the literature*. Sheffield, European Forum on Population Ageing Research y European Group on Quality of Life Extending quality of life in old age (EQUAL).
- Castro, Teresa (2004). El escenario demográfico internacional: retos presentes y futuros posibles. En Jesús Leal Maldonado (Ed.), *Informe sobre la situación demográfica en España* (pp.29-58). Madrid: Fundación Fernando Abril Martorell.
- Clark, Florence; Azen, Stanley P.; Carlson, Mike; Mandel, Deborah; LaBree, Laire; Hay, Joe; Zemke, Ruth; Jackson, Jeanne & Lipson, Loren (2001). Embedding health-promoting changes into the daily lives of independent-living older adults: Long-term follow-up of occupational therapy intervention. *The Journals of Gerontology, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 56B(1), P60-P63.
- Cummins, Steve; Stafford, Mai; Macintyre, Sally; Marmot, Michael & Ellaway, Anne (2005). Neighbourhood environment and its association with self rated health: Evidence from Scotland and England. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 59(3), 207-213.
- Dingwall, Robert Accounts (1997). Interviews and observations. En Gale Miller & Robert Dingwall (Eds.), *Context and methods in qualitative research* (pp.51-65). London: Sage.
- Fernández-Mayoralas, Gloria; Rojo, Fermina & Rojo, José Manuel (2004). Components of the residential environment and socio-demographic characteristics of the elderly. *Journal of Housing for the Elderly*, 18(1), 25-49.
- Glass, Thomas; Mendes De León, Carlos; Marottoli, Richard A. & Berkman, Lisa F. (1999). Population based study of social productive activities as predictors of survival among elderly Americans. *British Medical Journal*, 319(7.208), 478-483.
- Gobo, Giampietro (2005). The renaissance of qualitative methods [22 párrafos]. *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research*, 6(3), Art. 42, <http://www.qualitative-research.net/fqs-texte/3-05/05-3-42-e.pdf> [Fecha de acceso: 10, 27, 2007].
- Havighurst, Robert J. (1968). Personality and patterns of aging. *The Gerontologist*, 8, 1, 20-23.
- INE (2004a). *Revisión del Padrón municipal 2003. Datos a nivel nacional, comunidad autónoma y provincia*. Madrid: Instituto Nacional de Estadística, INEBASE 2004.
- INE (2004b). *Proyecciones de la población de España calculadas a partir del Censo de Población de 2001*. Madrid: Instituto Nacional de Estadística, INEBASE 2004.
- Jenkins, Kristi Rahrig; Pienta, Amy Mehraban & Horgas, Ann L. (2002). Activity and health-related quality of life in continuing care retirement communities. *Research on Aging*, 24(1), 124-149.
- Kazmierska, Kaja (2003). Migration experiences and changes of identity. The analysis of a narrative" [48 párrafos]. *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research*, 4(3), Art. 21, <http://www.qualitative-research.net/fqs-texte/3-03/3-03kazmierska-e.pdf> [Fecha de acceso: 10, 13, 2007].

- Leung, Louis & Lee, Paul S.N. (2005). Multiple determinants of life quality: The roles of Internet activities, use of media, social support and leisure activities. *Telematics and Informatics*, 22(3), 161-180.
- Liu, Ben-Chiech (1975). Differential net migration rates and the quality of life. *The Review of Economics and Statistics*, 57(3), 329-337.
- Lloyd, Kathleen M. & Auld, Christopher J. (2002). The role of leisure in determining quality of life: Issues of content and measurement. *Social Indicators Research*, 57(1), 43-71.
- Maier, Heiner & Klumb, Petra L. (2005). Social participation and survival at older ages: Is the effect driven by activity content or context?. *European Journal of Ageing*, 2(1), 31-39.
- Masotti, Paul J.; Fick, Robert; Johnson-Masotti, Ana & MacLeod, Stuart (2006). Healthy naturally occurring retirement communities: A low-cost approach to facilitating healthy aging. *American Journal of Public Health*, 96(7), 1164-1170.
- Moragas, Ricardo (2001). *La jubilación. Una oportunidad vital*. Barcelona: Herder.
- Müller, Dieter (2002). German second homeowners in Sweden: Some remarks on the tourism-migration nexus. *Revue Européenne des Migrations Internationales*, 18(1), 67-86.
- Muldoon, Matthew F.; Barger, Steven D.; Flory, Janine D. & Manuck, Stephen B. (1998). What are quality of life measurements measuring?. *British Medical Journal*, 316, 542-545.
- Neal, Janet D.; Sirgy, M. Joseph & Uysal, Muzaffer (1999). The role of satisfaction with leisure travel/tourism services on experiences in satisfaction with leisure life and overall life. *Journal of Business Research*, 44(3), 153-163.
- Nimrod, Galit (2007). Retirees' leisure: Activities, benefits, and their contribution to life satisfaction. *Leisure Studies*, 26(1), 65-80.
- O'Boyle, Ciaran A. (1997). Measuring the quality of life of later life. *Philosophy Transactions of the Royal Society of London*, 352, 1.871-1.879.
- Onishi, Joji; Masuda, Yuichiro; Suzuki, Yusuke; Gotoh, Tadao; Kawamura, Takashi & Iguchi, Akihisa (2006). The pleasurable recreational activities among community-dwelling older adults. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 43(2), 147-155.
- ONU (2005). *World population prospects. The 2004 revision, highlights*. ESA/P/WP.180. New York: ONU.
- Puyol, Rafael & Abellán, Antonio (Eds.) (2006). *Envejecimiento y dependencia. Una mirada al panorama futuro de la población española*. Madrid: Mundial Assistance.
- Rodríguez, Vicente; Casado, María Ángeles & Huber, Andreas (Eds.) (2005). *La migración de europeos retirados en España* (Col. Politeya, Estudios de Política y Sociedad). Madrid: CSIC.
- Rojo, Fermína; Fernández-Mayoralas, Gloria; Pozo, Enrique & Rojo, José Manuel (2001). Ageing in place: Predictors of the residential satisfaction of elderly. *Social Indicators Research*, 54(2), 173-208.
- Rojo, Fermína; Fernández-Mayoralas, Gloria; Pozo, Enrique & Rojo, José Manuel (2002). *Envejecer en casa la satisfacción residencial de los mayores en Madrid como indicador de su calidad de vida*. Monografías, núm. 23. Madrid: CSIC.
- Schaie, K. Warner; Wahl, Hans-Werner; Mollenkopf, Heidrum & Oswald, Frank (Eds.) (2003). *Aging independently. Living arrangements and mobility*. New York: Springer Publishing Co.
- Schooler, Carmi & Mulatu, Mesfin Samuel (2001). The reciprocal effects of leisure time activities and intellectual functioning in older people: A longitudinal analysis. *Psychology and Aging*, 16(3), 466-482.
- Sirgy, M. Joseph (1998). Materialism and quality of life. *Social Indicators Research*, 43(3), 227-260.
- Streib, Gordon F.; Folts, W. Edwards & Peacock, James (2006). The life course leisure-oriented retirement communities. *Journal of Housing for the Elderly*, 20(4), 39-59.
- Warnes, Anthony M. (2004). Incremento y diversidad de las personas mayores emigrantes en Europa. *Revista Española de Geriátría y Gerontología*, 39(4), 260-269.
- Williams, Allan M.; King, Russell; Warnes, Anthony M. & Patterson, Guy (2000). Tourism and international retirement migration: New forms of and old relationship in southern Europe. *Tourism Geographies*, 2(1), 28-49.
- Wiseman, Robert F. & Roseman, Curtis C. (1979). A typology of migration based on the decision making process. *Economic Geography*, 55(4), 324-337.

Autor

Dr. Raúl LARDIÉS BOSQUE ha sido *research assistant* en el King's College London (Universidad de Londres) y profesor de Geografía en la Universidad de Zaragoza. Actualmente es investigador en el Instituto de Economía, Geografía y Demografía del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC), en Madrid. Su trabajo se ha desarrollado en el campo de las migraciones, y desde hace un tiempo investiga cuestiones relacionadas con el envejecimiento, la movilidad residencial y la calidad de vida de la población mayor. En particular, está interesado en los múltiples aspectos que rodean las diversas formas de movilidad residencial que actualmente la población mayor emprende a escala nacional e internacional.

Contacto:

Raúl Lardiés Bosque

Instituto de Economía, Geografía y Demografía (IEGD)
Centro de Ciencias Humanas y Sociales (CCHS)
Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC)
C/ Albasanz, 26-28
28037 Madrid, España

E-mail: rlardies@ieg.csic.es

URL: <http://www.ieg.csic.es/>

Cita

Lardiés Bosque, Raúl (2008). Aproximación cualitativa al estudio del efecto de la movilidad residencial en la calidad de vida de los mayores [74 párrafos]. *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research*, 9(2), Art. 22, <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:0114-fqs0802227>.