

LA SITUACIÓN DE LAS PERSONAS MAYORES EN EL MUNICIPIO DE ZAMORA

Equipo de investigación:

José Manuel del Barrio Aliste (coordinador)

Fernando Gil Villa

Antonia Picornell Lucas

José Manuel Muñoz Rodríguez

Noelia Morales Romo

María Luisa Ibáñez Martínez

Milagros García Gajate

Sara Serrate González

Raluca Cosmina Budian

Destinatario:

BREAMO EDITORIAL, S.L.

Diciembre de 2019

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	5
2. OBJETIVOS Y METODOLOGÍA	6
2.1. Objetivos	6
2.2. Metodología	7
3. EL CONTEXTO SOCIODEMOGRÁFICO DE LAS PERSONAS MAYORES EN ZAMORA.....	9
3.1. La población de Zamora en el contexto español y regional	10
3.2. La población de Zamora según grupos de edad y sexo	14
3.3. Masculinización y feminización de la población de Zamora	16
3.4. La distribución de la población de Zamora según barrios y distritos	17
3.5. Tendencias demográficas y envejecimiento de la población de Zamora en el contexto regional	24
3.6. Tendencias demográficas y envejecimiento de la población de Zamora según barrios y distritos	28
4. EL CONTEXTO INSTITUCIONAL.....	33
4.1. Normativas sobre envejecimiento y organización municipal	33
4.2. Acciones que se desarrollan sobre envejecimiento activo.....	33
5. PERCEPCIONES DE LAS PERSONAS MAYORES SOBRE LA CIUDAD DE ZAMORA.....	36
5.1. Instrumento de recogida de información.....	36
5.2. Participantes	37
5.3. Análisis de datos y resultados.....	39
5.4. Radiografía sintética de resultados	53
5.5. Conclusiones.....	55
6. LA VISIÓN SOBRE LAS PERSONAS MAYORES	58
6.1. Situación de las personas mayores en el municipio de Zamora.....	58
6.2. Propuestas para la intervención social y comunitaria.....	86
6.3. Vulnerabilidad digital	89
6.4. Conclusiones.....	96

7. RECAPITULACIÓN	99
7.1. Sobre el contexto sociodemográfico	99
7.2. Sobre el contexto institucional.....	99
7.3. Percepciones de las personas mayores sobre Zamora	100
7.4. Las visiones sobre las personas mayores.....	101
8. PROPUESTAS Y SUGERENCIAS	102
Referencias bibliográficas	105
ANEXOS	107
Anexo 1. CUESTIONARIO: <i>La visión de las personas mayores sobre el municipio de Zamora</i>	108
Anexo 2. Álbum fotográfico: <i>Foro sobre las personas mayores</i>	111

Índice de cuadros

- Cuadro 1. Población de 65 y más años (hombres y mujeres) y tasas de vejez en España, Castilla y León y Zamora según provincias y capitales, 2018** (Totales y porcentajes)
- Cuadro 2. Evolución de la población en Castilla y León y Zamora (provincias y capitales) según componentes demográficos, 2000-2018** (Totales y porcentajes)
- Cuadro 3. Distribución de la población en el municipio de Zamora según grupos de edad y sexo, 2018** (Totales y porcentajes)
- Cuadro 4. Población según sexo en BARRIOS y DISTRITOS de Zamora y porcentajes de cada ámbito con respecto al total de la población de Zamora, 2018**
- Cuadro 5. Zamora. Población de 60 y más años según de edades en BARRIOS y DISTRITOS, 2018**
- Cuadro 6. Zamora. Población de 60 y más años según edades en BARRIOS y DISTRITOS con respecto al total de la población en cada grupo de edad, 2018** (Porcentajes)
- Cuadro 7. Zamora. Población según edades en BARRIOS y DISTRITOS con respecto al total de la población de cada ámbito, 2018** (Porcentajes)
- Cuadro 8. Capitales de Castilla y León. Tendencias demográficas, 2018**

Índice de gráficos

- Gráfico 1. Evolución de la población de España, Castilla y León y provincia de Zamora, 2000-2018** (2000=100)
- Gráfico 2. Evolución de la población de las capitales de España, Castilla y León y Zamora, 2000-2018** (2000=100)
- Gráfico 3. Castilla y León. Crecimiento de la población en las capitales de provincia, 2000-2018** (Porcentajes)
- Gráfico 4. Castilla y León. Crecimiento de la población en las capitales de provincia según componentes demográficos, 2000-2018** (Porcentajes)
- Gráfico 5. Distribución de la población de Zamora por grupos de edad y sexo, 2018** (Porcentajes)
- Gráfico 6. Pirámide de población de Zamora, 2018**
- Gráfico 7. Índices de masculinidad en Zamora y capitales de Castilla y León según grupos de edad, 2009** (Hombres por 100 mujeres de cada grupo de edad)
- Gráfico 8. Población en BARRIOS de Zamora con respecto al total de la población de Zamora, 2018** (Porcentajes)
- Gráfico 9. Población de 60 y más años en BARRIOS de Zamora con respecto al total de la población de 60 y más años de Zamora, 2018** (Porcentajes)
- Gráfico 10. Concentración de la población total y de la población de 60 y más años en los BARRIOS de Zamora, 2018** (Porcentajes)
- Gráfico 11. Capitales de Castilla y León. Tendencias demográficas, 2018** (Ordenadas de mayor a menor puntuación en cada indicador en 2018)
- Gráfico 12. Zamora. Índice de tendencia demográfica según BARRIOS, 2018**
- Gráfico 13. Zamora. Coeficiente de sustitución laboral según BARRIOS, 2018**
- Gráfico 14. Zamora. Índice de dependencia según BARRIOS, 2018**
- Gráfico 15. Zamora. Tasa de juventud según BARRIOS, 2018**
- Gráfico 16. Zamora. Tasa de vejez según BARRIOS, 2018**
- Gráfico 17. Zamora. Tasa de reemplazo según BARRIOS, 2018**
- Gráfico 18. Zamora. Índice de envejecimiento según BARRIOS, 2018**
- Gráfico 19. Zamora. Índice de sobreenvjecimiento según BARRIOS, 2018**

Índice de figuras

- Figura 1. Bloques de variables del cuestionario**
- Figura 2. Participantes en el cuestionario según edades** (porcentajes)
- Figura 3. Participantes en el cuestionario según el nivel de estudios**
- Figura 4. Percepción de las personas mayores según su estado de salud** (porcentajes)
- Figura 5. Valoración media para “Entorno y espacios al aire libre”** (escala 0-3)
- Figura 6. Grado de acuerdo para variables de “Entorno y espacios al aire libre”** (porcentajes)
- Figura 7. Valoración media para “Transporte”** (escala 0-3)
- Figura 8. Grado de acuerdo de acuerdo para variables de “Transporte”** (porcentajes)
- Figura 9. Media de valoración para “Vivienda”** (escala 0-3)
- Figura 10. Grado de acuerdo para variables de “Vivienda”** (porcentajes)
- Figura 11. Media de valoración para “Respeto e inclusión social”** (escala 0-3)
- Figura 12. Grado de acuerdo para variables de “Respeto e inclusión social”** (porcentajes)
- Figura 13. Media de valoración para “Participación ciudadana y cívica”** (escala 0-3)
- Figura 14. Grado de acuerdo para variables de “Participación ciudadana y cívica”** (porcentajes)
- Figura 15. Media de valoración para “Comunicación e información”** (escala 0-3)
- Figura 16. Grado de acuerdo para variables de “Comunicación e información”** (porcentajes)
- Figura 17. Media de valoración para “Empleo”** (escala 0-3)
- Figura 18. Grado de acuerdo para variables de “Empleo”** (porcentajes)
- Figura 19. Media de valoración para “Servicios sociales”** (escala 0-3)
- Figura 20. Grado de acuerdo para variables de “Servicios sociales”** (porcentajes)
- Figura 21. Media de valoración para “Servicios Sanitarios”** (escala 0-3)
- Figura 22. Grado de acuerdo para variables de “Servicios sanitarios”** (porcentajes)
- Figura 23. Grado de acuerdo de las personas mayores de Zamora sobre las variables del cuestionario** (ordenadas de mayor a menor puntuación media)

Índice de tablas

- Tabla 1. Frecuencia de uso de Internet por personas de 75 años o más en Castilla y León**
- Tabla 2. Servicios de Internet usados en los últimos tres meses por personas de 75 años o más en Castilla y León**
- Tabla 3. Frecuencia del uso de comercio electrónico en personas de Castilla y León de 75 años o más**

1. INTRODUCCIÓN

El informe que se presenta es el resultado de la investigación sobre la situación de las personas mayores en el municipio de Zamora, realizada por un equipo de docentes e investigadores procedentes de áreas de conocimiento afines y complementarias (Sociología, Educación Social, Trabajo Social y Comunicación), que ha trabajado de manera muy activa para alcanzar los objetivos previstos en el convenio de colaboración entre BREAMO EDITORIAL, S.L. y la Universidad de Salamanca a través, en este caso, del Grupo de Investigación Reconocido (GIR) "Sociedad, Educación, Violencia e Infancia".

Las páginas que siguen son el resultado de un trabajo colectivo, en el que no solo deben incluirse a los miembros del equipo de investigación citado sino a todas las personas que, de manera totalmente desinteresada, han participado en las distintas fases del proyecto: profesionales y técnicos de las distintas administraciones e instituciones, entidades, asociaciones y organizaciones sociales que trabajan en el campo de las personas mayores o en actividades afines. No obstante, de manera muy especial queremos agradecer y reconocer la participación activa de las personas mayores que han colaborado, con sus opiniones, miradas y sugerencias, a desentrañar la realidad personal, familiar y colectiva de un sector de población de tanta trascendencia en el municipio de Zamora.

Deseamos que la información que se muestra a continuación suponga un antes y un después en el conocimiento de las personas mayores en el municipio de Zamora. Pensamos que aquí se incluyen análisis novedosos, nuevas miradas y perspectivas, pero también propuestas innovadoras para la acción.

Ojalá que muchas o gran parte de las cuestiones que aquí se relatan se tengan muy en cuenta, pensando sobre todo en que Zamora pueda convertirse en una referencia a nivel nacional o incluso internacional para la puesta en marcha de nuevas iniciativas en beneficio de un envejecimiento activo, en consonancia con los principios de la Red Mundial de Ciudades y Comunidades Adaptadas a las Personas Mayores.

Esperamos, por tanto, que esta investigación contribuya a alcanzar estos objetivos.

2. OBJETIVOS Y METODOLOGÍA

La investigación sobre la situación de las personas mayores en el municipio de Zamora que aquí se presenta concuerda con las preocupaciones de la Red Mundial de Ciudades y Comunidades Adaptadas a las Personas Mayores, proyecto promovido por la Organización Mundial de la Salud (OMS)¹. Basada en este enfoque de la OMS hacia el envejecimiento activo, se trata de que las ciudades se comprometan a ser más amigables con la edad, con el fin de aprovechar el potencial que representan las personas mayores mediante la optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad. Y todo ello con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen. Por consiguiente, tanto el objetivo como la descripción y las características técnicas de las diferentes fases de la investigación, que se presentan en los siguientes apartados, deben entenderse en este contexto tan ambicioso.

2.1. Objetivos

El objetivo fundamental de la investigación ha consistido en realizar un diagnóstico de la situación de las personas de 60 y más años en el municipio de Zamora, prestando atención también al análisis del contexto institucional y las redes familiares, sociales y comunitarias. Para ello, se ha utilizado una variedad de indicadores sociodemográficos y se ha empleado una metodología participativa, incluyendo tanto a las personas mayores de 60 y más años como a otros actores sociales relacionados con la vida cotidiana de dichas personas: familiares, cuidadores, asociaciones, profesionales y técnicos que gestionan proyectos o actividades para los mayores, etc.

Se trata, por tanto, de presentar una radiografía clara, útil y operativa de la situación de las personas mayores en múltiples ámbitos y dimensiones de la vida cotidiana en el municipio de Zamora, incluyendo además sugerencias y propuestas para la intervención social y comunitaria acordes con el diagnóstico realizado.

¹ La Red Mundial de la OMS de Ciudades y Comunidades Adaptadas a las Personas Mayores se estableció para fomentar el intercambio de experiencia y el aprendizaje mutuo entre ciudades y comunidades de todo el mundo. Mediante la Red, la OMS facilita una plataforma mundial para intercambiar información y apoyarse mutuamente, compartiendo experiencias. En el siguiente enlace puede obtenerse información específica:
https://www.who.int/ageing/projects/age_friendly_cities_network/es/

2.2. Metodología

Con el fin de conocer la realidad de las personas mayores en el municipio de Zamora se ha empleado una metodología tanto cuantitativa como cualitativa, desarrollada en varias fases:

- a) Análisis del contexto sociodemográfico.
- b) Análisis del contexto normativo e institucional.
- c) Cuestionario específico dirigido a las personas mayores.
- d) Grupos de discusión con personas mayores y con otros actores sociales vinculados con ellas.
- e) Foro sobre las personas mayores.

Así, en primer lugar, se ha realizado un **análisis del contexto sociodemográfico** a partir de un listado muy amplio de indicadores sobre la evolución de la población, el envejecimiento y las principales tendencias demográficas del municipio. Para ello, se ha efectuado una explotación estadística del Padrón Municipal de habitantes a fecha 1 de enero de 2018, considerando el sexo y los distintos grupos de edad (60-64, 65-69, 70-74, 75-79, 80 y más años), tanto a nivel general como por barrios (16) y distritos (5) del municipio². Este análisis se ha completado con una radiografía de la evolución demográfica de la capital desde el año 2000 hasta la actualidad, tomando como referencia también otros ámbitos territoriales: España, Castilla y León, Zamora (provincia) y las capitales, tanto del conjunto de España como de la región.

A continuación se ha realizado un **análisis del contexto institucional**, prestando atención a la normativa municipal sobre las personas mayores y a los aspectos relacionados con algunas dimensiones que se incluyen en los documentos básicos de la Red Mundial de Ciudades y Comunidades Adaptadas a las Personas Mayores: organización municipal, comisiones, programas específicos y participación en proyectos del Ayuntamiento con otras instituciones y entidades sociales (públicas y privadas), presupuestos, etc.

Esta información se ha completado con el estudio de las opiniones de las personas mayores sobre el municipio de Zamora y otros aspectos básicos de su vida cotidiana. Para ello, se ha implementado un **cuestionario específico** dirigido a las personas de 60 y más años, donde se ha consultado sobre las siguientes cuestiones:

² La fuente principal ha sido el Padrón Municipal de Habitantes del INE. Cuando se redacta este informe, los datos definitivos son a fecha 1 de enero de 2018.

- Espacios al aire libre y edificios.
- Transporte.
- Vivienda.
- Respeto e inclusión social.
- Participación social y comunitaria.
- Comunicación e información.
- Participación cívica y empleo.
- Servicios sociales y sanitarios.

Posteriormente, y desde una perspectiva más cualitativa, se han realizado **cuatro grupos de discusión**, con la participación de 27 personas que respondían a los perfiles previstos. Los debates giraron en torno a tres cuestiones complementarias: a) percepciones que sobre este colectivo tienen tanto las personas mayores de sí mismas como los familiares, cuidadores, profesionales y técnicos especializados en la atención directa o que están implicados en el diseño de planes, programas y proyectos para mayores; b) cooperación entre las familias, los profesionales y el resto de instituciones, entidades y asociaciones de mayores en aspectos relacionados con el envejecimiento; c) propuestas para mejorar la atención y el cuidado de las personas mayores. Los perfiles de los grupos de discusión se detallan en el siguiente cuadro:

Perfiles de los Grupos de Discusión	Grupos de Discusión
Personas mayores, según género, edad, características socioeconómicas y barrios de residencia.	2
Familiares y cuidadores de personas mayores, según características socioeconómicas y barrios de residencia.	1
Profesionales y técnicos relacionados con la atención directa y la gestión de planes, programas y proyectos dirigidos a personas mayores.	1

Finalmente se celebró un **Foro sobre las personas mayores**, con la participación de 39 personas. Algunas de las personas participantes ya habían colaborado en las fases anteriores del estudio. Además, y de manera intencionada, se buscó la participación de dirigentes de asociaciones de personas mayores que, por distintas circunstancias, no habían participado previamente. El Foro sirvió para adelantar y compartir los resultados de la investigación y escuchar (si las hubiera) nuevas propuestas, medidas y sugerencias para mejorar la calidad de vida y el bienestar de las personas mayores.

3. EL CONTEXTO SOCIODEMOGRÁFICO DE LAS PERSONAS MAYORES EN ZAMORA

En el municipio de Zamora están empadronadas, a fecha 1 de enero de 2018, 15.138 personas de 65 y más años (6.220 hombres y 8.918 mujeres), esto es, el 24,5% del conjunto de los efectivos demográficos de la capital³. Esta población, sin embargo, no se distribuye de manera homogénea por los distintos barrios y distritos de la ciudad, tal y como se explicará más adelante. Lo que interesa en estos momentos es contextualizar el mayor o menor peso del envejecimiento en la capital zamorana con respecto a otros territorios. Para ello, se han tomado como referencia España, Castilla y León, la provincia de Zamora y las capitales tanto de España como de la región castellano-leonesa (cuadro 1). De este análisis preliminar observamos que el peso de las personas mayores en la capital zamorana es inferior al del resto de la provincia (30,6%) y similar al del conjunto de capitales de la región (24,3%), superando en algo más de cuatro puntos la tasa de vejez de las capitales de provincia (20,2%) y en cinco puntos la del conjunto de España (19,1%). También hay que resaltar que, en todos los ámbitos territoriales que se han utilizado, las mujeres de 65 y más años son más numerosas que los hombres, cuestión que, por su relevancia cuantitativa, se ampliará en el apartado sobre la distribución de la población según sexo y edades.

Cuadro 1. Población de 65 y más años (hombres y mujeres) y tasas de vejez en España, Castilla y León y Zamora según provincias y capitales, 2018
(Totales y porcentajes)

	Hombres	Mujeres	Total	Tasa de vejez (%)
PROVINCIAS				
España	3.839.711	5.068.440	8.908.151	19,1
Castilla y León	266.154	337.685	603.839	25,1
Zamora	23.712	29.619	53.331	30,6
CAPITALES				
España	1.216.880	1.790.181	3.007.061	20,2
Castilla y León	103.207	147.900	251.107	24,3
Zamora	6.220	8.918	15.138	24,5

Tasa de vejez= Porcentaje de la población de 65 y más años sobre la población total.

Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (1 de enero de 2018). Elaboración propia.

³ Se han utilizado los datos definitivos de la población a fecha 1 de enero de 2018.

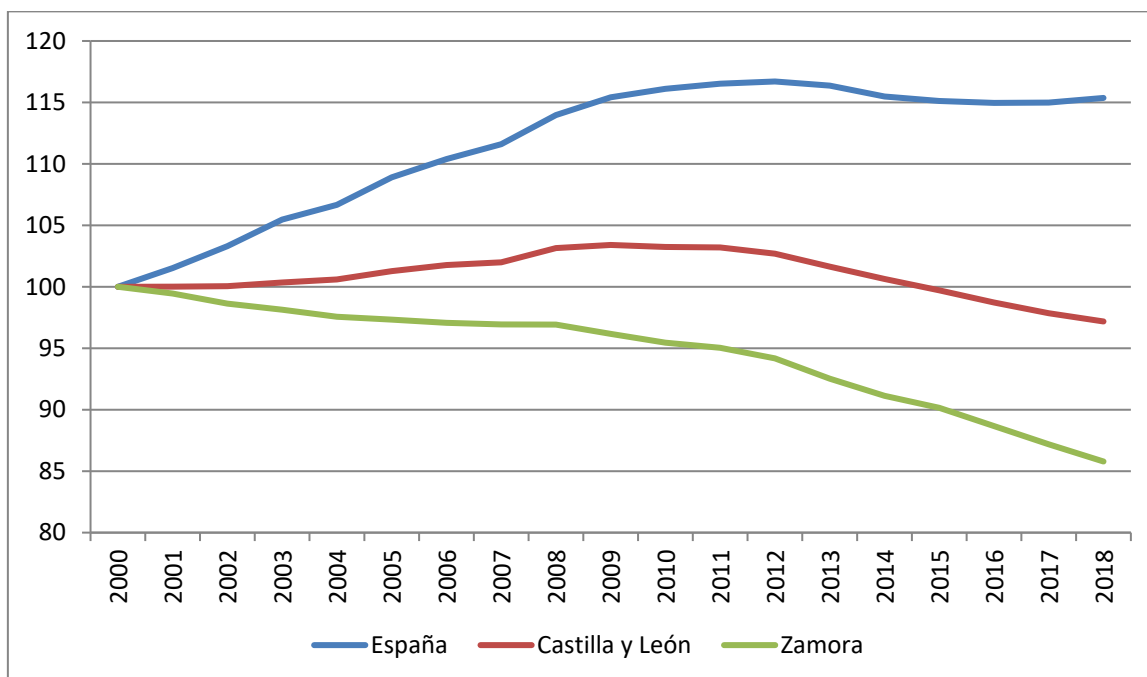
No obstante, para conocer con algo más de intensidad la situación de las personas mayores en el municipio de Zamora es imprescindible arrancar con un análisis muy básico de la evolución del contexto sociodemográfico, utilizando para ello una perspectiva temporal y espacial más amplia. De este modo podremos obtener una radiografía lo suficientemente clara y nítida de la dinámica de la población de Zamora, tanto de la capital como de la provincia. Por eso en este capítulo se realiza un análisis comparativo de la evolución demográfica desde el año 2000 hasta la actualidad, tomando como referencia también los ámbitos territoriales que ya se han indicado en el apartado anterior: España, Castilla y León y las capitales tanto del conjunto de España como de la región. Una vez expuestas estas cuestiones generales, en el resto de apartados se irán mostrando las principales tendencias demográficas de la estructura de la población de la capital, incorporando, siempre que sea posible, información detallada según barrios y distritos.

3.1. La población de Zamora en el contexto español y regional

Desde los inicios del siglo XXI hasta el 1 de enero de 2018 los efectivos demográficos en la provincia y en la capital de Zamora han decrecido un 14,2% y un 5,2%, respectivamente. Al compararse con la evolución demográfica de España y de Castilla y León, la radiografía resultante de Zamora no puede ser más negativa (gráficos 1 y 2). Así, mientras que la población de la comunidad también ha decrecido un 2,8%, en el conjunto de España se ha producido un incremento del 15%. La posición relativamente periférica de Zamora y de la región se observa también cuando se observa la evolución que han seguido durante estos años las capitales de España: mientras que a nivel nacional han crecido un 7%, el conjunto de las nueve capitales de la región (con tres excepciones: Ávila, Burgos y Soria) han visto descender sus efectivos un 0,6%. Por consiguiente, la distancia entre Zamora, Castilla y León y España, lejos de aminorarse, se ha incrementado durante estos años, con lo que, si se recuerda una célebre sentencia de Amando de Miguel y Félix Moral publicada en *La población castellana* (1984), en términos demográficos se puede decir que Castilla y León es una región en el centro que no es central⁴.

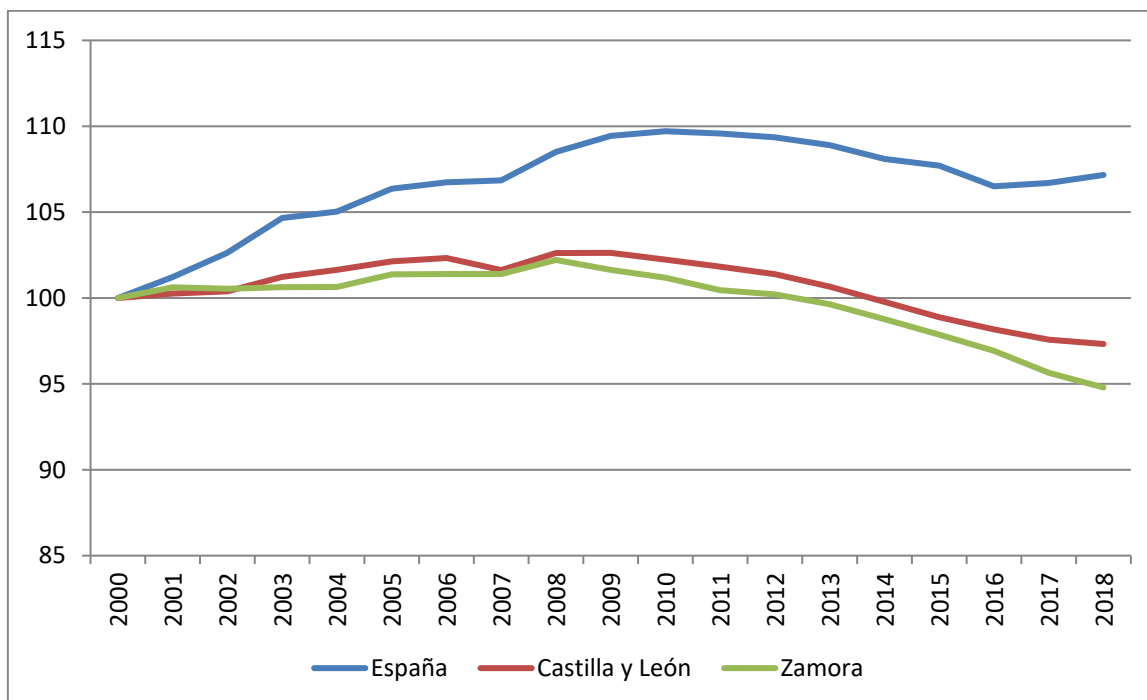
⁴ Amando de Miguel y Félix Moral reflejan en *La población castellana* (1984) que en los años cincuenta, sesenta y setenta del siglo XX el saldo migratorio de Castilla y León fue negativo, con 1.003.783 salidas más que entradas. Para una actualización de estos datos, véanse los estudios de Barrio Aliste (2008, 2009a, 2009b).

Gráfico 1. Evolución de la población de España, Castilla y León y provincia de Zamora, 2000-2018 (2000=100)



Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (varios años). Elaboración propia.

Gráfico 2. Evolución de la población de las capitales de España, Castilla y León y Zamora, 2000-2018 (2000=100)



Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (varios años). Elaboración propia.

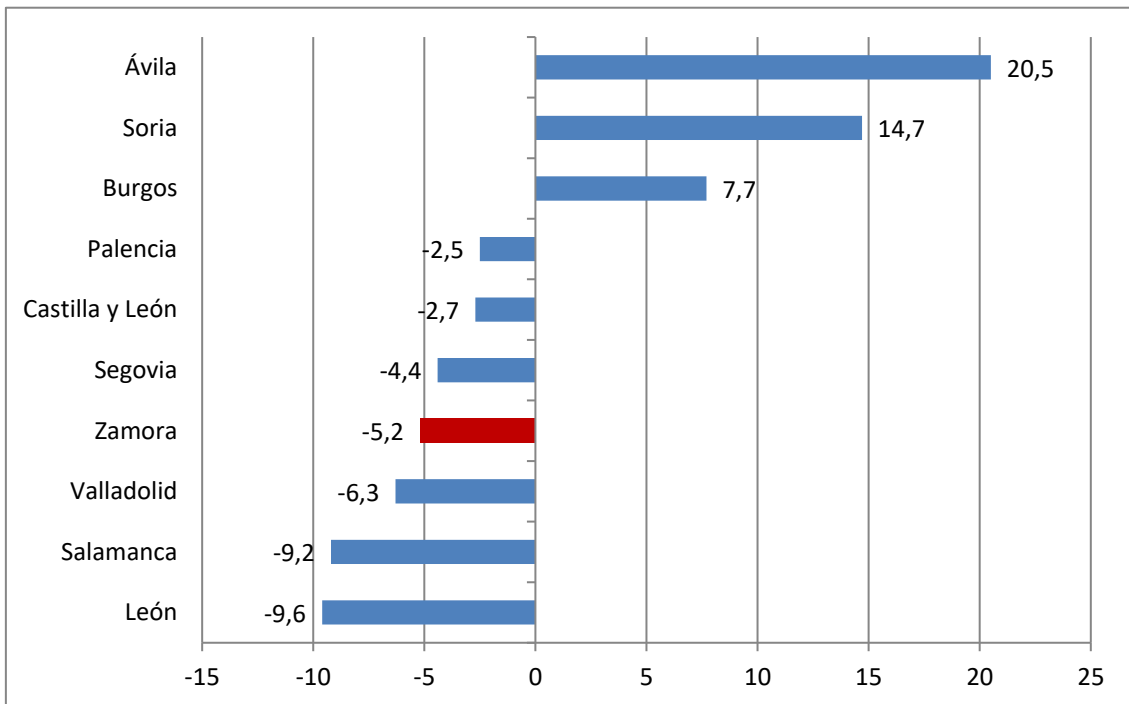
Desde los inicios del siglo XXI, el impacto de los componentes demográficos en la evolución de la población de Castilla y León y Zamora, tanto a nivel provincial como en las capitales, ha sido también muy desigual (cuadro 2). Aunque todas las provincias han tenido más defunciones que nacimientos, el retroceso vegetativo se ha concentrado especialmente en Zamora, León, Ávila, Palencia y Soria. En el caso de las capitales, seis han tenido más defunciones que nacimientos, entre ellas Zamora. Y con respecto al saldo migratorio, mientras que a nivel regional ha sido positivo, en solo dos provincias (Palencia y Zamora) los emigrantes han superado a los inmigrantes, frente al incremento migratorio del resto. Frente a esta situación, en el conjunto de las capitales el saldo migratorio ha sido negativo, con tres excepciones: Ávila, Burgos y Palencia. Por su relevancia, véanse los gráficos 3 y 4, donde se resume la evolución de la población, según componentes demográficos, en las capitales de provincia.

Cuadro 2. Evolución de la población en Castilla y León y Zamora (provincias y capitales) según componentes demográficos, 2000-2018 (Totales y porcentajes)

	Crecimiento total	%	Crecimiento vegetativo	%	Saldo migratorio	%
PROVINCIAS						
Ávila	-6.493	-3,9	-14.327	-8,7	7.834	4,7
Burgos	9.830	2,8	-12.485	-3,6	22.315	6,4
León	-38.409	-7,6	-45.684	-9,1	7.275	1,4
Palencia	-16.281	-9,1	-15.198	-8,5	-1.083	-0,6
Salamanca	-18.260	-5,2	-22.794	-6,5	4.534	1,3
Segovia	6.729	4,6	-6.063	-4,1	12.792	8,7
Soria	-2.311	-2,5	-7.685	-8,5	5.374	5,9
Valladolid	24.161	4,9	-3.053	-0,6	27.214	5,5
Zamora	-28.920	-14,2	-26.645	-13,1	-2.275	-1,1
Castilla y León	-69.954	-2,8	-153.934	-6,2	83.980	3,4
CAPITALES						
Ávila	9.814	20,5	1.766	3,7	8.048	16,8
Burgos	12.563	7,7	599	0,4	11.964	7,3
León	-13.234	-9,6	-7.267	-5,3	-5.967	-4,3
Palencia	-1.984	-2,5	-2.862	-3,6	878	1,1
Salamanca	-14.578	-9,2	-5.504	-3,5	-9.074	-5,7
Segovia	-2.351	-4,4	-1.040	-1,9	-1.311	-2,4
Soria	5.024	14,7	318	0,9	4.706	13,8
Valladolid	-20.263	-6,3	-5.772	-1,8	-14.491	-4,5
Zamora	-3.399	-5,2	-2578	-4,0	-821	-1,3
Castilla y León	-28.408	-2,7	-22340	-2,1	-6068	-0,6

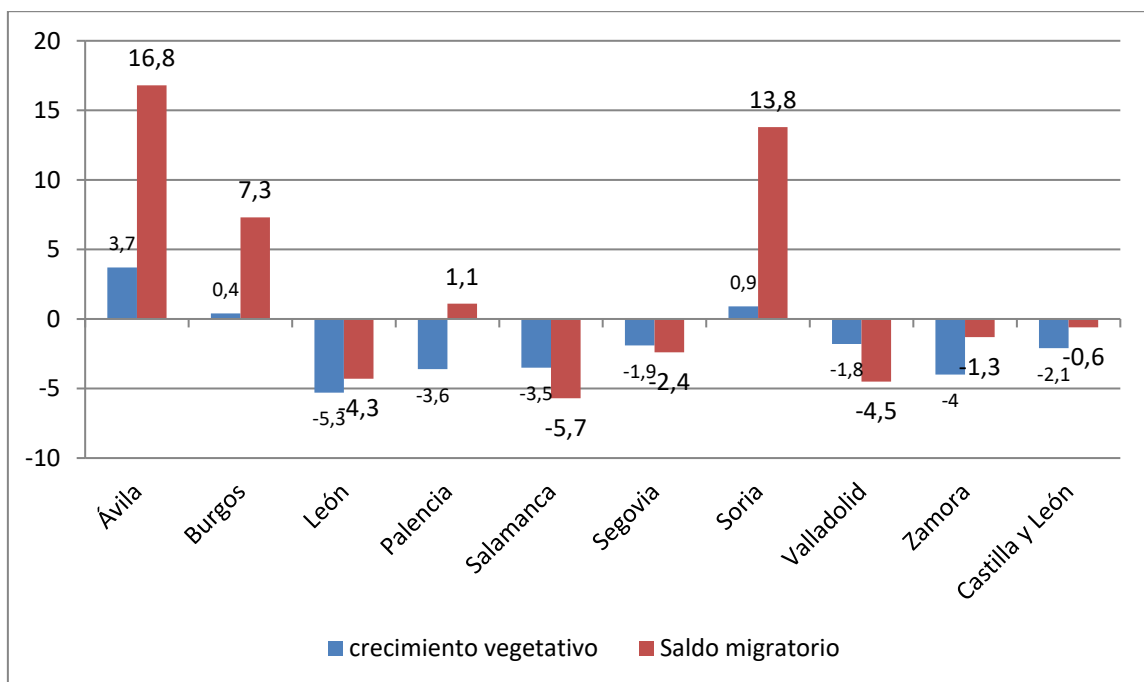
Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes y Movimiento Natural de la Población (varios años). Elaboración propia.

Gráfico 3. Castilla y León. Crecimiento de la población en las capitales de provincia, 2000-2018 (Porcentajes)



Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (varios años). Elaboración propia.

Gráfico 4. Castilla y León. Crecimiento de la población en las capitales de provincia según componentes demográficos, 2000-2018 (Porcentajes)



Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes y Movimiento Natural de la Población (varios años). Elaboración propia.

3.2. La población de Zamora según grupos de edad y sexo

Según los datos del Padrón municipal (a 1 de enero de 2018), el 46,5% de los residentes en el municipio de Zamora son hombres y el 53,5% son mujeres. Hasta los 15 años existe un relativo equilibrio entre los sexos, situación que se descompensa a medida que avanzan las edades, con una presencia más numerosa de las mujeres, especialmente entre las personas mayores; así, por ejemplo, en este grupo de edad, casi el 60% son mujeres, frente al 41% de hombres (cuadro 3). Por edades, el 11,9% de la población tiene menos de 15 años, el 63,6% se encuentra en el intervalo de 15 y 64 años y el 24,5% restante corresponde a los empadronados de 65 y más años. El envejecimiento, sin embargo, es más femenino (27%) que masculino (21,6%).

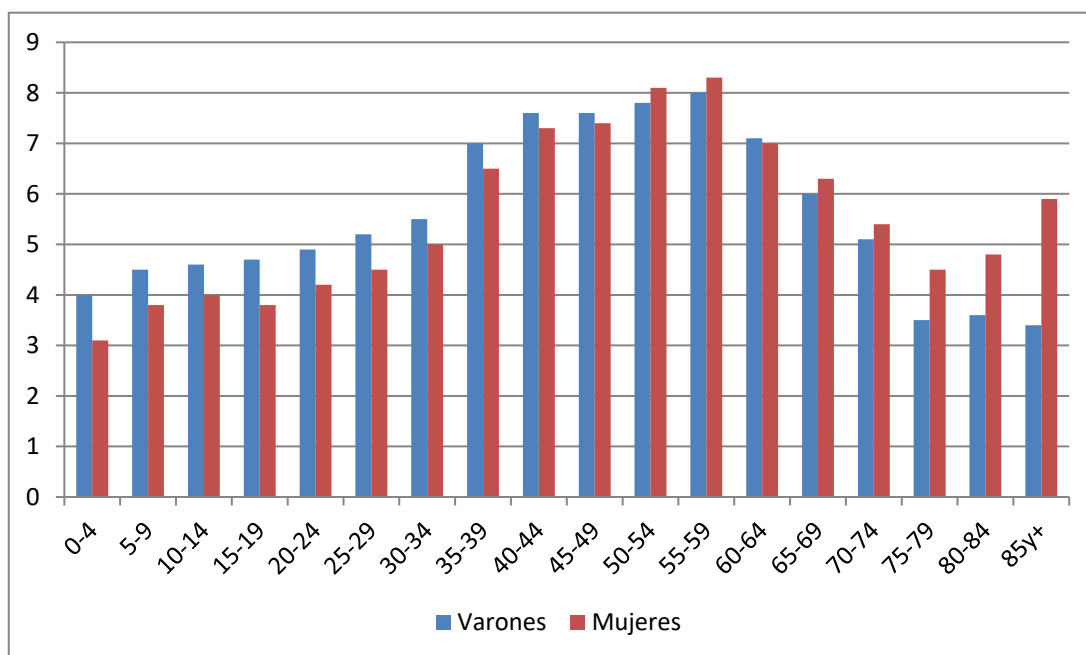
Cuadro 3. Distribución de la población en el municipio de Zamora según grupos de edad y sexo, 2018 (Totales y porcentajes)

	Hombres	%	Mujeres	%	TOTAL
Población 0-14 años	3.751	50,9	3.612	49,1	7.363
Población 15-64 años	18.788	47,8	20.538	52,2	39.326
Población 65 y más años	6.220	41,1	8.918	58,9	15.138
TOTAL	28.759	46,5	33.068	53,5	61.827
Población 0-14 años	13,0		10,9		11,9
Población 15-64 años	65,3		62,1		63,6
Población 65 y más años	21,6		27,0		24,5
TOTAL	100,0		100,0		100,0

Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (1 de enero de 2018). Elaboración propia.

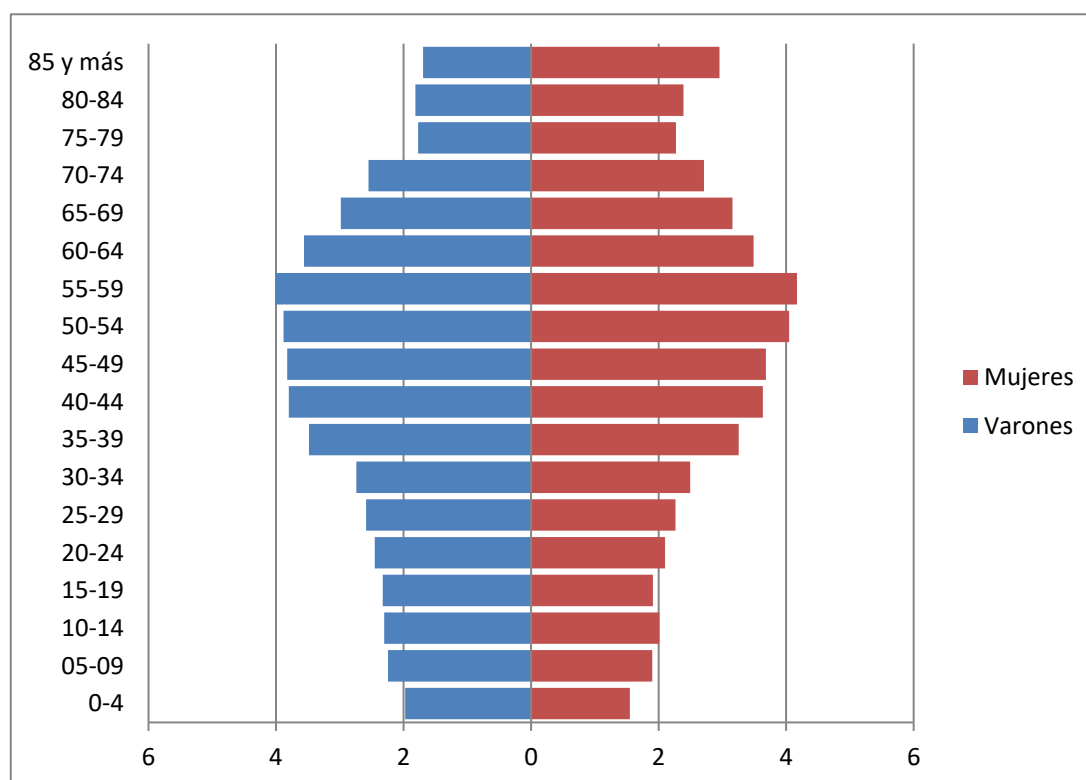
Por tanto, el análisis inicial de la estructura de la población por grupos de edad y sexo revela varias características que definen la situación actual de la ciudad y, de manera particular, el porvenir demográfico de algunos barrios y distritos. Nos referimos a la feminización en las edades más longevas (a partir de los 50 años) y al envejecimiento, sobre todo femenino, de la población. En los gráficos 5 y 6 se pueden visualizar nítidamente los impactos de estos procesos en la estructura de edades de la población de Zamora.

Gráfico 5. Distribución de la población de Zamora por grupos de edad y sexo, 2018
(Porcentajes)



Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (1 de enero de 2018). Elaboración propia.

Gráfico 6. Pirámide de población de Zamora, 2018

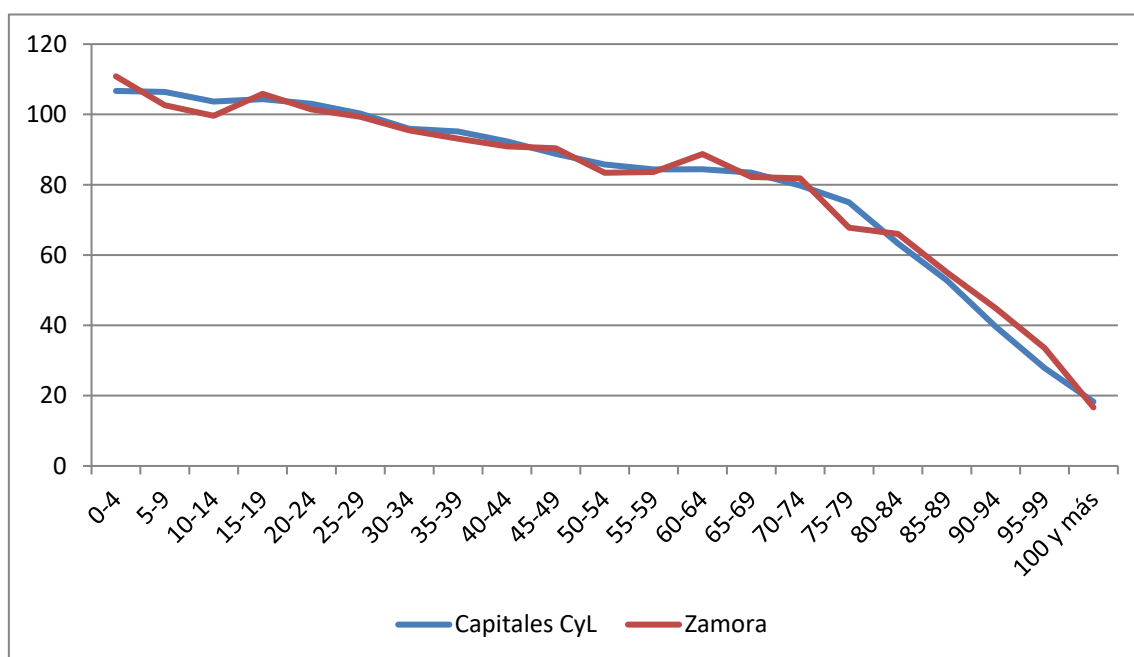


Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (1 de enero de 2018). Elaboración propia.

3.3. Masculinización y feminización de la población de Zamora

Ya se ha visto que la distribución de la población es muy desigual cuando se analiza el peso de cada grupo de edad sobre el total de la población, situación que lógicamente tiene su reflejo en los índices de masculinidad (hombres por cada 100 mujeres) según grupos de edad. Para contrastar esta realidad, se ha optado por comparar de nuevo la realidad específica del municipio de Zamora con la del conjunto de capitales de Castilla y León (gráfico 7). Pues bien, en 2018 la masculinización solo es ligeramente superior hasta los 20-24 años. A partir de esas edades, tanto en Zamora como en el resto de capitales de la comunidad, el peso de los varones con respecto a las mujeres desciende progresivamente, siendo sobre todo mucho más pronunciado a partir de los 70-74 años. Así, en este grupo de edad encontramos 80 hombres por cada 100 mujeres. Y a partir de los 85-90 años apenas encontramos 60 hombres por cada 100 mujeres de la misma edad. Por consiguiente, la feminización (más mujeres que hombres) es la situación dominante en el municipio de Zamora y en el resto de capitales de la región, siendo mucho más intensa en la población octogenaria como consecuencia, sobre todo, de la mayor esperanza de vida de las mujeres.

Gráfico 7. Índices de masculinidad en Zamora y capitales de Castilla y León según grupos de edad, 2018 (Hombres por 100 mujeres de cada grupo de edad)



Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (1 enero 2018). Elaboración propia.

3.4. La distribución de la población de Zamora según barrios y distritos

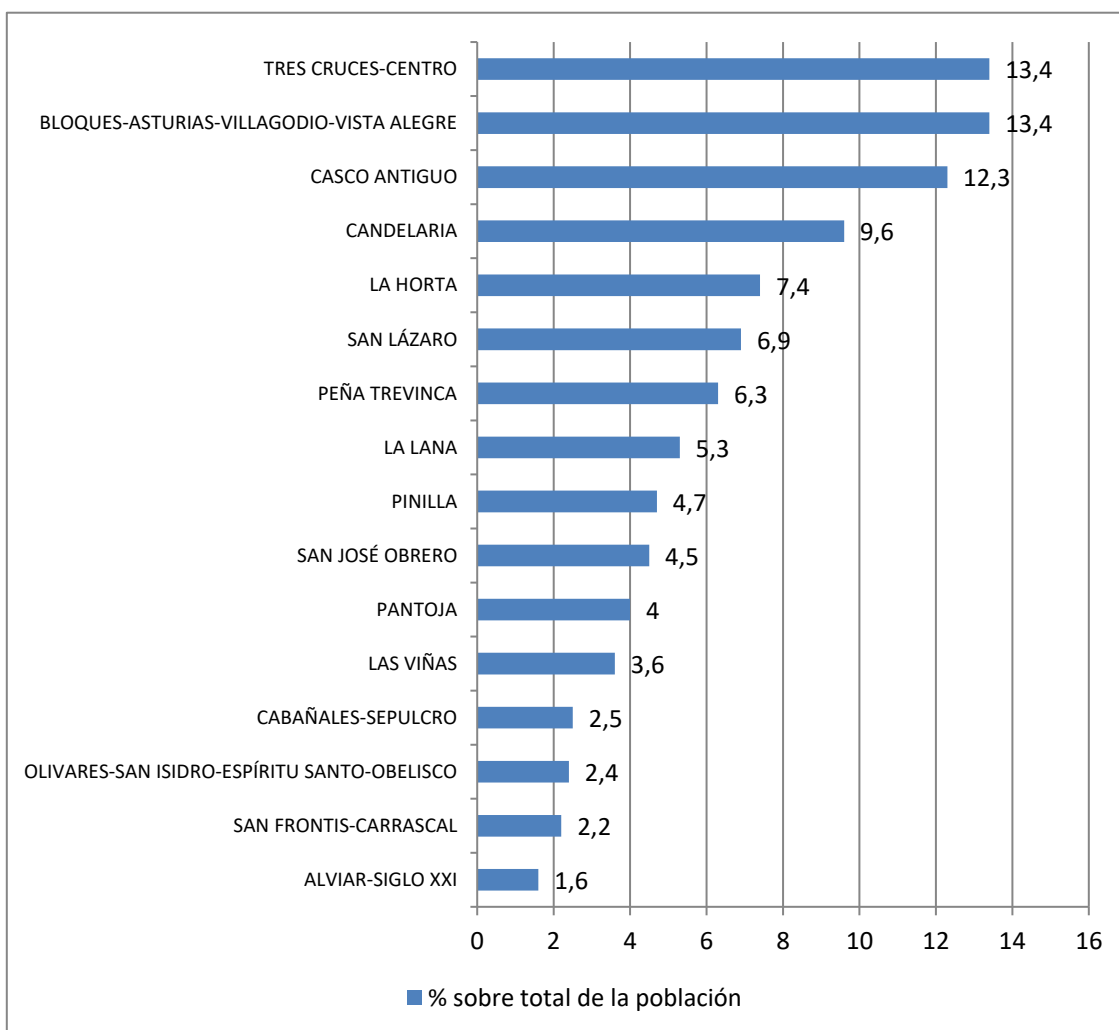
La distribución de la población empadronada en el municipio de Zamora según barrios y distritos se muestra en el cuadro 4. Queda patente que son sobre todo tres barrios los que concentran el mayor porcentaje de población: Bloques-Barriada de Asturias-Villagodio-Vista Alegre, Tres Cruces-Centro y Casco Antiguo, donde residen aproximadamente el 40 por ciento de los recursos humanos de la ciudad.

Cuadro 4. Población según sexo en BARRIOS y DISTRITOS de Zamora y porcentajes de cada ámbito con respecto al total de la población de Zamora, 2018

	Hombres	%	Mujeres	%	Total	%
BARRIOS						
ALVIAR-SIGLO XXI	510	1,8	467	1,4	977	1,6
BLOQUES-ASTURIAS-VILLAGODIO-VISTA ALEGRE	3.842	13,4	4.430	13,4	8.272	13,4
CABAÑALES-SEPULCRO	760	2,6	805	2,4	1.565	2,5
CANDELARIA	2.733	9,5	3.200	9,7	5.933	9,6
CASCO ANTIGUO	3.475	12,1	4.156	12,6	7.631	12,3
LA HORTA	2.117	7,4	2.433	7,4	4.550	7,4
LA LANA	1.528	5,3	1.725	5,2	3.253	5,3
LAS VIÑAS	1.016	3,5	1.208	3,7	2.224	3,6
OLIVARES-SAN ISIDRO-ESPÍRITU SANTO-OBELISCO	723	2,5	745	2,3	1.468	2,4
PANTOJA	1.118	3,9	1.347	4,1	2.465	4,0
PEÑA TREVINCA	1.820	6,3	2.082	6,3	3.902	6,3
PINILLA	1.419	4,9	1.456	4,4	2.875	4,7
SAN FRONTIS-CARRASCAL	710	2,5	651	2,0	1.361	2,2
SAN JOSÉ OBRERO	1.355	4,7	1.446	4,4	2.801	4,5
SAN LÁZARO	1.980	6,9	2.278	6,9	4.258	6,9
TRES CRUCES-CENTRO	3.653	12,7	4.639	14,0	8.292	13,4
DISTRITOS						
1	8.355	29,1	10.060	30,4	18.415	29,8
2	8.844	30,8	10.406	31,5	19.250	31,1
3	2.889	10,0	2.912	8,8	5.801	9,4
4	3.006	10,5	3.417	10,3	6.423	10,4
5	5.665	19,7	6.273	19,0	11.938	19,3
ZAMORA	28.759	100,0	33.068	100,0	61.827	100,0

Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (1 de enero de 2018). Elaboración propia.

Gráfico 8. Población en BARRIOS de Zamora con respecto al total de la población de Zamora, 2018 (Porcentajes)



Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (1 de enero de 2018). Elaboración propia.

Por su parte, la distribución de la población de 60 y más años según grupos específicos de edad, barrios y distritos en el municipio de Zamora se refleja en el cuadro 5. De nuevo queda patente que son sobre todo los tres barrios que ya se han comentado (Bloques-Barrada de Asturias-Villagodio-Vista Alegre, Tres Cruces-Centro y Casco Antiguo) y, en este caso, La Candelaria quienes concentran el mayor volumen de personas con 60 y más años. En cada uno de esos barrios residen más de 2.000 personas con dichas edades, a mucha distancia del resto de barrios de la ciudad. Igualmente, en los distritos 1 y 2 están empadronadas aproximadamente 13.500 personas de 60 y más años, esto es, casi el 70% de las casi 19.500 empadronadas en Zamora.

Cuadro 5. Zamora. Población de 60 y más años según edades en BARRIOS y DISTRITOS, 2018

	60-64	65-69	70-74	75-80	80-84	85 y más	Total 60 y más
BARRIOS							
ALVIAR-SIGLO XXI	56	33	31	30	32	38	220
BLOQUES-ASTURIAS-VILLAGODIO-VISTA ALEGRE	571	490	451	381	389	465	2.747
CABAÑALES-SEPULCRO	68	51	58	26	24	48	275
CANDELARIA	483	448	379	251	264	273	2.098
CASCO ANTIGUO	532	463	410	318	324	436	2.483
LA HORTA	297	245	199	178	169	178	1.266
LA LANA	288	250	186	134	149	153	1.160
LAS VIÑAS	198	128	144	109	98	120	797
OLIVARES-SAN ISIDRO-ESPÍRITU SANTO-OBELISCO	112	118	67	51	53	52	453
PANTOJA	192	181	155	116	130	119	893
PEÑA TREVINCA	274	185	118	80	77	56	790
PINILLA	112	120	87	86	111	76	592
SAN FRONTIS-CARRASCAL	62	49	57	38	32	37	275
SAN JOSÉ OBRERO	165	144	121	96	100	94	720
SAN LÁZARO	275	228	197	172	203	181	1.256
TRES CRUCES-CENTRO	671	672	600	456	468	602	3.469
DISTRITOS							
1	1.426	1.310	1.166	880	908	1.080	6.770
2	1.480	1.299	1.117	894	895	1.056	6.741
3	242	220	202	150	167	161	1.142
4	438	386	308	220	241	262	1.855
5	770	590	467	378	412	369	2.986
ZAMORA	4.356	3.805	3.260	2.522	2.623	2.928	19.494

Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (1 de enero de 2018). Elaboración propia.

Por su especial relevancia, en el cuadro 6 se muestra la población de 60 y más años según grupos de edad en los diferentes barrios y distritos de la ciudad, teniendo en cuenta, en este caso, el peso relativo que representa cada grupo específico de edad en cada ámbito con respecto al total de la población de esas edades en el municipio de Zamora. Aunque los resultados son similares a lo que ya se indicó, no obstante, conviene retener esta radiografía para saber exactamente en qué ámbitos territoriales se presenta la mayor o menor concentración de personas mayores con vistas, llegado el caso, a la planificación de servicios públicos específicos para este colectivo.

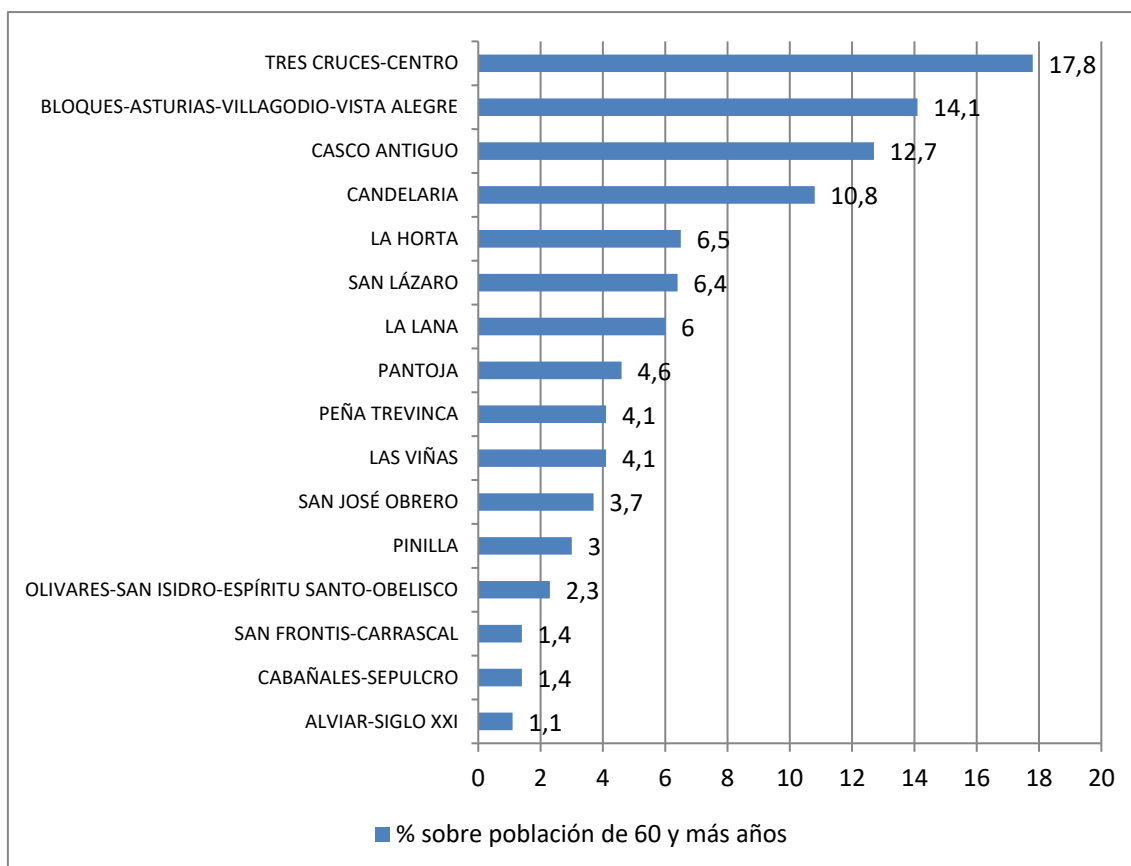
Cuadro 6. Zamora. Población de 60 y más años según edades en BARRIOS y DISTRITOS con respecto al total de la población en cada grupo de edad, 2018 (Porcentajes)

	60-64	65-69	70-74	75-80	80-84	85 y más	Total 60 y más
BARRIOS							
ALVIAR-SIGLO XXI	1,3	0,9	1,0	1,2	1,2	1,3	1,1
BLOQUES-ASTURIAS-VILLAGODIO-VISTA ALEGRE	13,1	12,9	13,8	15,1	14,8	15,9	14,1
CABAÑALES-SEPULCRO	1,6	1,3	1,8	1,0	0,9	1,6	1,4
CANDELARIA	11,1	11,8	11,6	10,0	10,1	9,3	10,8
CASCO ANTIGUO	12,2	12,2	12,6	12,6	12,4	14,9	12,7
LA HORTA	6,8	6,4	6,1	7,1	6,4	6,1	6,5
LA LANA	6,6	6,6	5,7	5,3	5,7	5,2	6,0
LAS VIÑAS	4,5	3,4	4,4	4,3	3,7	4,1	4,1
OLIVARES-SAN ISIDRO-ESPÍRITU SANTO-OBELISCO	2,6	3,1	2,1	2,0	2,0	1,8	2,3
PANTOJA	4,4	4,8	4,8	4,6	5,0	4,1	4,6
PEÑA TREVINCA	6,3	4,9	3,6	3,2	2,9	1,9	4,1
PINILLA	2,6	3,2	2,7	3,4	4,2	2,6	3,0
SAN FRONTIS-CARRASCAL	1,4	1,3	1,7	1,5	1,2	1,3	1,4
SAN JOSÉ OBRERO	3,8	3,8	3,7	3,8	3,8	3,2	3,7
SAN LÁZARO	6,3	6,0	6,0	6,8	7,7	6,2	6,4
TRES CRUCES-CENTRO	15,4	17,7	18,4	18,1	17,8	20,6	17,8
DISTRITOS							
1	32,7	34,4	35,8	34,9	34,6	36,9	34,7
2	34,0	34,1	34,3	35,4	34,1	36,1	34,6
3	5,6	5,8	6,2	5,9	6,4	5,5	5,9
4	10,1	10,1	9,4	8,7	9,2	8,9	9,5
5	17,7	15,5	14,3	15,0	15,7	12,6	15,3
ZAMORA	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (1 de enero de 2018). Elaboración propia.

La representación de la distribución de las personas de 60 y más años en el municipio de Zamora se puede observar con suficiente claridad en el gráfico 9. Se constata el mayor o menor peso que, en este caso, tienen los diferentes barrios de la ciudad y, como ya se ha dicho, la necesidad de considerar esta radiografía a efectos de planificación de servicios públicos dirigidos a este colectivo de población.

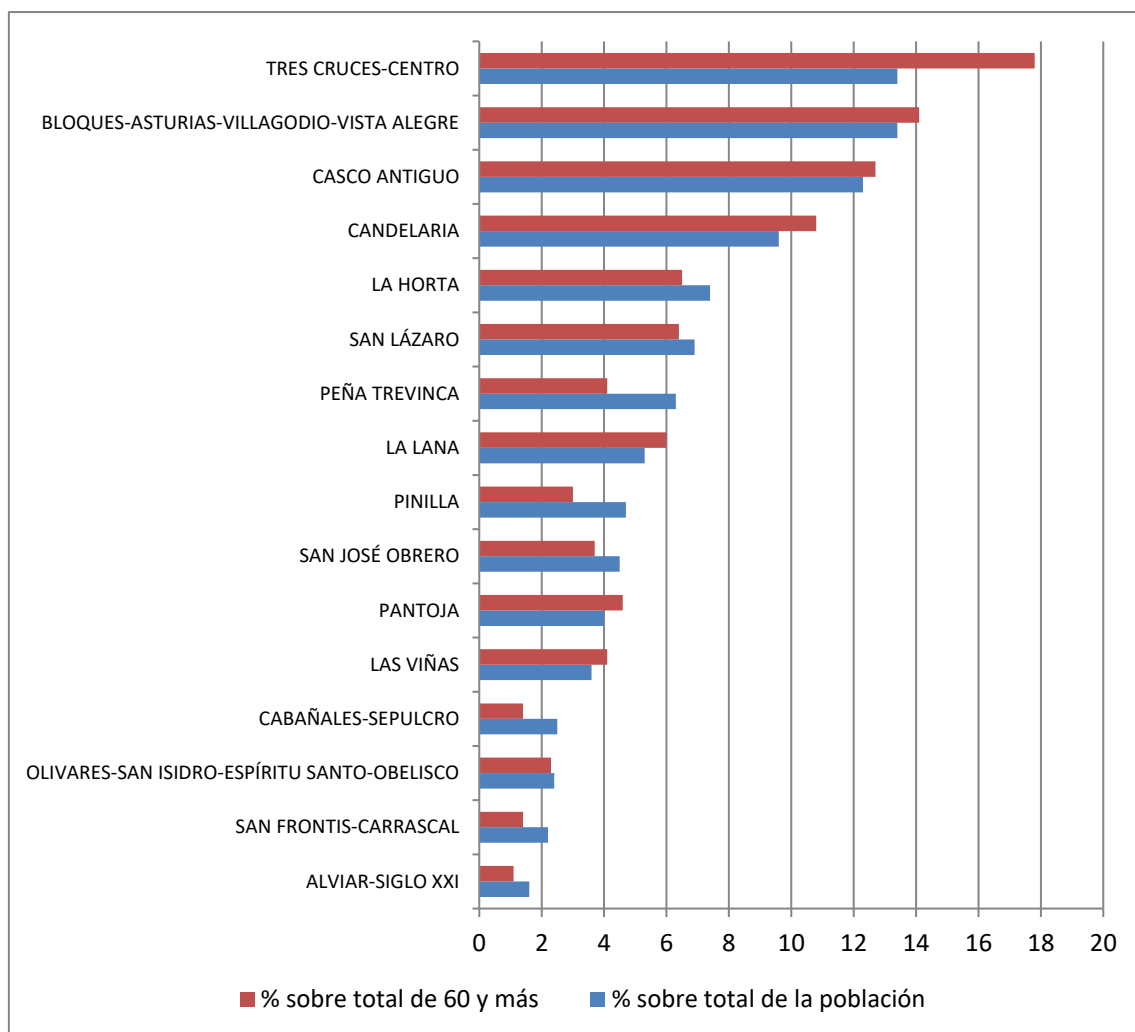
Gráfico 9. Población de 60 y más años en BARRIOS de Zamora con respecto al total de la población de 60 y más años de Zamora, 2018 (Porcentajes)



Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (1 de enero de 2018). Elaboración propia.

No obstante, es muy importante mostrar que hay barrios en el municipio de Zamora que, por el efecto de su estructura reciente en el asentamiento de la población, destacan por tener una menor presencia de personas mayores, siempre en términos porcentuales, que la que realmente le correspondería según su peso específico con respecto al conjunto de la población que reside en el mismo ámbito. Así, en el gráfico 10 se puede observar con bastante nitidez que son sobre todo los barrios de Alviar-Siglo XXI, San Frontis-Carrascal, Cabañales-Sepulcro, Pinilla, San José Obrero, Peña Trevinca, San Lázaro y La Horta donde encontramos un menor número de personas de 60 y más años, atendiendo, como ya se ha dicho, al peso demográfico que cada uno de esos barrios tiene en el conjunto de la población empadronada en la ciudad. El efecto contrario se observa en siete barrios: Tres Cruces-Centro, Bloques-Barriada de Asturias-Villagodio-Vista Alegre, Casco Antiguo, Candelaria, La Lana, Pantoja y Las Viñas.

Gráfico 10. Concentración de la población total y de la población de 60 y más años en los BARRIOS de Zamora, 2018 (Porcentajes)



Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (1 de enero de 2018). Elaboración propia.

Finalmente, en el cuadro 7 se presenta una información clave: la distribución de la población de 60 y más años, según los grupos específicos de edad que se vienen considerando, con respecto al total de la población empadronada en cada ámbito (barrios y distritos). Aquí se observa con suficiente claridad en qué ámbitos se concentran las mayores tasas de vejez. Así, por ejemplo, si para el conjunto de la ciudad casi una de cada tres personas empadronadas tiene 60 y más años (concretamente, el 31,5%), no obstante, el envejecimiento es mucho más visible en siete de los 16 barrios: Tres Cruces-Centro (con un altísimo 41,8%), Pantoja, Las Viñas, La Lana, Candelaria, Bloques-Barriada de Asturias-Villagodio-Vista Alegre y Casco Antiguo, todos ellos con unos porcentajes que superan el promedio de la

ciudad. Una situación similar se observa en los distritos 1 y 2, con unos porcentajes de personas de 60 y más años que superan el 35% del conjunto de personas empadronadas en Zamora. Por el contrario, cuatro barrios de la ciudad tienen unas tasas de vejez inferiores al 21% (Cabañales-Sepulcro, Peña Trevinca, San Frontis-Carrascal y Pinilla), al igual que el distrito 3, que se corresponde con los barrios localizados al otro lado del río Duero, donde solo se registra un 19,7% de personas de 60 y más años.

Cuadro 7. Zamora. Población según edades en BARRIOS y DISTRITOS con respecto al total de la población de cada ámbito, 2018 (Porcentajes)

	60-64	65-69	70-74	75-80	80-84	85 y más	Total 60 y más
BARRIOS							
ALVIAR-SIGLO XXI	5,7	3,4	3,2	3,1	3,3	3,9	22,5
BLOQUES-ASTURIAS-VILLAGODIO-VISTA ALEGRE	6,9	5,9	5,5	4,6	4,7	5,6	33,2
CABAÑALES-SEPULCRO	4,3	3,3	3,7	1,7	1,5	3,1	17,6
CANDELARIA	8,1	7,6	6,4	4,2	4,4	4,6	35,4
CASCO ANTIGUO	7,0	6,1	5,4	4,2	4,2	5,7	32,5
LA HORTA	6,5	5,4	4,4	3,9	3,7	3,9	27,8
LA LANA	8,9	7,7	5,7	4,1	4,6	4,7	35,7
LAS VIÑAS	8,9	5,8	6,5	4,9	4,4	5,4	35,8
OLIVARES-SAN ISIDRO-ESPÍRITU SANTO-OBELISCO	7,6	8,0	4,6	3,5	3,6	3,5	30,9
PANTOJA	7,8	7,3	6,3	4,7	5,3	4,8	36,2
PEÑA TREVINCA	7,0	4,7	3,0	2,1	2,0	1,4	20,2
PINILLA	3,9	4,2	3,0	3,0	3,9	2,6	20,6
SAN FRONTIS-CARRASCAL	4,6	3,6	4,2	2,8	2,4	2,7	20,2
SAN JOSÉ OBRERO	5,9	5,1	4,3	3,4	3,6	3,4	25,7
SAN LÁZARO	6,5	5,4	4,6	4,0	4,8	4,3	29,5
TRES CRUCES-CENTRO	8,1	8,1	7,2	5,5	5,6	7,3	41,8
DISTRITOS							
1	7,7	7,1	6,3	4,8	4,9	5,9	36,8
2	7,7	6,7	5,8	4,6	4,6	5,5	35,0
3	4,2	3,8	3,5	2,6	2,9	2,8	19,7
4	6,8	6,0	4,8	3,4	3,8	4,1	28,9
5	6,4	4,9	3,9	3,2	3,5	3,1	25,0
ZAMORA	7,0	6,2	5,3	4,1	4,2	4,7	31,5

Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (1 de enero de 2018). Elaboración propia.

3.5. Tendencias demográficas y envejecimiento de la población de Zamora en el contexto regional

Como puede suponerse, los indicadores que reflejan las tendencias demográficas y el envejecimiento de la población en el municipio de Zamora adquieren mayor o menor significación cuando se comparan con otros territorios de la región. En esta ocasión se ha optado de nuevo por conocer y cotejar la situación específica de cada una de las capitales de Castilla y León. En el cuadro 8 y en las figuras sucesivas del gráfico 11 se resumen los indicadores básicos que reflejan no solo los indicadores que miden el envejecimiento de la población sino algunos muy significativos que sirven para constatar o anticipar algunas tendencias demográficas. Las conclusiones más significativas que se pueden extraer son las siguientes:

- El **índice de tendencia demográfica** (población de 0-4 años en relación a la población de 5-9 años) es ligeramente inferior en la ciudad de Zamora que en la región, una situación que es compartida con Ávila y Valladolid.
- En el **coeficiente de sustitución laboral**, que muestra la relación entre los grupos de 20-29 años y los de 55-64 años, Zamora vuelve a obtener unos valores inferiores que el conjunto de capitales de Castilla y León, colocándose en una posición muy similar a Palencia, Valladolid y León.
- El **índice de dependencia**, que mide la relación entre la población de 0 a 15 años y de 65 y más años sobre la población de 16 y 64 años, registra en Zamora unos valores ligeramente por debajo de la media del resto de capitales de la comunidad, siendo superada por los índices de Salamanca, León y Valladolid.
- Las **tasas de juventud** (población de 0 a 15 años sobre la población total) más bajas se observan en Valladolid, Salamanca, Zamora y León (todas ellas con el 12%); no obstante, las diferencias entre las nueve capitales de la región son poco pronunciadas.
- Las **tasas de vejez** (en este caso, población de 65 y más años con respecto al total de la población) más elevadas se concentran en Salamanca, León, Valladolid y Zamora, con valores ligeramente superiores que el promedio de capitales de la región.

- La **tasa de reemplazo**, que mide la relación entre la tasa de juventud y la tasa de vejez, es inferior en la capital zamorana que en el conjunto de capitales de Castilla y León, aunque ligeramente superior a la registrada en las ciudades de Valladolid, Salamanca y León.
- Los **índices de envejecimiento** (personas de 65 y más años por 100 residentes de menos de 16 años) son, en consecuencia, más pronunciados en Zamora que en el conjunto regional, aunque de nuevo hay que resaltar que los valores de León, Salamanca y Valladolid superan a Zamora.
- Los **índices de sobre-envejecimiento**, aunque también siguen tendencias semejantes en las distintas capitales de la región, no obstante, son algo más elevados en Soria, León, Segovia, Salamanca y Zamora, donde aproximadamente cuatro de cada diez personas de 65 y más años son octogenarias.

Cuadro 8. Capitales de Castilla y León. Tendencias demográficas, 2018

	Índice de tendencia demográfica	Coefficiente de sustitución laboral	Índice de dependencia	Tasa de juventud	Tasa de vejez	Tasa de reemplazo	Índice de envejecimiento	Índice de sobre-envejecimiento
Ávila	85	78	52	14,9	19,5	76	131	35
Burgos	86	69	56	14,2	21,7	65	153	34
León	90	59	62	11,7	26,6	44	227	38
Palencia	91	60	56	12,7	23,1	55	182	34
Salamanca	88	65	64	12,1	26,9	45	223	38
Segovia	87	78	55	12,8	22,8	56	178	38
Soria	89	78	54	14,6	20,6	71	142	41
Valladolid	84	60	61	12,2	25,6	48	210	30
Zamora	85	61	57	11,9	24,5	49	206	37
Capitales CyL	86	65	59	12,7	24,3	52	191	35

Índice de tendencia demográfica= Porcentaje de la población de 0 a 4 años sobre la población de 5 a 9 años

Coefficiente de sustitución laboral= Porcentaje de la población de 20 a 29 años sobre la población de 55 y 64 años.

Índice de dependencia= Porcentaje de población de 0 a 15 años y de 65 y más años sobre población de 16 a 64 años.

Tasa de juventud= Porcentaje de la población de 0 a 15 años sobre la población total.

Tasa de vejez= Porcentaje de la población de 65 y más años sobre la población total.

Tasa de reemplazo= Porcentaje de la población de 0 a 15 años sobre la población de 65 y más años.

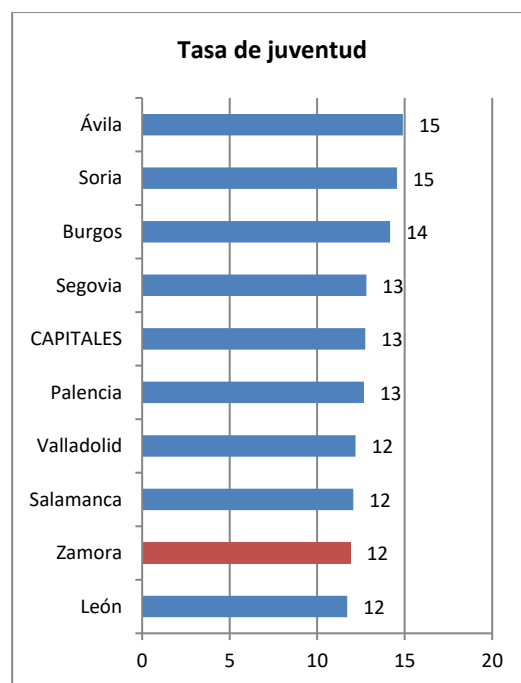
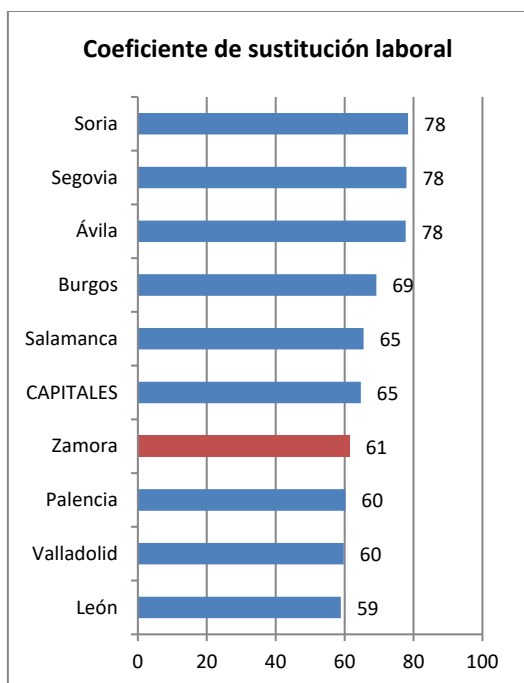
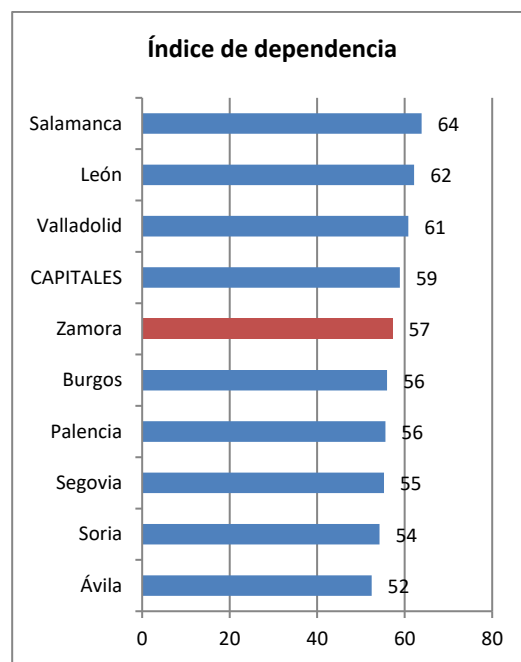
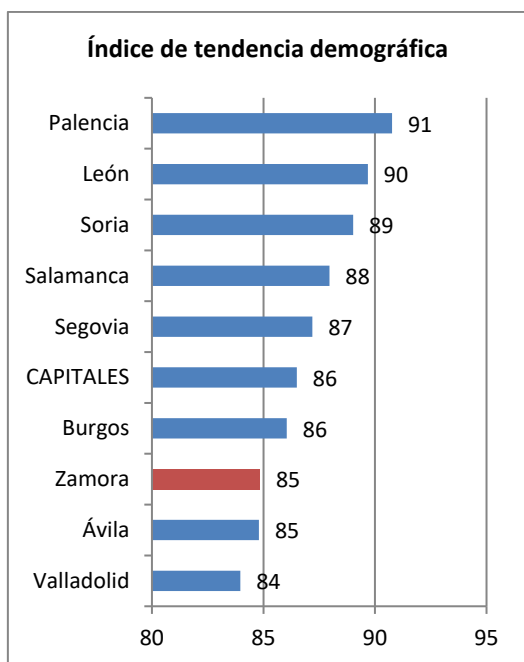
Índice de envejecimiento= Porcentaje de la población de 65 y más años sobre la población de 0 a 15 años.

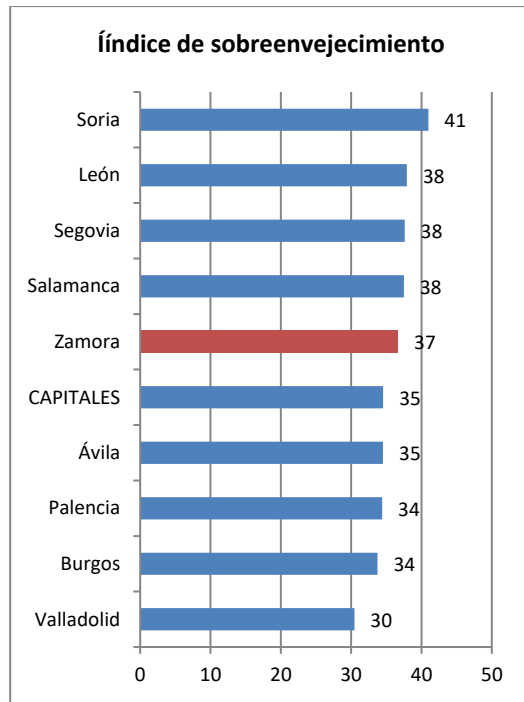
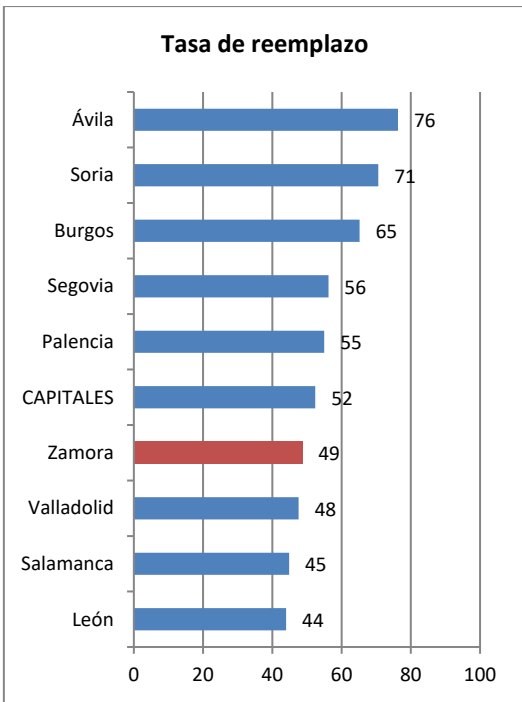
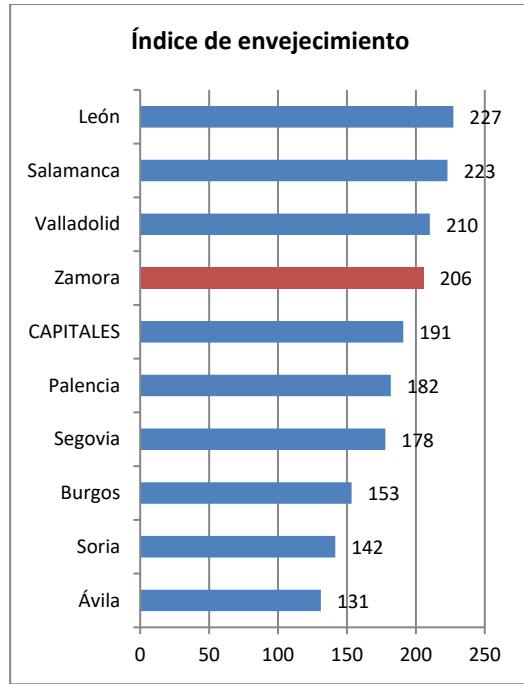
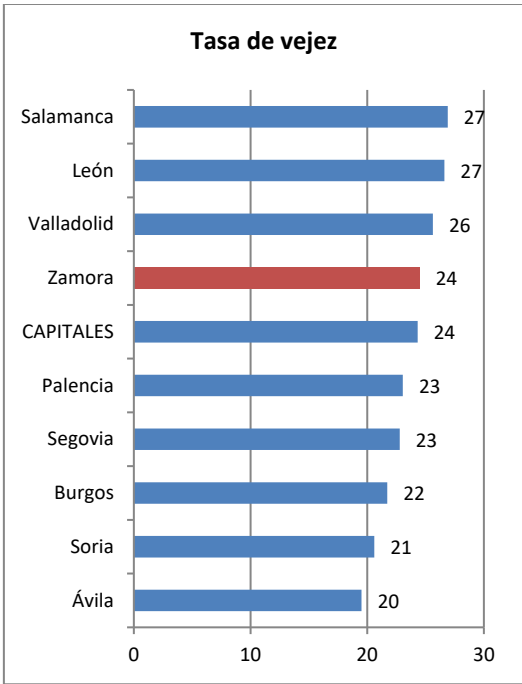
Índice de sobre-envejecimiento= Porcentaje de la población de 80 y más años sobre la población de 65 y más años.

Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (1 de enero de 2018). Elaboración propia.

Gráfico 11. Capitales de Castilla y León. Tendencias demográficas, 2018

(Ordenadas de mayor a menor puntuación en cada indicador en 2018)





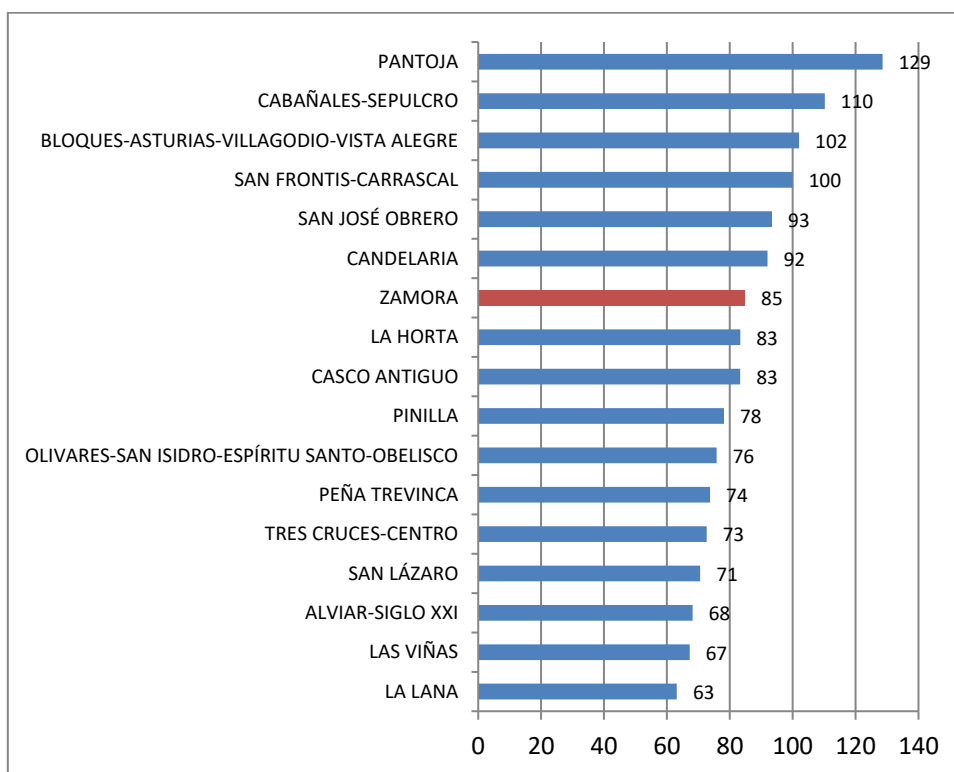
3.6. Tendencias demográficas y envejecimiento de la población de Zamora según barrios y distritos

Las tendencias demográficas y los indicadores específicos de envejecimiento en el municipio de Zamora que se han adelantado en el apartado anterior se presentan ahora para cada uno de los barrios de la ciudad (gráficos 12-19). Por consiguiente, la radiografía que se obtiene con esta exposición es muy precisa, pudiéndose identificar qué barrios puntúan o alcanzan los valores más altos o más bajos en cada uno de los indicadores que se han utilizado, las distancias entre los diferentes barrios, los cambios que se producen al comparar unos u otros indicadores, etc. Dado que la casuística es muy amplia, se recomienda una lectura pausada, tomando como referencia, por ejemplo, el promedio de la capital en cada uno de los indicadores y observando, a continuación, qué barrios superan o no alcanzan los valores medios. No obstante, de la amplia información que se presenta, destacamos las siguientes cuestiones más significativas⁵:

- En el **índice de tendencia demográfica** destaca sobremanera Pantoja, frente a La Lana, Las Viñas o Alviar-Siglo XXI.
- En el **coeficiente de sustitución laboral** es relevante la posición que ocupan Cabañales-Sepulcro y Pinilla.
- En el **índice dependencia** los valores más altos de la capital se concentran sobre todo en Tres Cruces-Centro.
- Con respecto a la **tasa de juventud**, los barrios de la zona sur de la ciudad obtienen los valores más elevados.
- Las **tasas de vejez** son más pronunciadas en Tres Cruces-Centro, frente a los valores más bajos de Peña Trevinca o Cabañales-Sepulcro. Las diferencias entre estos barrios es de más de 21 puntos.
- La **tasa de reemplazo** es más evidente en Cabañales-Sepulcro y San Frontis-Carrascal.
- En el **índice de envejecimiento** vuelve a destacar Tres Cruces-Centro.
- Y en el **índice de sobrevejecimiento**, aunque los valores son muy parejos, destaca algo más Alviar-Siglo XXI, frente a Peña Trevinca, con el índice más bajo de la ciudad.

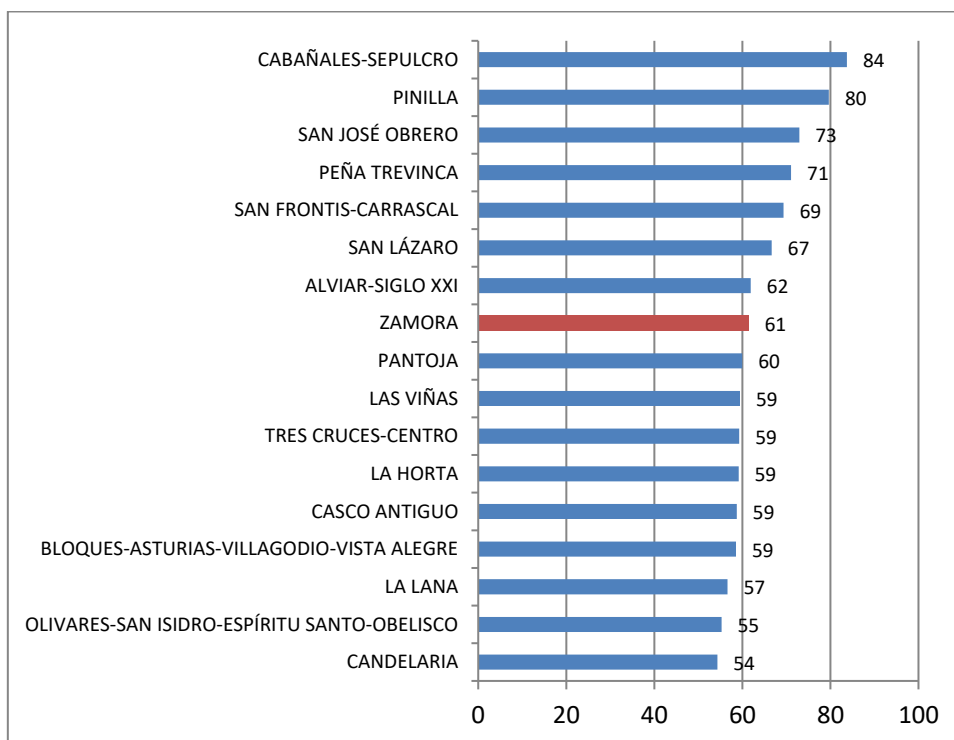
⁵ Véase en el cuadro 8 las leyendas de cada uno de los indicadores.

Gráfico 12. Zamora. Índice de tendencia demográfica según BARRIOS, 2018



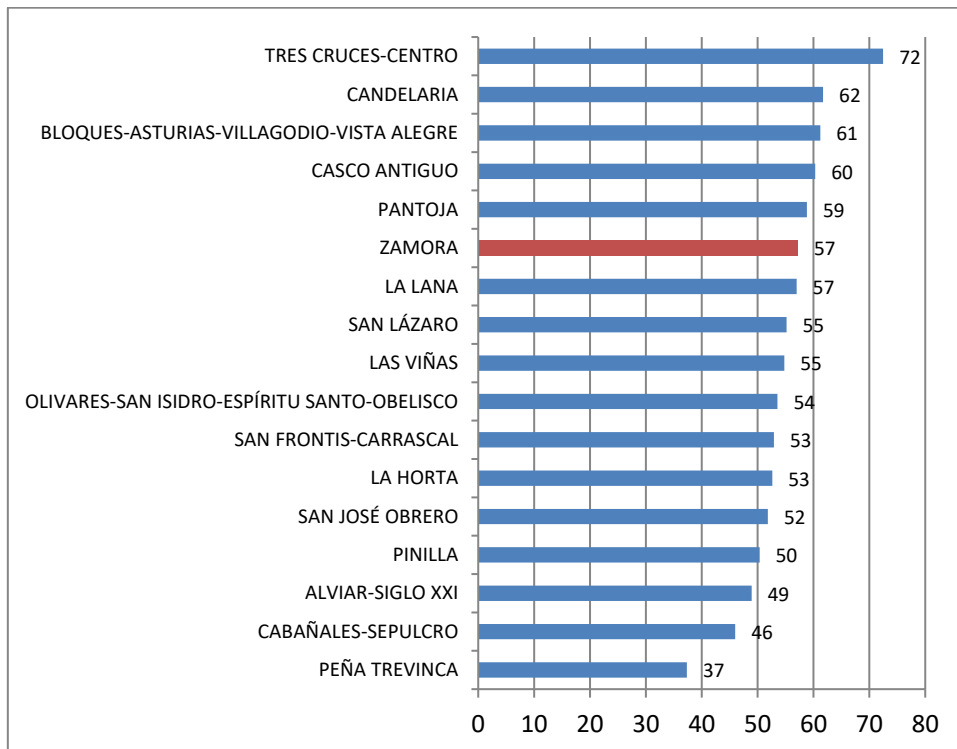
Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (1 de enero de 2018). Elaboración propia.

Gráfico 13. Zamora. Coeficiente de sustitución laboral según BARRIOS, 2018



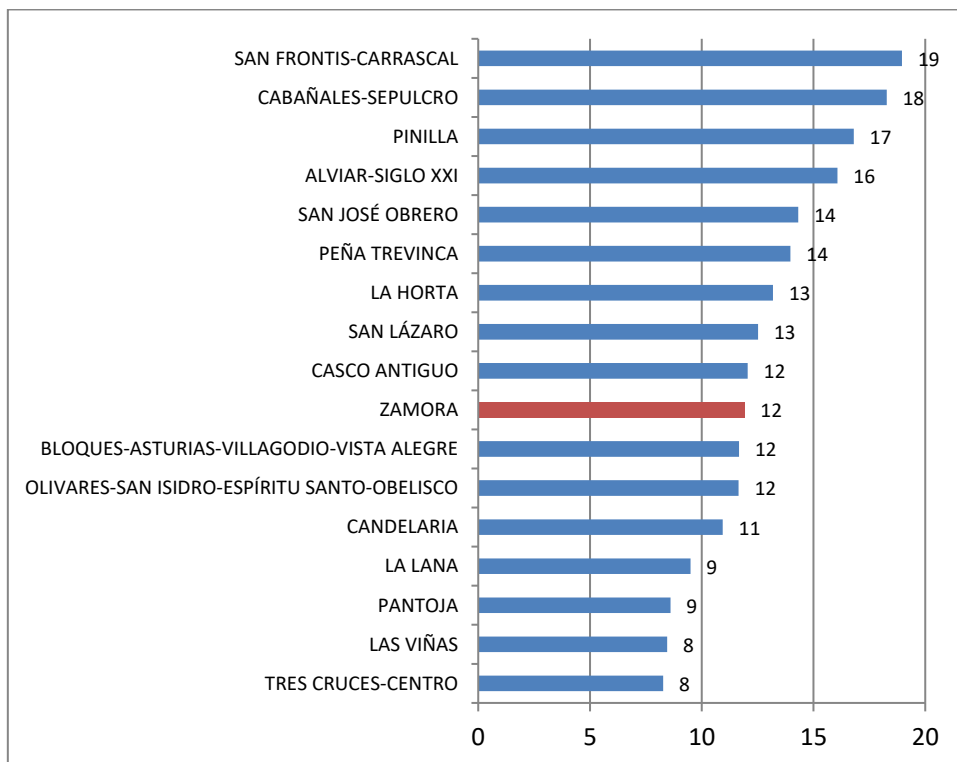
Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (1 de enero de 2018). Elaboración propia.

Gráfico 14. Zamora. Índice de dependencia según BARRIOS, 2018



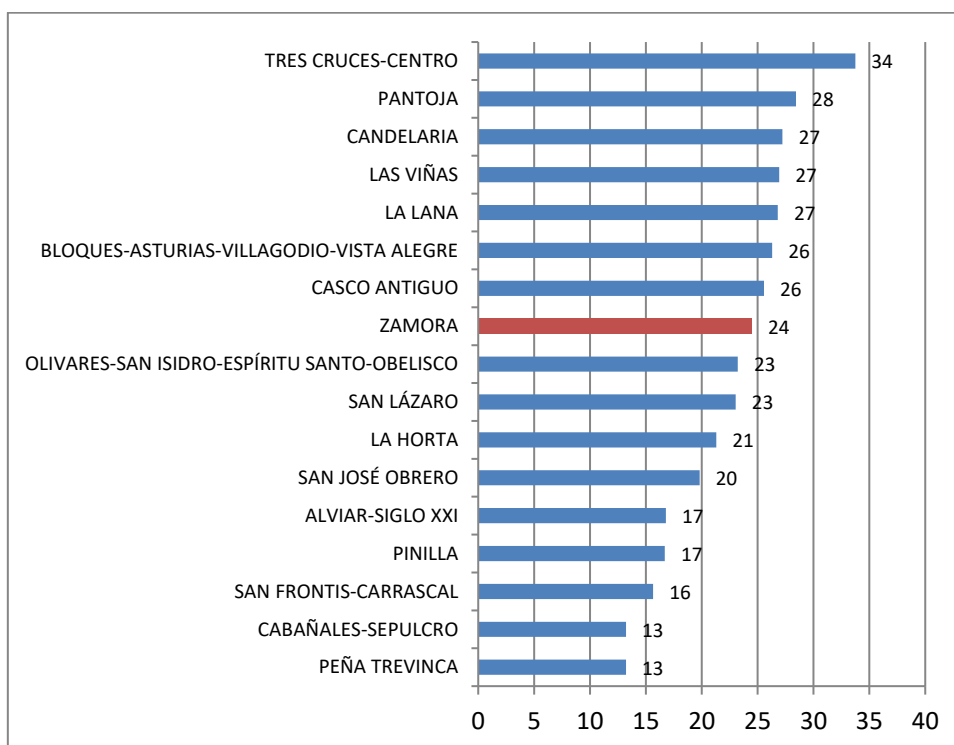
Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (1 de enero de 2018). Elaboración propia.

Gráfico 15. Zamora. Tasa de juventud según BARRIOS, 2018



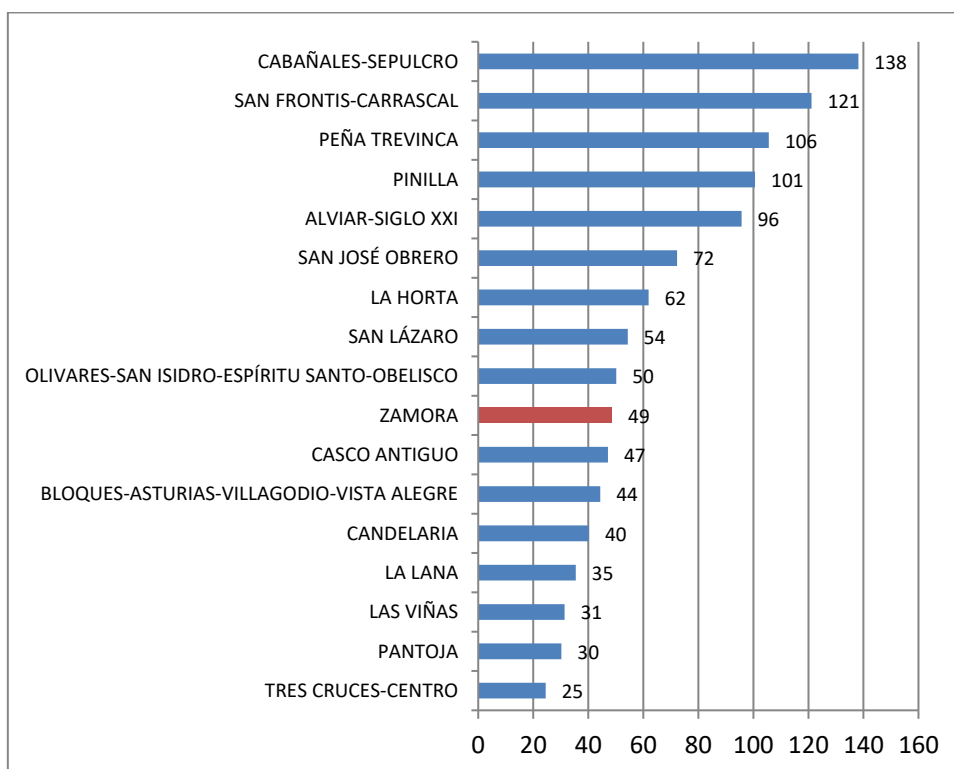
Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (1 de enero de 2018). Elaboración propia.

Gráfico 16. Zamora. Tasa de vejez según BARRIOS, 2018



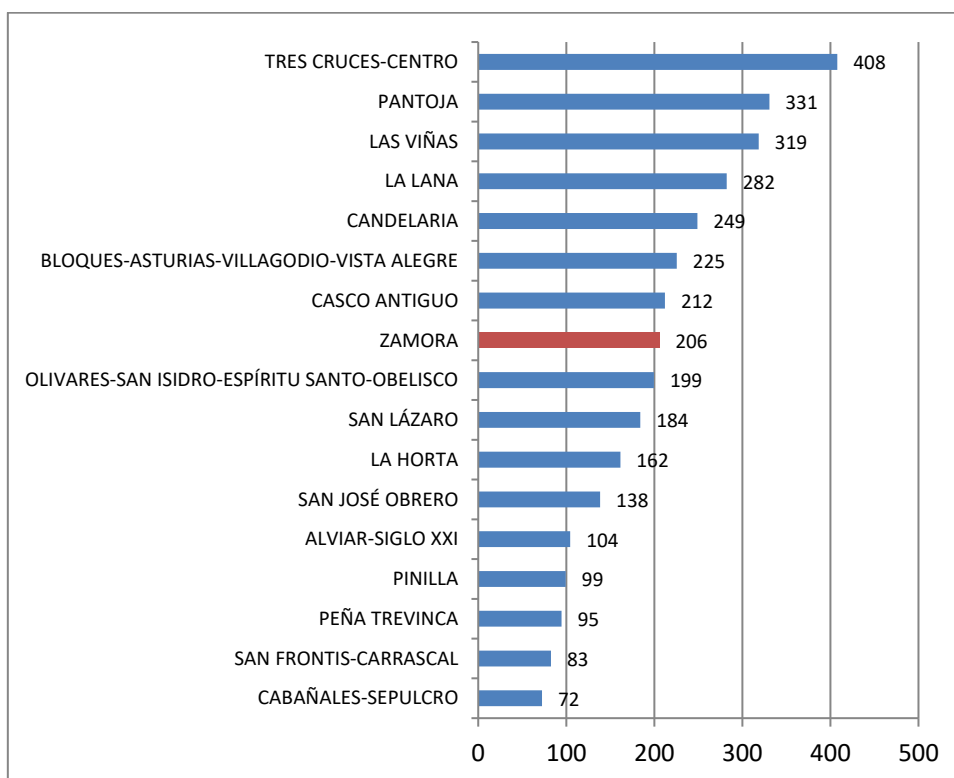
Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (1 de enero de 2018). Elaboración propia.

Gráfico 17. Zamora. Tasa de reemplazo según BARRIOS, 2018



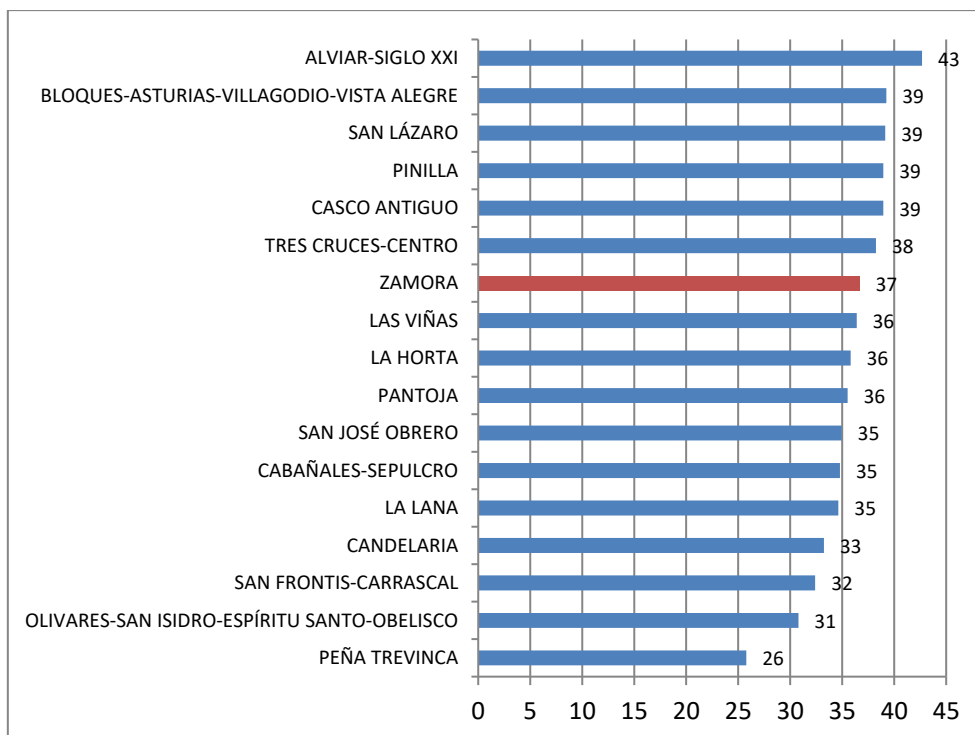
Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (1 de enero de 2018). Elaboración propia.

Gráfico 18. Zamora. Índice de envejecimiento según BARRIOS, 2018



Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (1 de enero de 2018). Elaboración propia.

Gráfico 19. Zamora. Índice de sobre-envejecimiento según BARRIOS, 2018



Fuente: INE, Padrón Municipal de Habitantes (1 de enero de 2018). Elaboración propia.

4. EL CONTEXTO INSTITUCIONAL⁶

4.1. Normativas sobre envejecimiento y organización municipal

No existe normativa municipal sobre envejecimiento activo, ni comisiones en esta materia en el Ayuntamiento de Zamora. No obstante, subsiste una inquietud por parte de los departamentos de Salud Pública y Servicios Sociales de establecer alguna reunión de coordinación entre todos los departamentos con vinculación en materia de envejecimiento activo. Concretamente, en los siguientes ámbitos:

- **Salud Pública.** Desarrolla acciones de envejecimiento con actividades deportivas adaptadas (yoga, pilates y natación rehabilitadora).
- **Deportes.** Desarrolla actividades deportivas para adultos con una participación de personas mayores, especialmente actividades como gimnasia de mantenimiento, natación, etc.
- **Educación.** Desarrolla campañas de salud en los centros escolares, aunque en materia de personas mayores no tenemos conocimiento de que las haga. No obstante, hay aspectos sobre los que se puede incidir, como la Universidad de la Experiencia, UNED y formación de mayores y acceso a la cultura (teatro, música, etc).
- **Policía Municipal.** Desarrolla acciones de educación vial.
- **Urbanismo y medio ambiente.** Desarrolla acciones en materia de urbanismo y medio ambiente (parques de ocio, jardines, etc).
- **Servicios Sociales.** Desarrollo diversas acciones sobre envejecimiento activo.

4.2. Acciones que se desarrollan sobre envejecimiento activo

Dos veces al año se abre una convocatoria para que todas las personas mayores puedan inscribirse. Una es en enero y otra en septiembre. La demanda de estos talleres es muy alta y han ido creciendo en variedad y oferta, iniciándose en un principio solo como talleres de memoria y, poco a poco, se han ido diversificando los contenidos de cara a un mejor envejecimiento.

⁶ La información de este capítulo ha sido facilitada por el Ayuntamiento de Zamora con fecha 12 de noviembre de 2019.

Las actividades de **envejecimiento activo** que se ofertan son las siguientes:

- **Entrenamiento de la memoria por ordenador**, mediante programas sencillos de ordenador adaptados a cada usuario. En este caso sí sería posible admitir alguna persona con deterioro cognitivo. Total: 16 sesiones de 30 minutos cada una.
- **Memoria a través de tus recuerdos**. Recordando canciones, juegos, utensilios. Total: 16 sesiones de 1,5 horas.
- **Maleta de memoria grupal**, mediante sencillos ejercicios grupales. Total: 16 sesiones de 1,5 horas.
- **Informática básica para mayores**. Total: 12 sesiones de 1,5 horas.
- **Culturas del Mundo**. Descubrir las diversas culturas del mundo. Total: 16 sesiones de 1,5 horas.
- **Orgullo de ser mayor**. Entrenamiento de las actividades cognitivas y conocimiento de uno mismo. Total: 16 sesiones de 1,5 horas.
- **Talleres de risoterapia**. Mediante el desarrollo de una terapia de apoyo a través de la risa y el buen humor. Total: 8 sesiones de 1,5 horas.

Es un programa de prevención de estimulación cognitiva, facilitando un envejecimiento activo adecuado. Las solicitudes son muy numerosas y se trata de facilitar el acceso al mayor número de personas mayores, aunque en ocasiones hay que aplicar el criterio de selección al existir más solicitudes que plazas. En este caso, se utilizan los siguiente criterios: en primer lugar, las personas nuevas; a continuación, las personas de mayor edad y, posteriormente, la fecha de registro.

En la última solicitud del mes de septiembre de 2019 se registraron 186 peticiones.

Además de este programa específico, hay diversas acciones que se desarrollan de forma anual y que contribuyen a la participación y empleo útil del tiempo libre de las personas mayores, como por ejemplo:

- **Huertos de ocio**. Con un terreno destinado a varios colectivos, preferentemente personas mayores, donde pueden cultivar sus pequeños huertos de autoconsumo. En este caso sí existe una Ordenanza que lo regula, publicada en el Boletín Oficial de la Provincia de Zamora, nº 140 de 26 de noviembre de 2014. Existen actualmente 61 parcelas, todas ellas cedidas y con lista de espera.

- **Teatro para personas mayores.** Durante los meses de septiembre y octubre y con la participación de los grupos de teatro de personas mayores de Zamora, se les facilita un espacio para dar a conocer su esfuerzo y afición al resto de los mayores de Zamora. Siempre tiene una alta demanda. En el año 2019 han sido cinco las obras representadas, con una participación de más 300 personas mayores por obra.

En cuanto al desarrollo de estas acciones de envejecimiento activo, el Ayuntamiento de Zamora ha optado por desarrollarlo con entidades que tienen experiencia en esta intervención con personas mayores. Y, en algún caso, programas que desarrollaban algunas entidades han sido asumidos por el Ayuntamiento de Zamora, dándole mayor difusión y participación. Los talleres del año 2019, han sido desarrollados por las siguientes entidades y empresas:

- Talleres de memoria: Fundación Intras.
- Culturas del Mundo: Cruz Roja Española.
- Orgullo de ser Mayor: Asociación de Familiares de Alzheimer de Zamora (AFAZA).
- Talleres de informática y Risoterapia: Empresa Te Ayudo

El presupuesto que asume el Departamento de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Zamora en estas actividades es el siguiente:

ACTIVIDAD	ENTIDAD/EMPRESA	COSTE (euros)
Talleres de memoria (varios)	Fundación Intras	1.500
Culturas del Mundo	Cruz Roja Española	840
Orgullo de Ser Mayor	AFAZA	1.680
Talleres de informática y Risoterapia	Te Ayudo	1.995
Impresión de carteles y entradas	Franja	300
Teatro de mayores	Grupos de mayors	800
Mantenimiento de los Huertos de Ocio	Varias empresas	5.500
TOTAL		12.615

5. PERCEPCIONES DE LAS PERSONAS MAYORES SOBRE LA CIUDAD DE ZAMORA

5.1. Instrumento de recogida de información

Para la recogida de información se diseñó un cuestionario *ad hoc* (Anexo I), tomando como referencia el marco conceptual y los objetivos del estudio, con escalas tipo Likert: 0 Totalmente en desacuerdo, 1 En desacuerdo, 2 De acuerdo, 3 Totalmente de acuerdo. Se consideraron, además del bloque referido a los datos sociodemográficos (sexo, edad, estado civil, situación laboral, nivel de estudios, tiempo residiendo en Zamora y estado de salud), los nueve bloques temáticos: 1. Entorno y espacios al aire libre, 2. Transporte, 3. Vivienda, 4. Respeto e inclusión social, 5. Participación ciudadana y cívica, 6. Comunicación e información, 7. Empleo, 8. Servicios Sociales y 9. Servicios Sanitarios (Figura 1). El cuestionario superó el estudio piloto con un grupo previo de 10 personas pertenecientes al grupo de edad de los encuestados. A partir de los comentarios realizados se realizaron las modificaciones pertinentes para conseguir una mejor comprensión de los ítems.

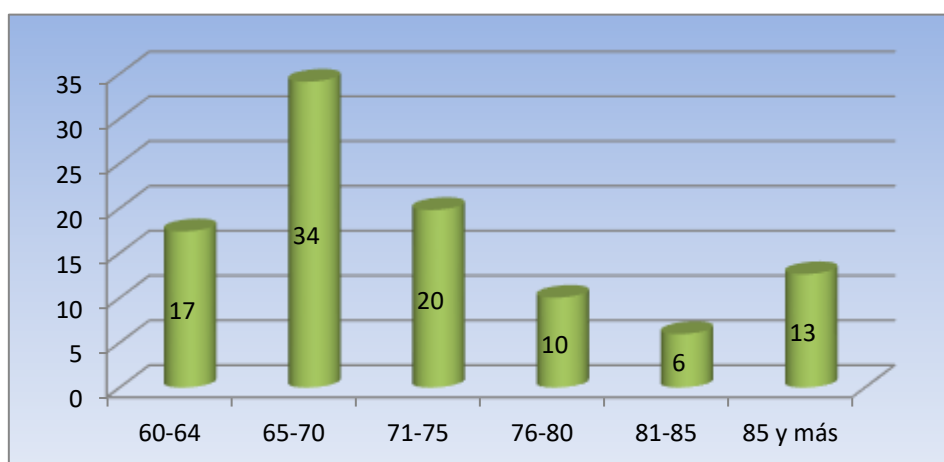
Figura 1. Bloques de variables del cuestionario



5.2. Participantes

En la encuesta han participado 425 personas de 60 y más años que asisten a programas de instituciones públicas y privadas de la ciudad de Zamora, resultando válidos 420 cuestionarios⁷. Para su realización, se contactó con asociaciones o entidades que trabajan con mayores, concretándose la colaboración con: Asociación Tres Cruces, Centro de Día Zamora 1, Universidad de la Experiencia, Centro de Día Los Bloques, Universidad Senior (UNED), Centro de Día San Lázaro, Centro de Día Tres Árboles, Centro de Mayores y Asociación de Viudas. La descripción sociodemográfica de la muestra según el **sexo** arroja que han participado mayoritariamente mujeres (n=317), con un 75,5% del total de la muestra. El grupo de **edad** entre 65 y 70 años ha sido el más numeroso, con 143 personas (Figura 2).

Figura 2. Participantes en el cuestionario según edades (porcentajes)



Otras características de las personas mayores de la muestra son las siguientes:

- **Tiempo de residencia en Zamora.** Más del 90% de la muestra lleva mucho tiempo viviendo en Zamora, incluyendo a quienes llevan más de 10 años (n=210; 50%) y los que llevan toda la vida (n=170; 40,5%).
- **Estado civil.** Más de la mitad de la muestra (n=214; 51%) dice estar casada, seguido por las personas viudas (n=127, 30,2%). El menor porcentaje corresponde a las personas que viven en pareja (n=3; 0,7%).
- La **jubilación** es la situación laboral mayoritaria (n= 338; 80,5%), siendo el menor porcentaje (n= 8; 1,95%) el de personas en situación de desempleo.

⁷ La ciudad de Zamora tiene (a fecha 1 de enero de 2018) una población de 19.494 personas de 60 años o más, por lo que una muestra de 420 sujetos para la aplicación del cuestionario es ampliamente representativa, teniendo un error muestral de tan sólo ± 4.7 .

- **Nivel de estudios.** La distribución es relativamente homogénea entre los que tienen estudios primarios (n=161; 38,3%), estudios secundarios (n=104; 24,8%) y estudios superiores (n=127; 30,25%); con un mínimo porcentaje (n=23; 5,5%) de los que afirman no tener estudios (Figura 3).
- **Salud.** Más de la mitad dicen gozar de buena salud (n=215; 51,2%) o muy buena salud (n=42; 10%). Son minoritarias las personas que muestran mala o muy mala salud (n=25; 6% y n=4; 1%, respectivamente) (Figura 4).

Figura 3. Participantes en el cuestionario según el nivel de estudios

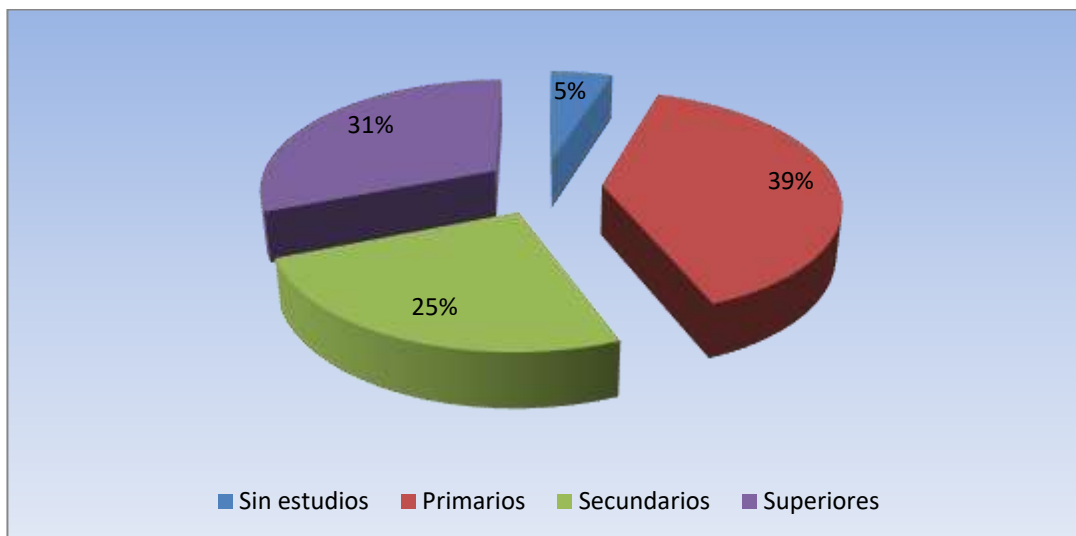
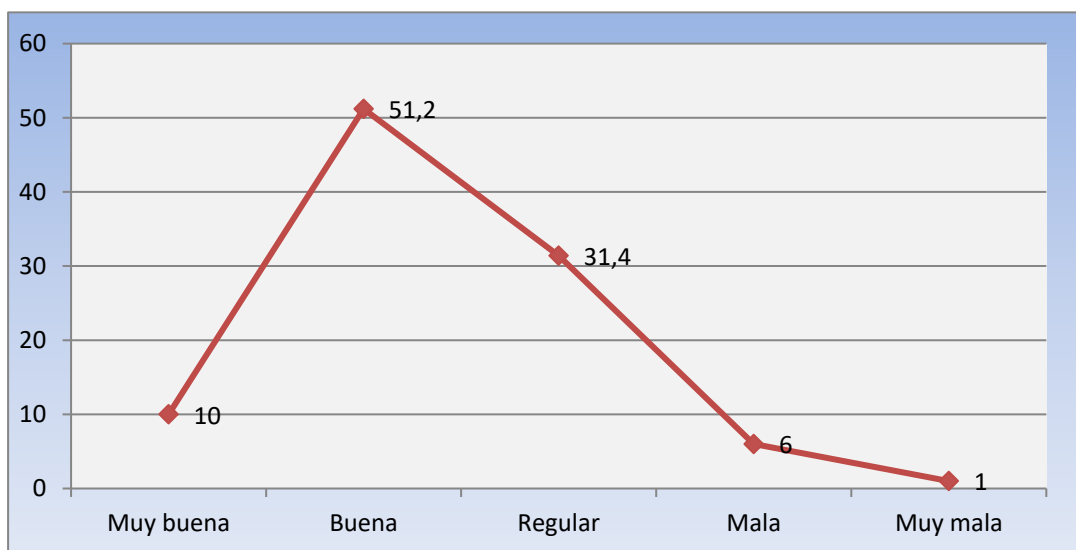


Figura 4. Percepción de las personas mayores según estado de salud (porcentajes)

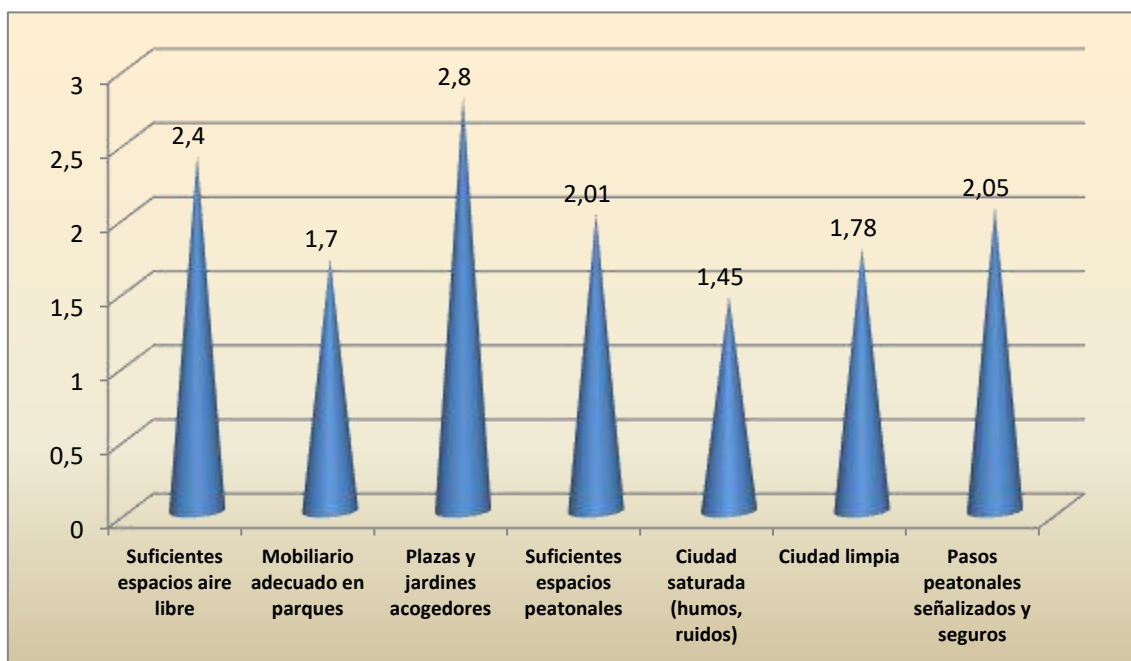


5.3. Análisis de datos y resultados⁸

a) Entorno y espacio al aire libre

El cuestionario presenta un primer bloque referido al *Entorno y espacios al aire libre* en el que se recogen las siguientes afirmaciones: La ciudad tiene suficientes espacios al aire libre (M=2,4; DT=0,719); En los parques existen elementos y mobiliario adecuado para las personas mayores (M=1,7; DT=0,882); Las plazas y jardines de Zamora son acogedores (M=2,08; DT=0,798); Hay suficientes espacios peatonales en Zamora (M=2,01; DT=0,877); Zamora es una ciudad saturada (humos, ruido, etc.) (M=1,45; DT=1,043); Zamora es una ciudad limpia (M=1,78; DT=0,967); Los pasos de peatones están bien señalizados y son seguros (M=2,05; DT=0,864). Las altas medias de estas variables ofrecen una valoración positiva de la situación del entorno y los espacios al aire libre de la ciudad de Zamora por parte de las personas encuestadas, lo que se ve reforzado por la media más baja mostrada por la afirmación de que Zamora es una ciudad saturada (Figura 5).

Figura 5. Valoración media para “Entorno y espacios al aire libre” (escala 0-3)

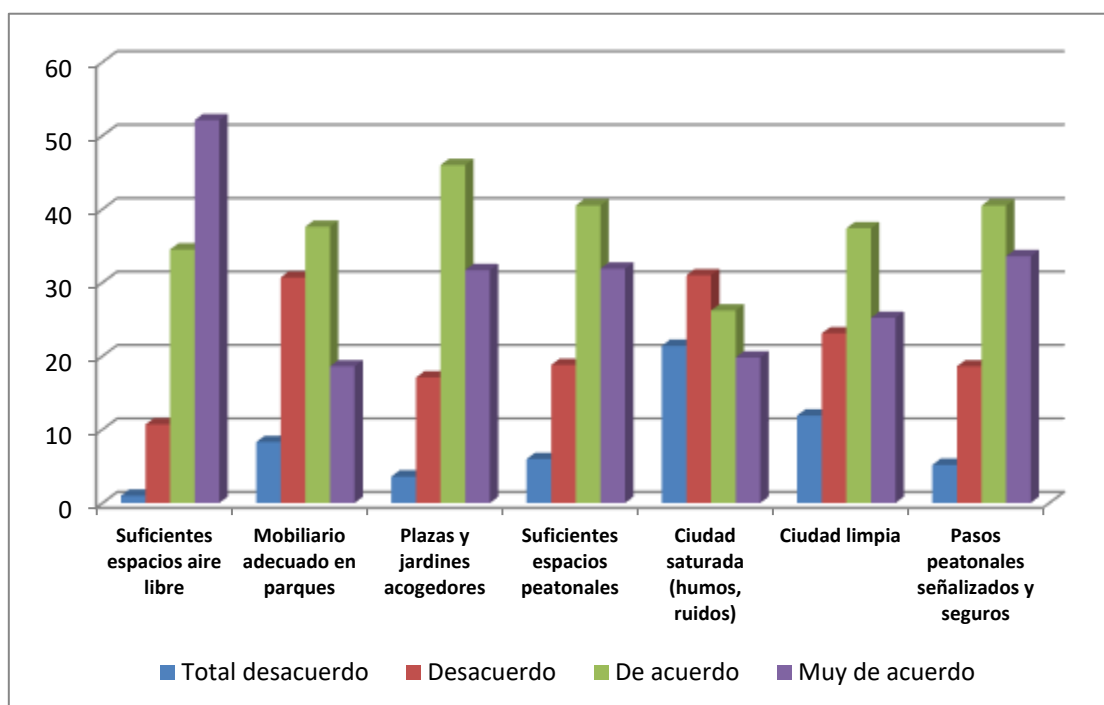


⁸ En el análisis de los datos se han utilizado técnicas descriptivas de tendencia central y dispersión. Todos los análisis fueron efectuados a través del paquete estadístico SPSS.

Los participantes en el estudio manifiestan que el entorno y los espacios al aire libre son adecuados para las personas mayores, declarando estar de acuerdo y muy de acuerdo con la afirmación: *‘La ciudad tiene suficientes espacios al aire libre para estar y pasear’*, el 86,6%. Se muestran de acuerdo o muy de acuerdo el 56,2% al considerar que *‘En los parques existen elementos y mobiliario adecuado para las personas mayores’*, aunque a este respecto hay un 39% que está en desacuerdo o total desacuerdo con esta afirmación, suponiendo la falta de adaptación de estos espacios para las personas mayores (Figura 6).

Manifiestan, del mismo modo, ante la aseveración: *‘Las plazas y jardines de Zamora son acogedores’*, que están de acuerdo y muy de acuerdo el 77,7% y que *‘Hay suficientes espacios peatonales en Zamora’* el 72,4%. Consideran, en general, que la ciudad es tranquila, mostrándose en desacuerdo y total desacuerdo el 52,4% en relación con la declaración: *‘Zamora es una ciudad saturada (tráfico, humos, ruido, etc.)’*. Están de acuerdo y muy de acuerdo en que *‘Zamora es una ciudad limpia’* (62,6%) y que *‘Los pasos de peatones están bien señalizados y son seguros’* (74,1%).

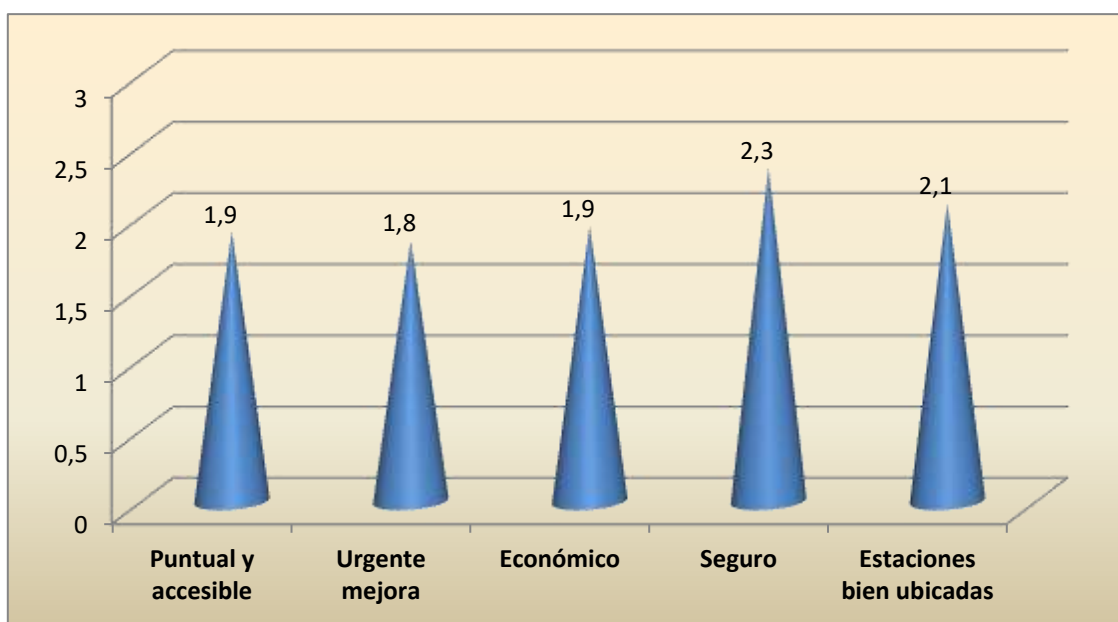
Figura 6. Grado de acuerdo para variables de “Entorno y espacios al aire libre”
(porcentajes)



b) Transporte en la ciudad de Zamora

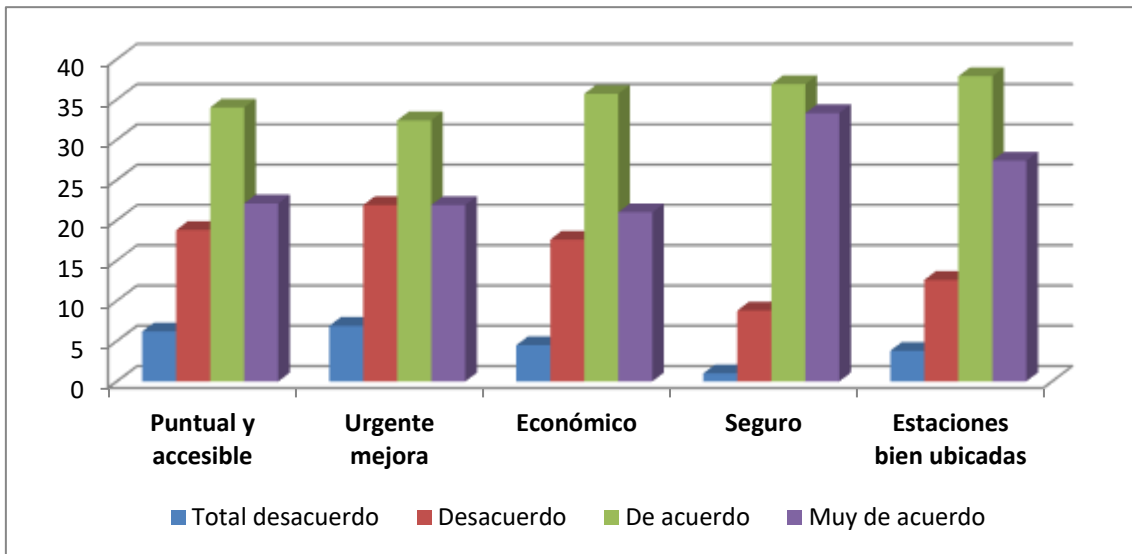
En relación al transporte público en la ciudad de Zamora, la dispersión de los datos es la siguiente: el transporte público es puntual y accesible ($M=1,89$; $DT=0,894$); es necesaria una urgente mejora ($M=1,83$; $DT=0,913$); es económico y rentable ($M=1,93$; $DT=0,846$); es seguro ($M= 2,34$; $DT= 1,28$); las estaciones y paradas están bien ubicadas ($M= 2,09$; $DT=0,819$). De nuevo se aprecia una variabilidad muestral alta, que describe la satisfacción de las personas mayores con el transporte público de la ciudad (Figura 7).

Figura 7. Valoración media para “Transporte” (escala 0-3)



Más de la mitad de los participantes (56,1%) se muestra de acuerdo o muy de acuerdo con que *‘El sistema de transporte público en Zamora es puntual y accesible (con rampas y asientos preferenciales)’*. También están de acuerdo y muy de acuerdo con los alegatos: *‘El transporte público en Zamora es económico y rentable’* (56,7%) y con *‘Las estaciones y paradas del transporte público están bien ubicadas’* (65,3%). Por otra parte, aunque un 54,3% está de acuerdo y muy de acuerdo con que *‘Es urgente mejorar el transporte público en Zamora’*, parece que el sistema de transporte de la ciudad es amigable con la edad, estando de acuerdo y muy de acuerdo el 70,2% de los participantes al afirmar que *‘Los sistemas de transporte público en Zamora son seguros’* (Figura 8).

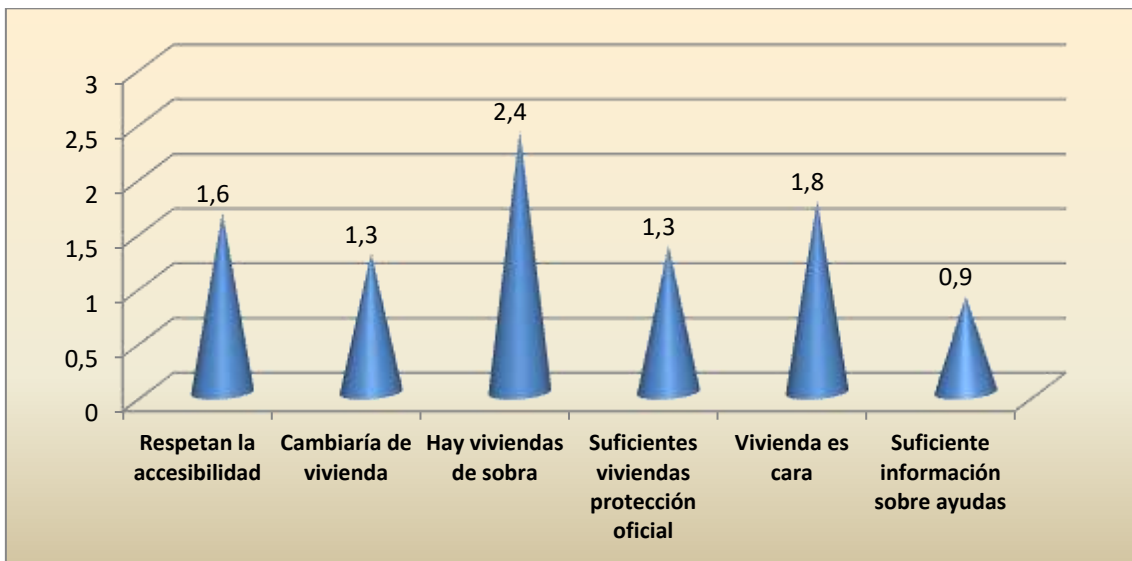
Figura 8. Grado de acuerdo de acuerdo para variables de “Transporte” (porcentajes)



c) Vivienda en la ciudad de Zamora

Con respecto a la vivienda, la estadística descriptiva arroja los siguientes resultados: las viviendas respetan la accesibilidad ($M=1,64$; $DT=0,930$); se cambiaría de vivienda ($M=1,27$; $DT=1,270$); en la ciudad hay viviendas de sobra ($M=2,39$; $DT=0,870$); hay suficientes viviendas de protección social ($M=1,34$; $DT=0,976$); la vivienda es cara ($M=1,75$; $DT=1,006$); las personas mayores tienen suficiente información sobre ayudas para la adquisición o rehabilitación de viviendas ($M=0,88$; $DT=1,025$) (Figura 9).

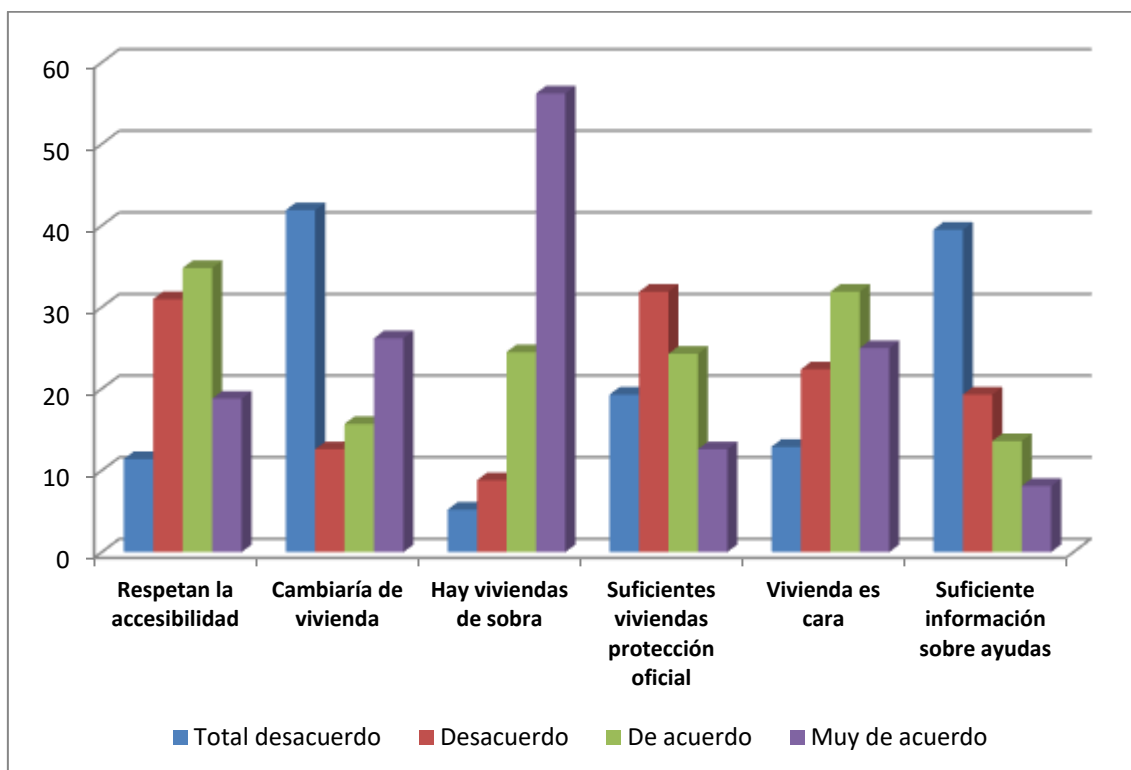
Figura 9. Media de valoración para “Vivienda” (escala 0-3)



Las respuestas manifiestan las necesidades sentidas por las personas mayores que residen en la ciudad de Zamora en relación con la preocupación por la vivienda. En términos relativos, el 53,6% manifiesta estar de acuerdo y muy de acuerdo con: *‘Las viviendas en Zamora respetan la accesibilidad de los mayores’* frente a un 42,4% que se muestra en desacuerdo y total desacuerdo con esta afirmación (Figura 10).

Respecto al testimonio: *‘Hay suficientes viviendas de protección oficial’*, más de la mitad de los participantes está en desacuerdo y total desacuerdo (51,2%), problema que se agrava al reparar en que el 56,9% está de acuerdo y muy de acuerdo en considerar que *‘La vivienda es cara en Zamora’*; aunque estiman que *‘En Zamora hay viviendas de sobra’*, estando de acuerdo y muy de acuerdo el 80,7% de la muestra. Más de la mitad de los participantes (54,5%) manifiesta estar en desacuerdo y total desacuerdo en que *‘Si pudiera me cambiaría de vivienda’*. En cuanto a *‘Las personas mayores tenemos información suficiente sobre ayudas para la adquisición o rehabilitación de la vivienda’*, el 58,8% está en desacuerdo y total desacuerdo.

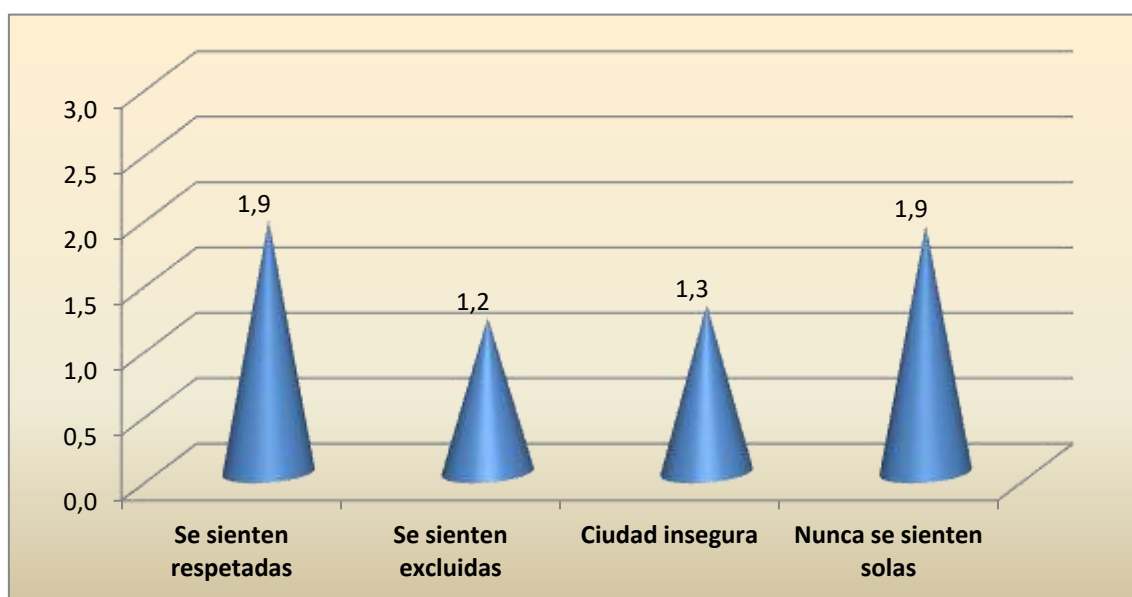
Figura 10. Grado de acuerdo para variables de “Vivienda” (porcentajes)



d) *Respeto e inclusión social*

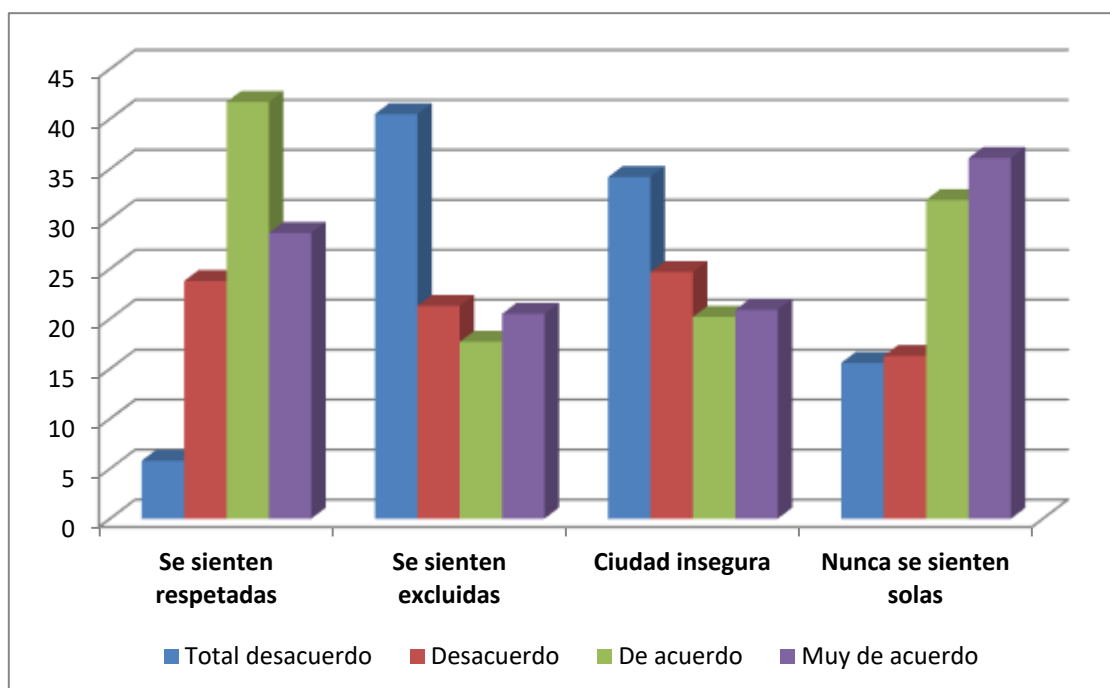
Los bloques temáticos sobre *Respeto e inclusión social* y *Participación ciudadana y cívica* se encuentran estrechamente vinculados a las formas de convivencia de las personas mayores en Zamora. Un aspecto importante en la convivencia ciudadana es el sentimiento de soledad percibido por las personas mayores, que suele aumentar a medida que aumenta la edad, con un alto riesgo de aislamiento social (Yanguas, 2018). Pues bien, los promedios de las variables del primero de esos bloques del cuestionario y la variación del conjunto de datos proyectan las siguientes referencias: las personas mayores son muy respetadas en Zamora ($M=1,93$; $DT=0,869$); se sienten excluidas ($M=1,18$; $DT=1,172$); perciben que es una ciudad insegura ($M=1,28$; $DT=1,143$); nunca se sienten solas ($M=1,89$; $DT=1,067$) (Figura 11).

Figura 11. Media de valoración para “Respeto e inclusión social” (escala 0-3)



Como se puede ver en la figura 12, más de la mitad de las personas mayores participantes manifiesta estar de acuerdo y muy de acuerdo con las siguientes afirmaciones: “*Las personas mayores en Zamora somos muy respetadas*” (69,1%); y “*En Zamora nunca me siento solo o sola*” (65,5%). También se puede observar que el 58,1% declara estar en desacuerdo y total desacuerdo con el enunciado: “*En Zamora me siento excluido*” y con “*Zamora es una ciudad insegura*” (56,2%).

Figura 12. Grado de acuerdo para variables de “Respeto e inclusión social” (porcentajes)

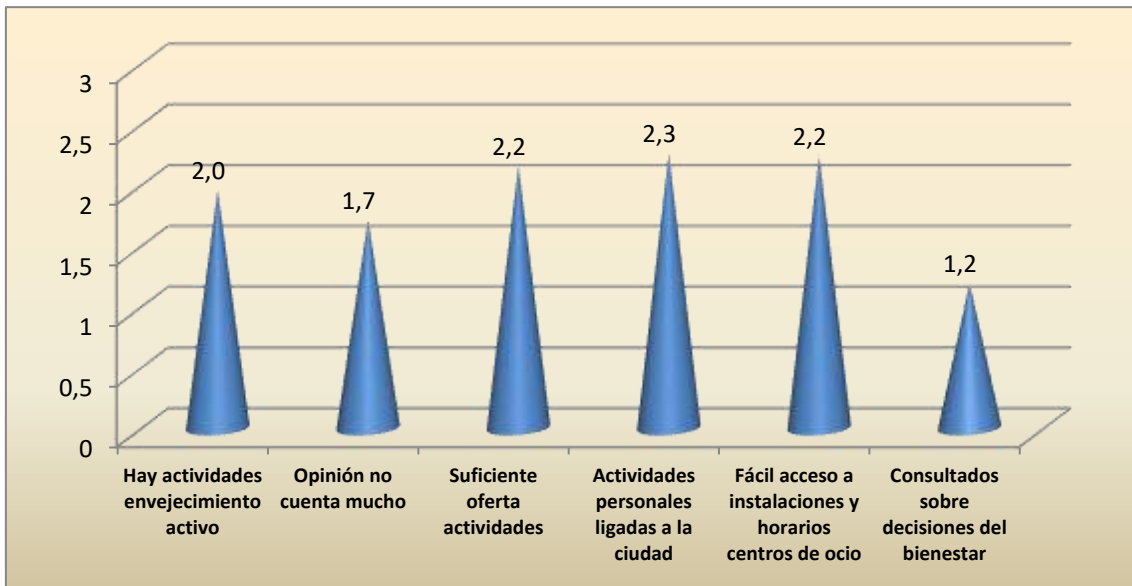


e) Participación ciudadana y cívica

Este bloque del cuestionario, que, como ya se ha dicho, está relacionado con el anterior, permite informar acerca de la opinión de las personas mayores del municipio de Zamora sobre las oportunidades que la ciudad y los órganos de gobierno les ofrecen para motivarlas e involucrarlas en la vida del municipio.

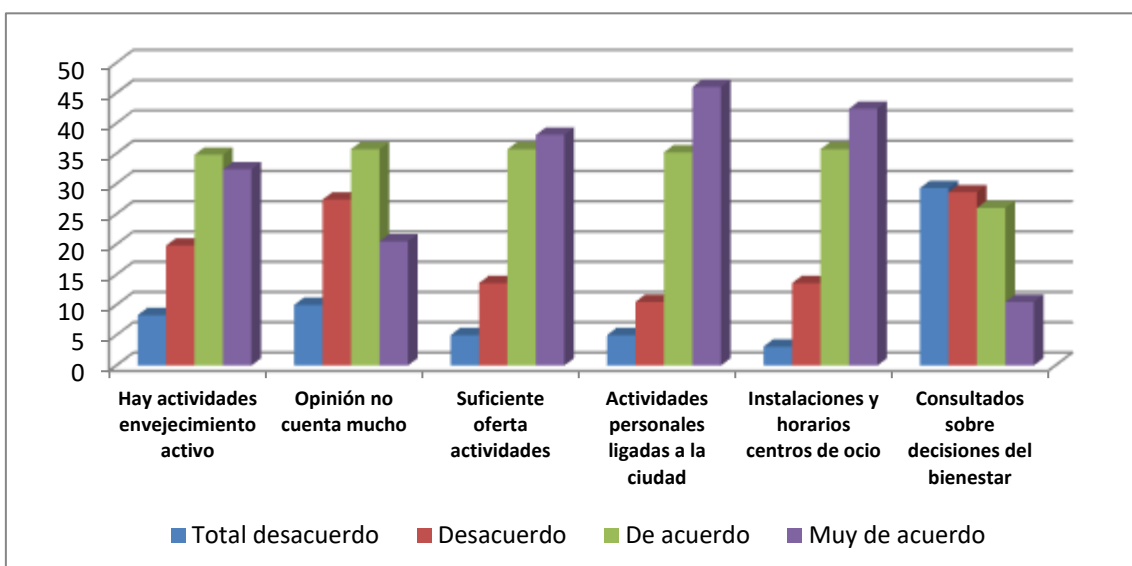
Las afirmaciones que se recogen en este bloque son: actividades para promover el envejecimiento activo ($M=1,96$; $DT=0,948$); las opiniones de las personas mayores son tenidas en cuenta ($M=1,71$; $DT=0,927$); existe suficiente oferta de asociaciones y actividades en las que participar ($M=2,16$; $DT=0,868$); las actividades personales están ligadas a la ciudad de Zamora ($M=2,26$; $DT=0,850$); las instalaciones y horarios de los centros de ocio son de fácil acceso ($M=2,24$; $DT=0,816$); se les consulta para tomar decisiones sobre su bienestar ($M=1,19$; $DT=0,999$) (Figura 13).

Figura 13. Media de valoración para “Participación ciudadana y cívica” (escala 0-3)



Las personas mayores se muestran muy optimistas en relación con la tesis: *‘En Zamora hay actividades específicas para promover el envejecimiento activo’*, estando de acuerdo y muy de acuerdo el 67,2%. Pero mejoran su entusiasmo cuando se refieren a su percepción sobre: *‘Tengo suficiente oferta de asociaciones y actividades en las que participar en Zamora’*, con un 73,8% de acuerdo y muy de acuerdo; y también con la aseveración: *‘Las instalaciones y horarios de los centros de ocio son de fácil acceso’*, con un 78,1% que dicen estar de acuerdo o muy de acuerdo (Figura 14).

Figura 14. Grado de acuerdo para variables de “Participación ciudadana y cívica” (porcentajes)

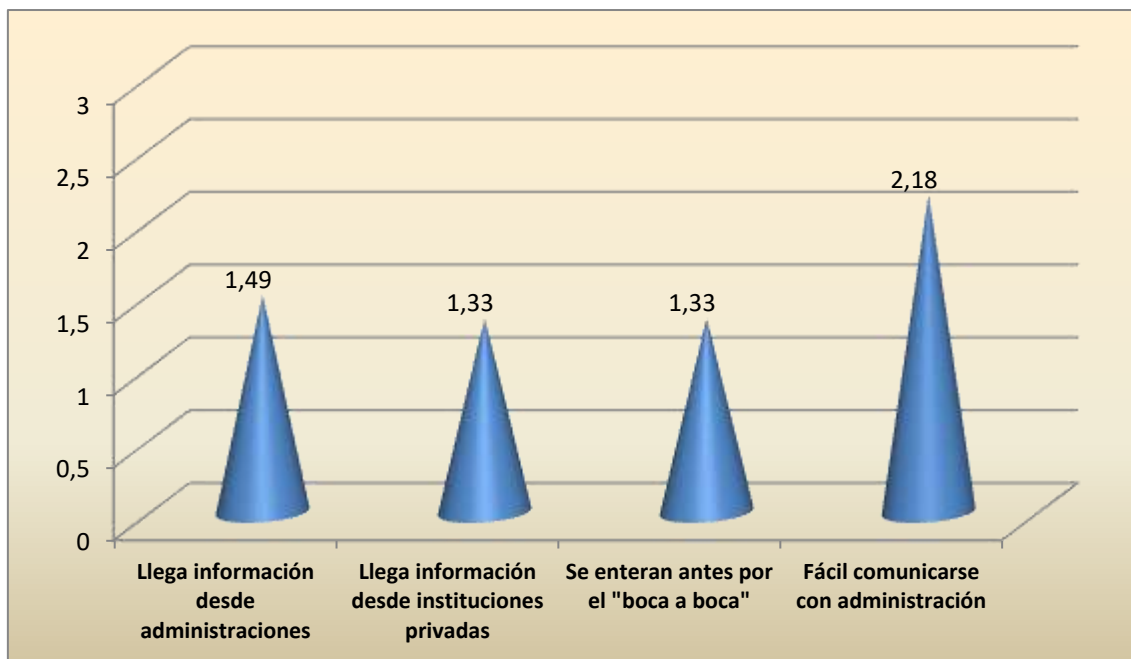


No obstante, más de la mitad de las personas mayores encuestadas (56,2%) indica que, con independencia de este tipo de participación, están de acuerdo y muy de acuerdo en que *‘Mi opinión como persona mayor no cuenta mucho en la ciudad’*; y están en desacuerdo y total desacuerdo el 57,9% ante el argumento siguiente: *‘Somos consultados para tomar decisiones relacionadas con nuestro bienestar’*. Y ello teniendo presente que el 81,2% afirma *‘Mis actividades diarias están ligadas a la ciudad de Zamora’*.

f) Comunicación e información

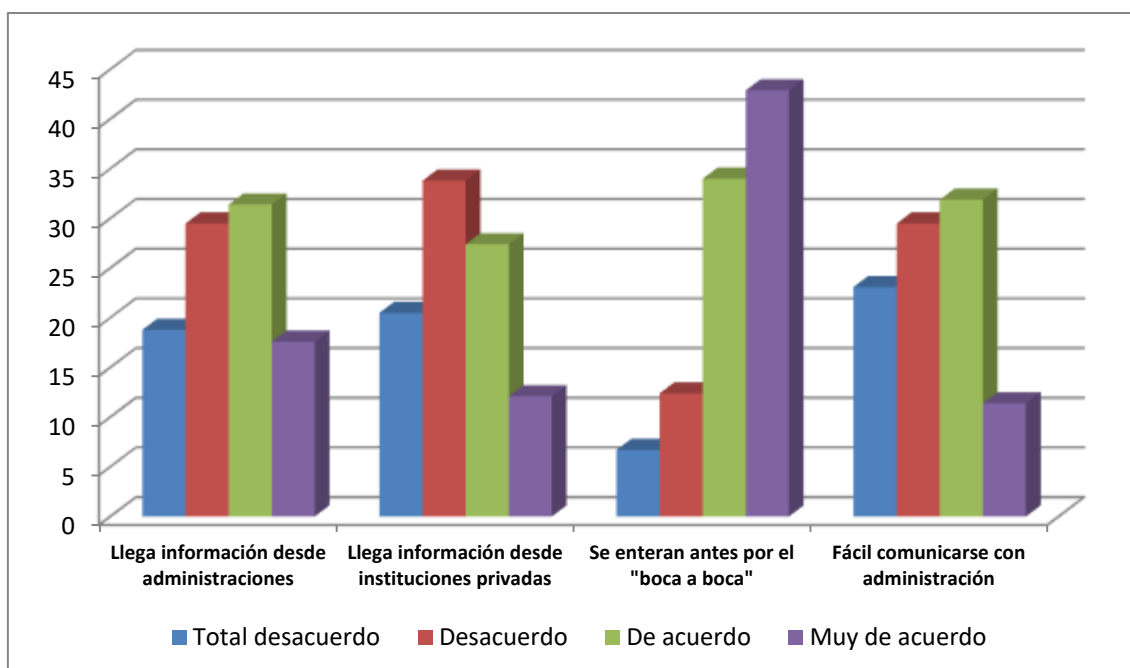
Este bloque está dedicado a las barreras comunicativas que pueden existir entre las personas mayores y las administraciones, desde la creencia de que la comunicación y la información son dos cuestiones esenciales para fomentar su independencia y para un envejecimiento activo. Las personas mayores encuestadas se manifiestan sobre cómo les llega la información desde la administración pública (M=1,49; DT=1,000); desde las entidades privadas (M=1,33; DT=0,959); desde el lenguaje verbal de otras personas -‘boca a boca’ (M=2,18; DT=0,988); y su facilidad para comunicarse con la administración (M=1,33; DT=0,971) (Figura 15).

Figura 15. Media de valoración para “Comunicación e información” (escala 0-3)



Con respecto a la sentencia *'Me llega la información y propuestas que hacen las instituciones públicas'*, casi la mitad de las personas mayores participantes en el estudio (49%) manifiesta estar muy de acuerdo y de acuerdo con ella; si bien casi la otra mitad cree que la información recibida no es suficiente, estando en desacuerdo y total desacuerdo con tal afirmación el 48,3%. Aunque, ante la cuestión: *'Me resulta fácil comunicarme con la Administración'*, solo el 11,4% afirma estar totalmente de acuerdo con esta afirmación, mientras que el 52,6% está en desacuerdo o total desacuerdo con la misma. Por otra parte, en relación con una información proveniente de entidades privadas, los porcentajes a favor o en contra se asemejan: más de la mitad del grupo (54,3%) manifiesta estar en desacuerdo y total desacuerdo con: *'Me llega la información y propuestas que hacen las instituciones privadas'*; y casi la otra mitad (39,5%) está de acuerdo y muy de acuerdo. Pero con todo ello, el 76,9% de los participantes subraya estar de acuerdo y muy de acuerdo con que la información que más rápidamente reciben es la que proviene de la comunicación con otras personas, en respuesta al enunciado: *'Me entero antes de las cosas gracias al boca a boca'*. (Figura 16).

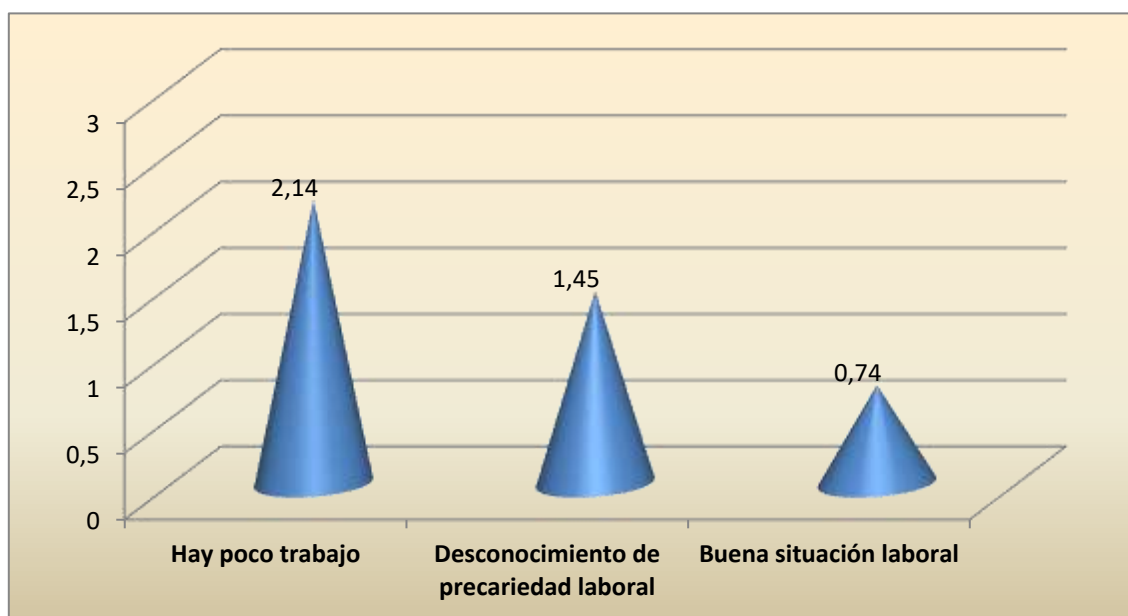
Figura 16. Grado de acuerdo para variables de “Comunicación e información”
(porcentajes)



g) Empleo

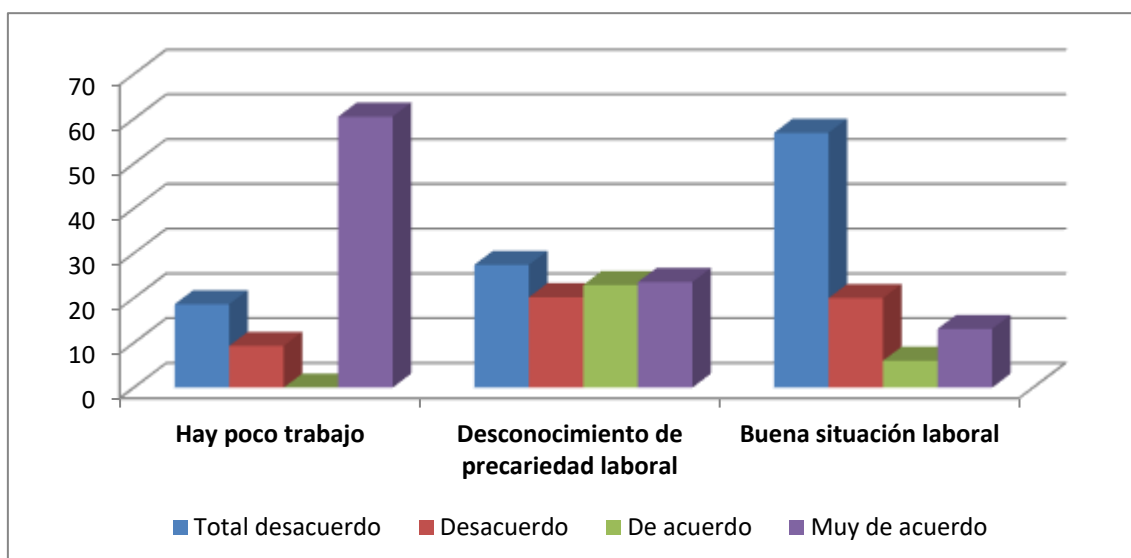
El empleo es una de las preocupaciones más importantes por las oportunidades que ofrece a las personas, pero también por lo que supone para el crecimiento económico de las ciudades y, en consecuencia, para que las personas mayores puedan vivir en un entorno de justicia social, equidad y, en definitiva, con calidad de vida. Las personas mayores encuestadas afirman que hay poco trabajo en Zamora ($M=2,14$; $DT=1,208$); desconocen el nivel de precariedad laboral ($M=1,45$; $DT=1,155$); y consideran que la situación laboral en la ciudad es buena ($M=0,74$; $DT=1,066$) (Figura 17).

Figura 17. Media de valoración para “Empleo” (escala 0-3)



Las personas mayores de Zamora participantes en el estudio manifiestan en un 69,8% estar de acuerdo y muy de acuerdo con: *'Hay poco trabajo en Zamora'*, y, consecuentemente, estar en total desacuerdo o desacuerdo con que *'La situación laboral en Zamora es muy buena'* (76,9%). Con respecto al testimonio: *'Desconozco el nivel de precariedad laboral de Zamora'*, un 47,6% de los participantes indica estar en desacuerdo y total desacuerdo, es decir, son conocedores de tal situación; pero un 46,5% confirman estar de acuerdo y muy de acuerdo, por lo que se deduce que ignoran la precariedad laboral existente (Figura 18).

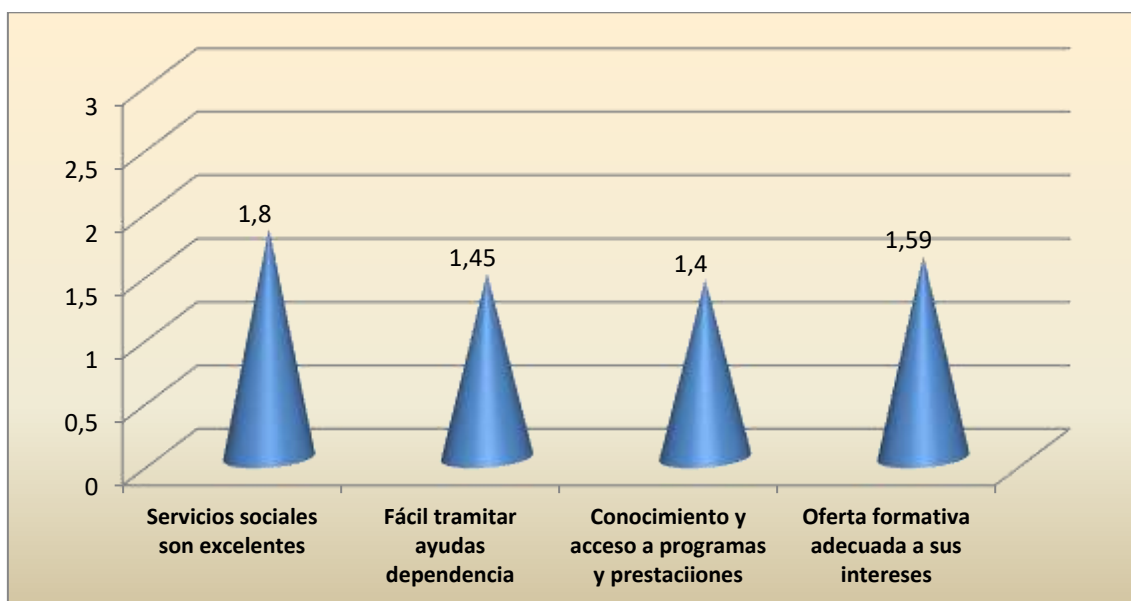
Figura 18. Grado de acuerdo para variables de “Empleo” (porcentajes)



h) Servicios Sociales

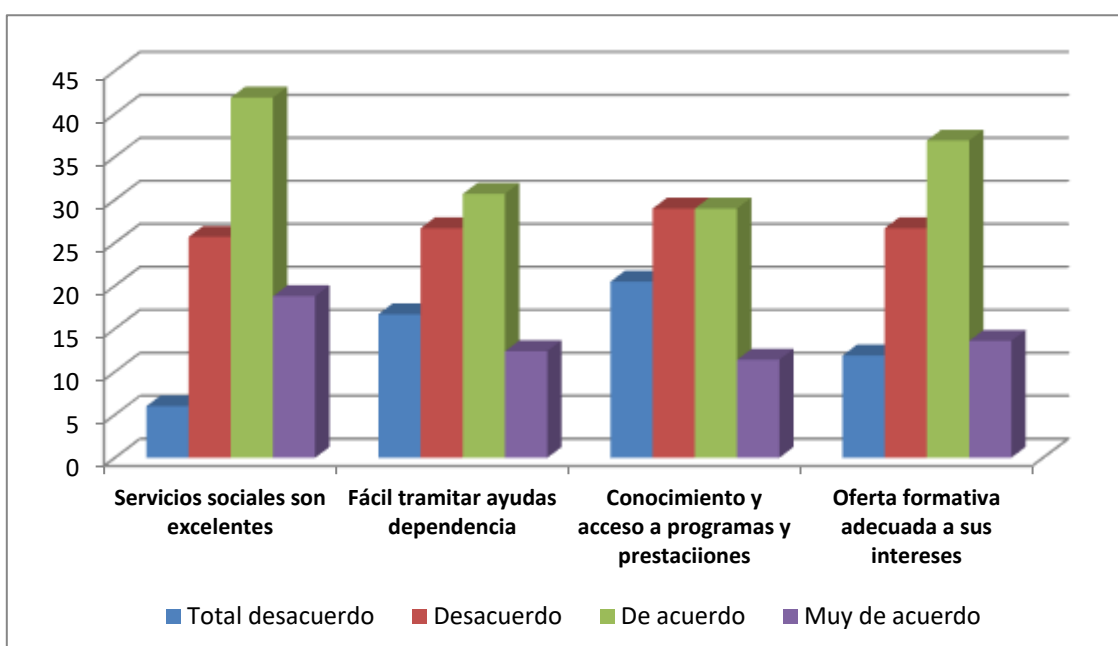
Sin duda, los Servicios Sociales son determinantes en la independencia y el bienestar social de las personas mayores. Por ello, los participantes afirman que son excelentes en su ciudad ($M=1,8$; $DT=0,837$); que es fácil tramitar las ayudas de la Ley de Dependencia ($M=1,45$; $DT=0,960$); conociéndolos y teniendo acceso a sus programas y prestaciones ($M=1,40$; $DT=1,436$) y con una oferta formativa adecuada a los intereses de las personas mayores ($M=1,59$; $DT=0,904$) (Figura 19).

Figura 19. Media de valoración para “Servicios sociales” (escala 0-3)



Sobre la opinión de las personas mayores acerca de 'Los Servicios Sociales en Zamora son excelentes', el 60,7% está de acuerdo y muy de acuerdo. Con respecto a si 'En Zamora es fácil tramitar la Ley de Dependencia', un 43,1% manifiesta estar de acuerdo y muy de acuerdo con la afirmación, mientras que para el 43,4% les resultan complicados, al estar en desacuerdo y total desacuerdo con la misma. Casi la mitad de los encuestados (49,5%) está en desacuerdo y total desacuerdo con la declaración siguiente: 'Conozco y tengo acceso a todos los programas y prestaciones que me ofrecen los Servicios Sociales'. Ahora bien, en relación con 'Considero que hay oferta formativa adecuada a mis intereses', las categorías de respuesta se acercan, estando el 38,6% en desacuerdo y total desacuerdo con el enunciado y el 50,5% de acuerdo y muy de acuerdo (Figura 20).

Figura 20. Grado de acuerdo para variables de "Servicios sociales" (porcentajes)

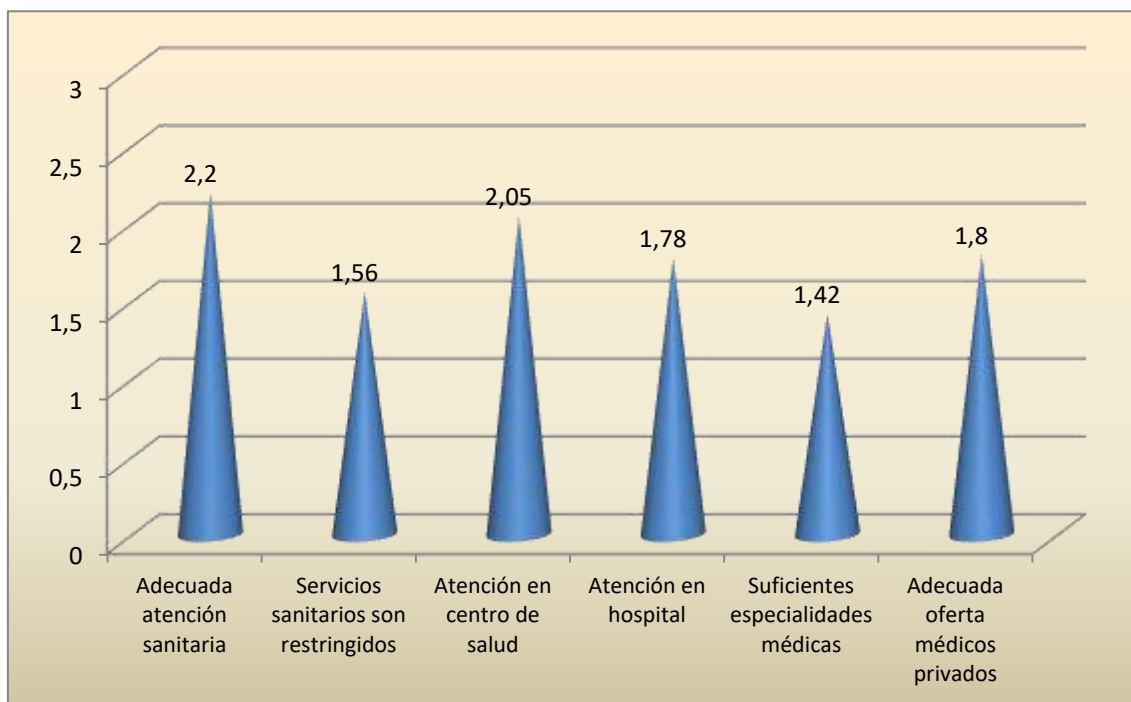


i) Servicios Sanitarios

La buena salud permite a las personas mayores participar activamente en su comunidad; por ello unos Servicios Sanitarios de calidad pueden aumentar su capacidad funcional y disminuir su vulnerabilidad. En este bloque, las variables hacen referencia a: la percepción de las personas mayores sobre una atención sanitaria adecuada (M=2,20; DT=0,866); la restricción de estos servicios (M=1,56; DT=0,985);

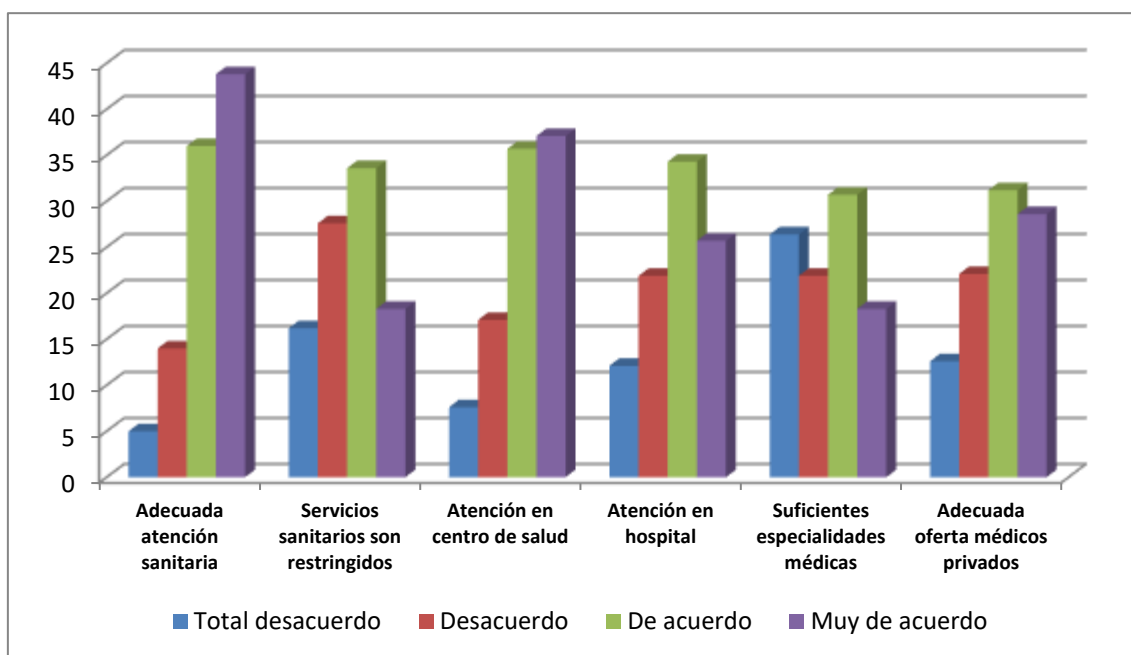
la atención rápida y eficaz en el centro de salud ($M=2,05$; $DT=0,932$); la atención rápida y eficaz en el hospital ($M=1,78$; $DT=0,989$); las suficientes especialidades médicas ($M=1,42$; $DT=1,080$) y la oferta adecuada de médicos privados ($M=1,80$; $DT=1,017$) (Figura 21).

Figura 21. Media de valoración para “Servicios Sanitarios” (escala 0-3)



Las personas mayores de Zamora manifiestan estar de acuerdo y muy de acuerdo en un 79,8% con la variable: ‘Como persona mayor recibo una adecuada atención sanitaria’, y aunque más de la mitad de la muestra (51,9%) indica estar de acuerdo y muy de acuerdo con ‘Los Servicios Sanitarios en Zamora son muy restringidos’, el 43,8% está en desacuerdo o total desacuerdo. Afirman estar de acuerdo y muy de acuerdo en el 72,8% de los casos en ‘Recibo una atención rápida y eficaz en el centro de salud’, disminuyendo ese porcentaje hasta el 60% en el caso ‘Recibo una atención rápida y eficaz en el hospital’. Con respecto a la declaración: ‘En el hospital de Zamora hay suficientes especialidades médicas para recibir una atención adecuada’, menos de la mitad de los participantes (49%) está de acuerdo o muy de acuerdo; coincidiendo en las mismas categorías el 59,8% en relación con la cuestión de si ‘En Zamora hay una adecuada oferta de médicos privados’. (Figura 22).

Figura 22. Grado de acuerdo para variables de “Servicios sanitarios” (porcentajes)

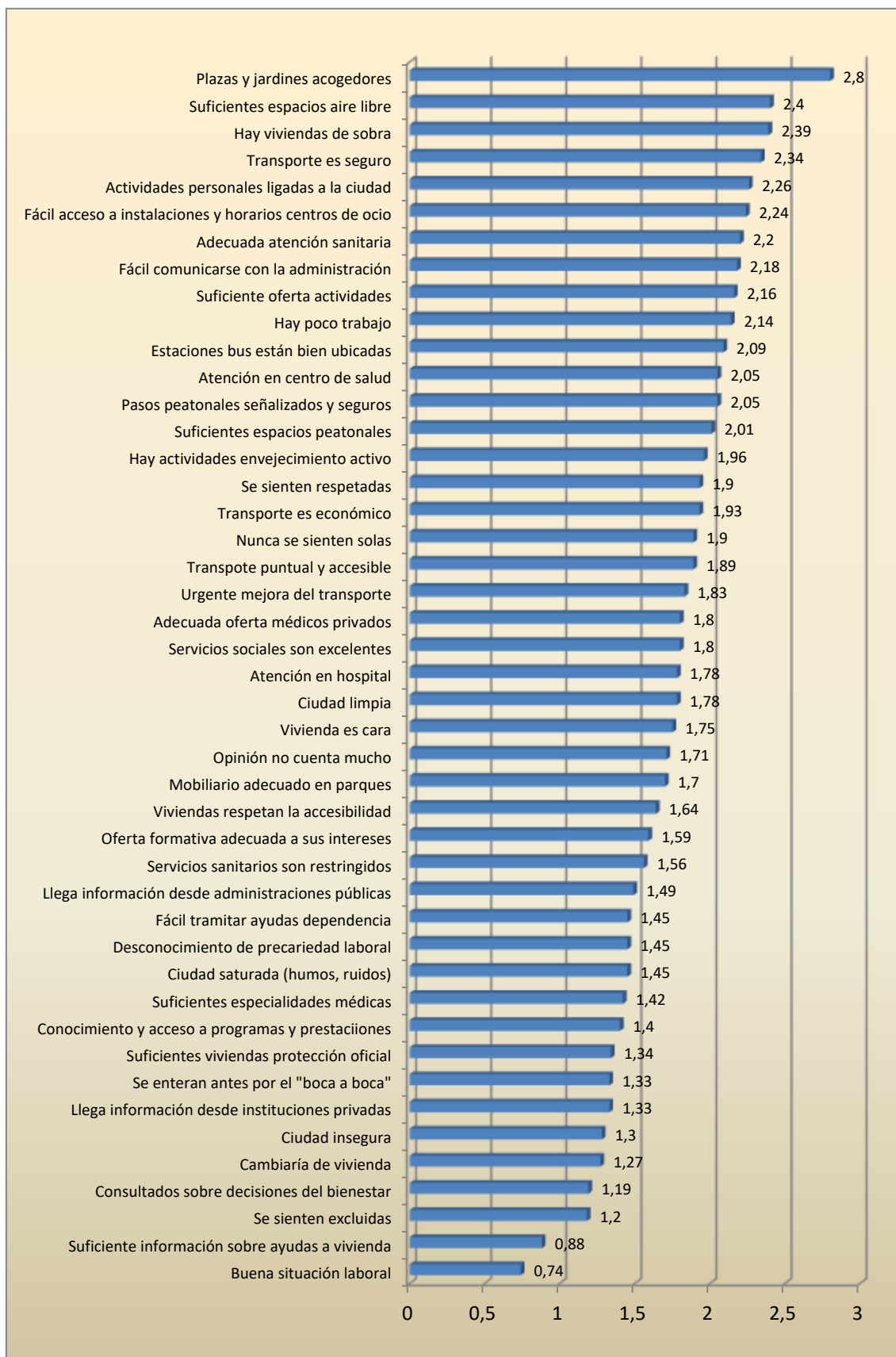


5.4. Radiografía sintética de resultados

Una visión sintética de los resultados que se han expuesto en los apartados anteriores puede verse en la figura 23. En esta ocasión, las puntuaciones otorgadas por las personas mayores a las 45 variables se han ordenado de mayor a menor puntuación media. Así, se pueden obtener al menos las siguientes conclusiones:

- En 30 de esas variables las puntuaciones son superiores al promedio de la escala (0-3) que se ha utilizado. Destacan, sobre todo, variables relacionadas con el entorno, la oferta de vivienda, la seguridad del transporte, las actividades personales que están ligadas principalmente a la ciudad, el fácil acceso a las instalaciones y los horarios de los centros de ocio o la adecuada atención sanitaria.
- Las 15 variables restantes obtienen puntuaciones por debajo de la media del conjunto. No obstante, debe quedar claro que, en este caso, hay un número de variables con puntuaciones bajas y que, sin embargo, por su contenido deben interpretarse de manera positiva. Nos referimos, por ejemplo, a los valores bajos con respecto a los sentimientos de exclusión, la inseguridad de la ciudad o el deseo de cambiarse de vivienda.

Figura 23. Grado de acuerdo de las personas mayores de Zamora sobre las variables del cuestionario (ordenadas de mayor a menor puntuación media)



5.5. Conclusiones

1. Si bien las políticas públicas dirigidas a las personas mayores cada vez van cobrando más importancia social, pareciera que estas políticas siguen sin poder garantizar plenamente su inclusión desde el punto de vista de sus derechos.
2. El entorno es un criterio primordial en la inserción social de las personas mayores. La adaptación de los elementos estructurales del entorno a las características y necesidades de este colectivo puede lograr su comodidad y aumentar su calidad de vida. La situación del entorno y los espacios al aire libre han sido valorados positivamente por los encuestados, si bien se ha referido que no hay suficiente equipamiento adaptado o pensado para las características y necesidades de las personas mayores.
3. Si se tiene en cuenta que la ciudad de Zamora es un municipio de tamaño medio, la ausencia de información en este bloque del cuestionario podría ser imputada a que los encuestados no son usuarios asiduos del servicio de transporte público en la ciudad al ser ésta accesible y cómoda para desplazamientos a pie. De igual manera que en el bloque anterior, la valoración de las personas mayores es positiva o muy positiva en cuanto al servicio de transporte público, su precio y accesibilidad.
4. La imagen de la situación de la vivienda por parte de las personas mayores no muestra una valoración tan homogénea ni tan positiva. Más de la mitad de los encuestados considera que se respeta la accesibilidad para los mayores, pero casi la otra mitad considera que no se respeta. Si bien la mayoría considera que hay viviendas de sobra en Zamora, también la mayoría considera que no hay suficientes viviendas de protección oficial, siendo caro su precio en la ciudad. Esto permite deducir que las personas mayores de Zamora estiman que hay mucha vivienda particular de acceso caro y que debería de haber más viviendas protegidas y, en consecuencia, más económicas. Además, la mayor parte afirma no tener suficiente información sobre ayudas para comprar o reformar la vivienda.
5. Las personas mayores de Zamora se sienten respetadas e integradas en la ciudad y, en general, no se sienten solas. Además, consideran que es una ciudad segura, elemento que constituye un apoyo a su bienestar social.
6. La mayor parte de las personas mayores participan en actividades relacionadas con el envejecimiento activo; considerando que hay suficientes

actividades e instituciones para participar y valorando positivamente las instalaciones y los horarios. El protagonismo es uno de los pilares del envejecimiento activo; y la demanda de los participantes constata, por un lado, su escasa influencia en la vida social por la falta de cauces y, por otro, el interés de las personas mayores por tener oportunidades para ejercer su derecho a la participación.

7. La valoración que hacen las personas mayores residentes en la ciudad de Zamora sobre el apoyo social que reciben y su participación es positivo. Aunque desde su experiencia mencionan que, si bien cuentan con una variedad de actividades específicas para su grupo, así como entidades de la sociedad civil que facilitan su participación, no obstante, tienen menos oportunidades cuando las decisiones están relacionadas con su bienestar, lo que puede menoscabar su sentido de pertenencia. Se entiende que cuando las personas mayores hablan sobre su bienestar están haciendo referencia a aquellos aspectos relacionados con la salud, la dependencia, los servicios sociales, y ante los cuales se sienten vulnerables al no sentirse involucradas en la toma de decisiones y, por lo tanto, siendo escasamente reconocidas sus aportaciones, como recomiendan los Principios de las Naciones Unidas en favor de las personas de edad (Resolución 46/91 Asamblea General).
8. En cuanto a la información recibida por las personas mayores de Zamora en relación con las instituciones públicas, la muestra se divide casi igualmente entre los que consideran que hay suficiente información y los que consideran que no se les informa convenientemente; mientras que la mayoría percibe que las entidades privadas no informan de sus actividades y propuestas. Estos hallazgos ponen de manifiesto algunas carencias en la información que reciben las personas mayores y las dificultades que experimentan para comunicarse con las administraciones, con las implicaciones que de ello se derivan en su bienestar general.
9. Las personas mayores de Zamora que han participado en el estudio manifiestan que hay poco trabajo en su ciudad, que la situación laboral no es buena, si bien casi la mitad afirma desconocer si existe dicha precariedad.
10. Su percepción de los Servicios Sociales es muy positiva, pues la mayoría de los participantes considera que son excelentes. Sin embargo, la mitad afirma no conocer ni tener acceso a programas y prestaciones, si bien consideran que la oferta que conocen es adecuada. En cuanto a las gestiones para acceder a las ayudas de la Ley de Dependencia, la muestra se divide entre los que consideran que son trámites fáciles y aquéllos que no opinan de esta manera.

11. En cuanto a la asistencia sanitaria, una amplia mayoría valora que recibe una adecuada atención, rápida y eficaz, tanto en los centros de salud como en el hospital. Sin embargo, más de la mitad piensa que los servicios sanitarios son muy restringidos. Cerca de la mitad opina que las especialidades médicas del hospital son suficientes, si bien consideran que podría mejorarse la oferta. En cuanto a la oferta de médicos privados, más de la mitad considera que es suficiente.

Podemos considerar que la percepción general que las personas de 60 años y más años tienen de la ciudad de Zamora es muy positiva. Valoran favorablemente la mayor parte de los servicios, espacios y ofertas de actividades a ellas dirigidas, si bien son conscientes de que existen algunas deficiencias, así como de las posibilidades de mejora, para cuyo diseño podrían contar con su participación, fomentando su acceso a una mejor información y creando los cauces apropiados para ejercer su ciudadanía.

6. LA VISIÓN SOBRE LAS PERSONAS MAYORES

El análisis de las percepciones sobre las personas mayores en el municipio de Zamora se ha efectuado conforme a lo expuesto en el apartado metodológico, es decir, tras la realización de cuatro grupos de discusión, en los que han participado 27 personas conforme a los perfiles previstos: personas mayores, familiares y cuidadores, profesionales y técnicos especializados en la atención directa o que están implicados en el diseño de planes, programas y proyectos con impacto en las personas mayores. Los cuatro grupos de discusión han girado en torno a los siguientes bloques temáticos:

- a) Situación de las personas mayores, incidiendo también en el trabajo en red y la cooperación de familias, profesionales, instituciones, entidades y asociaciones de mayores en tareas o actividades sobre envejecimiento.
- b) Propuestas para la intervención social y comunitaria, con especial atención a las medidas que contribuyan a mejorar la calidad de vida de los mayores.

Asimismo, y dada la relevancia del tema, se ha considerado conveniente dedicar un apartado específico a la vulnerabilidad digital de las personas mayores.

6.1. Situación de las personas mayores en el municipio de Zamora

La situación de las personas mayores depende de numerosas variables, tanto individuales como comunitarias. Si bien las primeras han tenido cierto protagonismo, en este apartado se ha tratado de profundizar en los componentes colectivos. Más concretamente, se puede hablar de las siguientes subcategorías de análisis:

- Espacios al aire libre.
- Transporte.
- Vivienda.
- Respeto e imaginario social de los mayores.
- Inclusión social.
- Participación social y comunitaria.
- Comunicación e información.
- Participación cívica y jubilación.
- Servicios sociales y sanitarios.

a) Espacios al aire libre

Los mayores refieren como una de sus actividades cotidianas “salir de paseo”. Ello les permite conseguir varios beneficios: tanto salir de casa como realizar una actividad física moderada. Además, se trata de una actividad que pueden realizar individualmente o en grupo y que no requiere planificación previa. Ello es confirmado los diferentes profesionales (GD2)⁹ al afirmar que:

Les gusta caminar... por la parte del río.... De los tres arboles. GD2

Siempre hay gente por la llamada ruta del colesterol. GD2

En Zamora entres por donde entres a la ciudad siempre hay mayores paseando... caminando... por la parte de entrada de Benavente... por la parte de Vista Alegre... unos en deportivas otros con camisa y zapatos. GD2

Se considera que hay suficientes espacios al aire libre en la ciudad de Zamora. La limitación para disfrutarlos más no vendría dada de los equipamientos de los espacios, sino del clima, especialmente en los meses de invierno.

Lo que echamos más de menos es por ejemplo no tener el clima de Málaga. GD4¹⁰

Aquí tenemos mucho frío. GD4

Nos gusta estar en Zamora porque somos de Zamora, pero veo ahora que los inviernos se me hacen más fríos. Antes cuanto trabajaba no tenía frío. GD4

Los profesionales están de acuerdo con las afirmaciones anteriores y señalan que los mayores zamoranos utilizan poco los parques y jardines de la ciudad.

Hay que tener en cuenta el clima que tenemos... hay parques y jardines que por diseño y situación solo se puede utilizar dos veces al año. GD2

El uso de parques y jardines es escaso... solo para ir con los nietos y poco más. GD2

⁹ Grupo de discusión conformado por técnicos -profesionales- especialistas en atención a mayores. Realizado en el mes de octubre en Zamora.

¹⁰ Grupo de discusión conformado por mayores asistentes a un Centro de Día. Realizado en el mes de noviembre en Zamora.

Para ver a tres o cuatro mayores juntos agradablemente sentados en un jardín... es difícil... solo unos pocos... a ellos lo que les gusta es pasear... y pasear.... arriba y abajo. GD2

Como alternativa al caminar y poder realizar ejercicio al aire libre, los profesionales, señalan la existencia de que en algunos de ellos hay habilitadas “zonas biosaludables”, sin embargo, consideran que:

Sería deseable que en esas zonas hubiese monitores que enseñasen a usar correctamente los aparatos que hay.... Se pueden usar mal y hacerse daño en los hombros... o cualquier otro sitio. GD2

Tanto por los mayores como por los profesionales se hace referencia a paseos saludables organizados (senderismo urbano), aunque no son muy conocidos y, por tanto, utilizados por una minoría.

Aquí se hacen los paseos saludables que eso lo lleva Luis que es un fenómeno. GD4

b) Transporte

No ha sido uno de los principales temas de interés, pues debido al tamaño de la ciudad, los mayores suelen ir andando a realizar las gestiones y actividades de su vida cotidiana.

Zamora es una ciudad pequeña, vas a todos los sitios andando, a San Lázaro... GD4

Ellos van andando... poco a poco... y así van a los sitios.... además, cuando hacen actividades lo tienen cerca... hay actividades en todos los barrios GD2

Los profesionales están de acuerdo con las afirmaciones anteriores y reconocen el poco uso del transporte público por la ciudadanía zamorana en general.

Seas joven o no tan joven aquí la gente coge poco el autobús para ir a los distintos sitios y si no lo haces de joven... de mayor menos... porque no tienes esa costumbre. GD2

Y además lo que cuesta dinero... les cuesta mucho... y ya si es un taxi... ni te digo.... No lo tienen en el chip. GD2

Las diversas asociaciones y centros dedicados a ofertar recursos a los mayores tienen vehículos adaptados para facilitar su movilidad espacial a lugares concretos. Se ha señalado un servicio de transporte que lleva a los mayores a los Centros de Día de la ciudad. Ha recibido valoraciones muy positivas de éstos e incluso se ha considerado que podrían existir servicios similares para llevar a las personas mayores a centros e instituciones que desarrollen distintas actividades.

Hay un autobús que los recoge y los lleva al Centro de día. GD3¹¹

Hay, hay que te llevan a los centros de Día. GD4

Hay que plantearse esta cuestión, no solo para los Centros de Día, porque sus capacidades físicas se van anulando y necesitan transporte para ir a las distintas actividades que se ofertan desde las asociaciones o de centros. GD2

Quizás recoger al usuario cerca de su casa... no en la misma puerta... pero cerca y que puedan ir a realizar distintas actividades. GD2

c) Vivienda

Los mayores participantes en los grupos de discusión no perciben la vivienda como una necesidad o una limitación. Es bastante común que tengan una vivienda en propiedad, a veces incluso también una segunda residencia.

Yo creo que la vivienda sin problemas. GD4

El grupo de profesionales percibe que la mayoría de los hogares donde viven los mayores están adaptados, ya que al ser conscientes de las limitaciones físicas de su edad son ellos mismos los que deciden readaptar su vivienda para su comodidad.

Son conscientes de la necesidad de adaptar la vivienda a su situación física... y dicen bueno cambio el gas por la electricidad, la bañera por el plato de

¹¹ Grupo de discusión conformado por cuidadores de personas mayores (todos superan los 60 años a excepción de una persona que casi los alcanza). Realizado en el mes de noviembre en Zamora.

ducha... sale muchas veces de ellos mismos... a veces los hijos... pero la mayoría de las veces son ellos los que se dan cuenta y lo hacen. GD2

En cuanto a la accesibilidad reconocen, los profesionales, que hay zonas de la ciudad (barrios periféricos principalmente) en los que hay edificios sin ascensor o con accesibilidad deficiente.

Según barrios hay problemas, edificios de hasta cuatro alturas sin ascensor o cuando se ha mejorado... o se ha intentado mejorar la accesibilidad... a veces, se han hecho, unas rampas vertiginosas... que bueno. GD2

Algunos mayores, quizás por el temor de que “llegue el momento” en que por sus condiciones físicas no puedan bajar y subir escaleras y que la casa les “atrape” al vivir en un edificio carente de ascensor o de dispositivos que faciliten su movilidad, son ellos mismos los que tratan de informarse sobre la existencia de ayudas públicas para esta finalidad.

Algunos van a los servicios sociales, o preguntan en asociaciones dónde hay que ir o cómo pedir ayudas para esto del cambio de accesibilidad y te preguntan ¿qué eso para pedir lo del cambio para el ascensor y lo de las rampas? GD2

En el grupo de cuidadores la gestión de plazas residenciales ocupó un papel central en el discurso. Se considera, en relación a ello, que la vivienda es un recurso que se puede emplear cuando se necesita acceder a determinados cuidados o servicios. Es decir, su venta proporciona una serie de ingresos que permiten suplir las necesidades económicas resultantes de la diferencia entre la pensión recibida y el coste mensual de la residencia.

Hoy día la que no tenga un piso para vender y pagar la residencia... mal va. GD3

El acceso a centros residenciales está cargado de controversia. Entre otros aspectos, se menciona la picaresca de algunas familias que venden sus bienes y distribuyen la cuantía entre los hijos porque así, el mayor no dispone de bienes inmuebles y tiene un acceso prioritario pagando menos o incluso accediendo de forma gratuita a una residencia pública.

Hay mucha picaresca también. La gente reparte los bienes, los pisos entre los hijos para no tener que pagar en las residencias. GD3

Un tema colateral a la vivienda que surgió en uno de los grupos fue el del arraigo al territorio. Se considera que las generaciones más jóvenes han perdido este arraigo con el lugar de origen y, muchos hijos de la generación de mayores actual han emigrado fuera de Zamora fundamentalmente para buscar un empleo.

Ahora la gente joven no tiene arraigo. La gente joven eso se está acabando. GD3

Sobre este tema el grupo de técnicos piensan que si bien, en la actualidad, para personas que han roto sus relaciones sociales y familiares hay instituciones públicas y privadas se les ofertan servicios para comida a domicilio adaptada a sus necesidades (hipertensos, diabéticos...) y en algunos casos el ir a comedores públicos (lo que se busca con esto último es que hagan vida social y tengan una dieta correcta), también consideran que la emigración zamorana de los que ahora son jóvenes y adolescentes irá en aumento, por lo que en muy pocos años habrá mucha población envejecida y sobre-envejecida que no tenga un núcleo familiar cercano. Ello dará lugar a nuevas necesidades y dificultades que los servicios públicos y privados dirigidos hacia las personas mayores tendrán que ir resolviendo.

Hay que ir poniéndose las pilas en esto... y en otras cosas más. GD2

En ese sentido como alternativa complementaria a las “residencias tradicionales”, a los pisos tutelados y al implementado en algunas localidades por la Junta de Castilla y León denominado: modelo de atención residencial para personas mayores “ en mi casa”, se barajan diferentes propuestas, entre ellas: el modelo planteado por algunos países del norte de Europa y en Estados Unidos sobre “pisos compartidos por personas mayores” (Cohousing), en este modelo cada uno tiene su propio dinero, espacio privado y su “propio estilo de vida”, lo que les une es la edad, evitado la soledad al generar interacción social con personas de edades semejantes y realizar actividades acordes a sus gustos e intereses. Además, al compartir gastos de luz, calefacción, etc. también les permite tener algo más de holgura económica para “más adelante”. Una variante de esta modalidad son las denominadas “urbanizaciones de mayores”, puestas en práctica en algunas ciudades españolas, aunque en la actualidad muy frenado por la crisis económica, que nacieron bajo la mano de las firmas privadas residenciales para mayores. En estas urbanizaciones se alquilan

apartamentos- de uno a tres dormitorios- a personas de más de 60 años que están en buenas condiciones psíquicas y físicas, allí tiene sus propios muebles, mascotas, zonas comunes, servicios sanitarios etc. O los edificios de carácter público que con un alquiler más modesto que los casos anteriores están adaptados para mayores y personas con movilidad reducida.

Así no tienen que irse con los hijos a otro lugar diferente a Zamora, ni marcharse a una residencia... una residencia es eso una residencia... ellos no van a su casa.... van a una habitación. GD2

Estas últimas propuestas no son compartidas de forma mayoritaria por los integrantes del grupo.

Si es un buen modelo, pero para aquellos que tiene dinero suficiente para hacer frente a los gastos, el problema es que es caro depende del lugar, de la ciudad, puede subir el precio a más de mil euros... y no todos los mayores disponen de esa cantidad mensual. GD2

Y tendrían que tener el apoyo económico de sus familias... si es que pueden apoyarles o enajenar sus bienes... y mientras están en condiciones físicas y psíquicas...el problema es cuando llega el deterioro físico y cognitivo... qué hacemos. GD2

Cuando llegue el momento se puede intentar hacer o adaptar como una residencia de personas que necesitan más apoyo dentro de estos propios edificios. GD2

Lo que yo veo es que esto son modelos ideales para mayores ideales. GD2

Lo que está claro es que el modelo actual para los mayores... los que serán mayores dentro de unos años no va a servir hay que buscar alternativas... ellos van a querer decidir cómo vivir los últimos años...yo creo que no van a querer ni irse a otro lugar ni con los hijos y a una residencia... así como así. GD2

Sin embargo, Zamora sería un buen laboratorio para poder realizar este tipo de viviendas. GD2

d) Respeto e imaginario social de los mayores

En ciertos comentarios de algunos grupos se observa la necesidad de un empoderamiento de la figura del mayor frente ante algunas injusticias a las que sienten que son sometidos, y que algunos profesionales perciben incluso como situaciones abusivas que, de ellos, en ocasiones, se hace para el cuidado de los menores de la familia y que repercute en cómo poder dedicar su propio tiempo e incluso puede afectar a su salud.

Los mayores debemos ser más egoístas. Los mayores tenemos que vivir. GD4

Los mayores tenemos que ser activos EN TODO. Y digo en todo, y vuelvo a encomillar, pero dentro de un orden, de las limitaciones propias de la edad. GD4

Vivamos, vivamos. Nuestros hijos vivirán, nuestros nietos vivirán. Vivamos nosotros que somos mayores, no viejos, viejos son los muebles. GD4

Hay, en ocasiones, uso y abuso de los mayores por parte de los hijos para que cuiden de los nietos. GD2

Hay algunos que lo exigen y no se dan cuenta o no quieren ver que lo que hacen los abuelos es desinteresado... y son muchos días y muchas horas... una cosa es una ayuda puntual y otra... eso abuso... algunos es que están machacados. GD2

Aunque los profesionales están de acuerdo en la necesidad de empoderamiento por parte de los mayores perciben que es difícil que ellos tomen la decisión de poner límites ante situaciones injustas provenientes de sus familiares cercanos.

En ocasiones la sobre carga que tienen los mayores es enorme... hay que ayudarles a empoderarse- especialmente a las mujeres- para que pongan límites a este uso y abuso...y que llegue un momento en que digan ... mira querido, mira querida... hasta aquí hemos llegado. GD2

Es difícil y complejo poder realizar este empoderamiento, por la situación social actual y estructura actual de muchas familias... es un árbol con muchas ramas. GD2

La clase política centra las críticas de la situación de sus pensiones, la ausencia de dinero para la tramitación de algunos servicios que necesitan, etc.

El tema pensiones está al límite. GD3

Las pensiones son muy bajas. GD4

Y que los jubilaos estamos con estas carencias y que digan los políticos que hemos pagado poco... GD4

Un político termina y 3.000 euros de paro. Así me compro yo un casoplón. GD4

Y luego para los mayores no queda dinero. Y el político se retira con todo. GD4

Y luego te quedas viuda y que queda el 55% y con eso tienes que mantener la casa. GD4

De manera subyacente se demanda mayor respeto social por su trayectoria vital

No se invierte en las personas mayores ni en las jóvenes. Se invierte en la clase media digamos, la gente productiva. GD3

Antiguamente sabías el nombre de todos los del pueblo. GD3

Sé un buen estudiante, sé un buen trabajador y ya nos ocuparemos de ti. Esa última parte se la han olvidado. Entonces a la gente lo que le queda es la familia. GD3

Aunque hay una idea general de los mayores en Zamora están bien “atendidos”, consideran que están relegados a un segundo plano en detrimento de otros colectivos.

Zamora está bien atendida en general. Alguna ayuda de algún tipo, pero no hay dinero. GD4

Yo a nivel de Ayuntamiento creo que miran más por la gente más marginada que por el propio pueblo como nosotros. La mayor parte de las ayudas van destinadas a gente para reciclarse. GD4

En un grupo de profesionales, por el contrario, se consideró que los mayores residentes en Zamora tienen más atención y actividades que otros colectivos.

Por ejemplo, tienes un adolescente en casa... y qué haces con él... solo hay cosas puntuales para ellos, hay pocos programas... sin embargo los mayores en lo del envejecimiento activo... todos los días pueden hacer tres cuatro y más actividades diferentes en distintos centros, asociaciones. GD2

Hay veces que la posibilidad de realizar actividades son muchísimas... algunos tienen envejecimiento y sobre envejecimiento sobre- activo. GD2

Sí van a una actividad de tal a tal hora, otra de tal a otra hora... así todo el día... y si cambias algo y no se puede dar a esa hora... protestan... no porque a esa hora estoy en otro sitio. GD2 (sonrisas)

Por parte de los profesionales piensan que, a los mayores de Zamora, en general se les respeta mucho.

Tienen suerte porque son mucho... por eso se les respeta. GD2 (risas).

Y no es que no haya respeto a los mayores... es que algunos no tienen respeto hacia nada ni nadie... van con el patinete o lo que sea y atropellan a quien sea... mayor niño. GD2

Quizás, reflexionan, más que los más pequeños y los de más edad sea la gente más joven la que pierde más el respeto hacia los mayores por lo que habría que realizar programas y crear espacios intergeneracionales con adolescentes.

El adolescente deja de necesitar a su abuelo... y ya no se acuerda de que lo llevaba y traía del colegio. GD2

Las actividades deberían de ir relacionadas con inculcar la idea de que "envejecer no es perder facultades". GD2

En un grupo de discusión un participante dijo que antes eran más considerados que ahora lo que rápidamente generó el consenso del resto del grupo.

No es que a nosotros nos tengan mal. Yo pienso que nos tienen bien, aunque nos tienen cada vez peor. GD4

Socialmente, también se considera que la persona mayor debería pensar más en ella, pero que, en cambio, la coyuntura social y laboral de sus hijos e hijas donde tanto el

varón como la mujer trabajan hace que, si los abuelos están cerca y tienen nietos, se sientan obligados a prestar un importante apoyo en su cuidado y crianza.

Hemos hecho por los hijos bastante, no tenemos que hacer más. GD4

Se ha pasado de cuidar a los niños a cuidar a los padres y ahora a los nietos. GD3

Los abuelos queremos darles a los hijos lo que no nos dieron a nosotros. GD4

No obstante, no hay un consenso claro, mientras algunos de los participantes se mostraron encantados de cuidar y hasta “criar” a sus nietos, otros pensaban que eso es labor de los padres y que ellos ya han cumplido con su función de educar y criar a sus hijos.

Los abuelos hoy día con los nietos bien. Los hemos criado. Yo a mi nieto lo he criado yo. GD4

Es lo que nos levanta, los nietos. GD4

Los nietos deben ser educados por sus padres. GD4

A los hijos se les llega a calificar de egoístas, pues sobrecargan a los abuelos para ahorrarse el pago de servicios complementarios en el colegio, guarderías....

Los hijos se han hecho muy egoístas. Ahora quieren tener de más. Trabajan los dos, tienen hijos y ... GD4

En vez de pagar la guardería ese tiempo que va a estar hasta que mamá sale del trabajo, pero es que esas pelitas me van bien para irme de vacaciones. GD4

Puesto que las palabras connotan significados, resulta llamativo que una de las mayores mencione el concepto “asistontas”, haciendo referencia a muchas abuelas que en realidad actúan como asistentas con sus hijos, hijas, nietos y nietas.

Mientras tengan “asistontas” que son las abuelas... GD4

La soledad de los habitantes del Planeta Zamora es relativa. En las entrevistas se observa la ambivalencia. No se quejan de sus familias, cuyo relativo distanciamiento

es bien recibido y valorado, como merece la orgullosa autonomía que manifiestan. Casi todos ven o cuidan a sus nietos, pero no todos los días. Lo que critican de la vida de sus hijos, en general, es que no dedican a la familia el tiempo y el dinero, los recursos que cada cual tenga en su caso, a los hijos, como hacían ellos:

Los padres jóvenes no se gastan los ahorros en pagar a alguien que se esté con los hijos, ahora todo es, no sé si para la hipoteca o para viajar. GD1¹²

Por otro lado, los profesionales perciben que esa sobre- actividad que tienen algunos mayores es debido a un intento de paliar su soledad.

Muchos lo hacen por sentirse acompañados.... No pensar que su día es inmenso. GD2

Hace unos años nadie se apuntaba a los talleres de plumilla y ahora se da en tres centros y es que está lleno... ¿por qué es que ahora les gusta eso de la plumilla? no ... lo que creo es que así salen de casa y se relacionan con otras personas, no están solos... están ocupados. GD2

e) Inclusión social

En el grupo de mayores que asistían a un centro se habló de los descendientes, en cambio, el grupo de cuidadores (donde todos superaban los 60 años, a excepción de uno al que no le faltaba mucho tiempo para dicha edad) centró el discurso en sus ascendientes. Por tanto, las necesidades familiares de unos y otros condicionan su vida y también sus focos de interés, así como las posibilidades de tener una vida social más o menos satisfactoria.

Estoy cuidando a mi madre que tiene 96 años. He dejado toda mi vida. Y yo también soy mayor y también necesito muchas cosas, pero ella no se da cuenta. GD3

Opté por ir a una residencia porque físicamente ya no podía cuidar a mi padre y con 82 años a ver quién cuidaba a quién. GD3

¹² Grupo de discusión conformado por personas mayores. Realizado en el mes de noviembre en Zamora.

El grupo de profesionales percibe que, si bien en ciertos casos son los hijos los que “tiene que tomar las riendas” porque ellos no están en condiciones de tomar decisiones, en algunos casos, los familiares con mayores que ya “no son tan autónomos”, por motivos laborales o por “darse un respiro” en su cuidado, intentan que sus padres realicen diversas actividades o acudan a determinados centros sin previamente hablarlo con ellos. Y es por ello piden se respete más las opiniones, los gustos e intereses de los ancianos.

Viene y te dicen qué tenéis de actividades entre tal a tal hora... es como querer colocar al abuelo en algo... en lo que sea durante unas horas... yo les digo... yo no soy un catálogo de cosas... primero hay que conocer a la persona para poder ofrecerle un servicio y después trabajar con él. GD2

Hay muchas actividades... así que “los recolocan” en distintos sitios. GD2

Hay casos que ha quedado una persona viuda y antes estaban bien, salían a pasear juntos, pero ahora... los hijos intentan que salgan y no estén en casa todo el día en la televisión y por eso les apuntan para hacer actividades con toda la buena voluntad, pero sin contar con ellos... casi los arrastran para que vayan. GD2

Otros los llevan a los Centros de Día... los quitan del televisor y en cierto modo por lo menos están acompañados. GD2

Quizás sea porque los jóvenes entendemos la soledad como un problema y por eso les estimulamos a que hagan cosas. GD2

Más que estímulos lo que se hace es empujar al mayor... meterlo en un carril... se pierde el respeto a la decisión de los mayores. GD2

Para los cuidadores, la participación social es secundaria, pues su principal obligación es el cuidado de su padre, madre o hijos con discapacidad. La limitación de las horas que tienen que estar con sus familiares condiciona su ocio y esparcimiento. Cuando una de las participantes indicó que ella necesitaba salir de casa y hacer actividades cuando cuidaba a su padre, el resto le dijo que eso se podía hacer cuando se tiene a otra persona que te pueda cubrir ese tiempo, pero que hay mucha gente que no tiene esa posibilidad.

Yo cuando cuidaba a mi padre lo pasaba muy mal. Y entonces fui a estudiar el Graduado escolar porque tenía que salir y despejarme. GD3

Una frase muy contundente fue recogida y aceptada por el resto de grupo de cuidadores: *O cuidas o tienes vida*. De forma clara se plantea la dicotomía entre ser cuidador y tener tiempo para poder dedicarte a ti mismo. Puesto que muchos de los cuidadores son personas mayores de 60 años, el resultado del aumento de la esperanza de vida y de algunas de las debilidades del sistema de atención a la dependencia, es que personas que deberían cuidarse como vía promoción de su propia autonomía personal, agravan su estado físico y mental por la enorme carga que les supone ser cuidadores o cuidadoras.

La gente vive más, son más años que tiras del patrimonio familiar y a la larga están hipotecando el tuyo. GD3

Yo sé que cuando eres una carga le haces hipotecar su vida. Yo no quiero ser una carga. GD3

Sobre esta última afirmación algunos profesionales consideran que en la actualidad cada vez hay más personas mayores “que cuidan de otros mayores”, pero que dentro de los “jóvenes-mayores”, es decir los que tiene entre 60- 67, por su propia experiencia vital, poseen más autoconocimiento de su edad y de lo que quieren a esa edad y reflexionan sobre cómo quieren vivir su vida ahora y más adelante. Esto también será un reto para instituciones públicas privadas ya que se encontrarán con unos mayores que:

Si hace unos años había una gran mayoría iletrados, ahora ya no lo son y dentro de unos años habrá una mayoría de ancianos que han sido universitarios, por tanto, sus expectativas y demandas serán muy diferentes a las actuales. GD2

Por último, en cuanto a la inclusión social, se habla de una evolución de la sociedad hacia mayores cotas de individualismo, considerando que la ayuda entre vecinos ya no existe, ni siquiera en ciudades pequeñas como Zamora.

La ayuda mutua que antes existía ya no se hace. Eso ya se acabó. GD3

A veces si te encuentras a alguien que te dice... mira mi vecina es que no sale... o mira a ver que hacemos para que salga... pero cada vez menos. GD2

f) Participación social y comunitaria

Se considera que hay una gran diferencia entre el nivel de asociación y el nivel de participación en las asociaciones de mayores. Es decir, muchos mayores están apuntados a una entidad asociativa, pero sólo una pequeña parte de ellos asiste de forma regular a estas entidades y participa de forma activa en las actividades propuestas.

Yo estoy quemado. Nosotros tenemos las charlas de tráfico. Menos mal que conseguimos que hubiera aquí un grupín. ¿Sabes cuántos socios somos? 1000 y algo de socios. Y luego no vienen aquí a nada. GD4

En San Lázaro, en los Tres Árboles, participa la gente, pero solo un grupo. Sería bonito tener más. GD4

¿Cómo animo?, a que pongo un niño ahí dando un chupa-chups a cada uno... GD4

Todo lo que sea gratis... ya se sabe... GD4

Hay que apalancar para que la gente participe. GD4

Algunos participantes de los grupos de discusión eran voluntarios, pero la mayoría no realiza una participación comunitaria activa.

Me he dedicado al voluntariado de Cruz Roja, al voluntariado de la Caixa y a lo que es echarles una mano a los mayores. GD4

Intento dar algo de lo que me dieron a mí. GD4

Yo qué le doy a Cruz Roja. Mi tiempo. Tengo 12 personas que visito al mes. Los lunes tenemos clases de memoria y sobre todo de armonía que nos juntamos. GD4

En el grupo de cuidadores hemos encontrado importantes reticencias a la figura de los voluntarios por considerar que no son personas formadas, que no tienen compromiso, que tienen buena voluntad, pero quizás no continuidad y que suplen tareas que debería realizar el Estado.

Yo suprimiría los voluntarios, porque ese trabajo lo debe hacer la Administración. GD3

El voluntariado es una especie de transacción escondida. Le vale de prácticas para la Universidad, le dan créditos. Eres un voluntario con un objetivo. GD3

Esta opinión muestra que se desconoce la Ley de Voluntariado de Castilla León que precisamente asegura que los voluntarios tengan una formación específica respecto a la labor que desarrollarán, la existencia de un compromiso, derechos y deberes, así como que sus funciones no pueden sustituir en ningún caso las que deben realizar profesionales.

En términos generales se valoró muy positivamente las actuaciones de organizaciones humanitarias como Cáritas o Cruz Roja.

Lo que hacen las organizaciones por los mayores para mí es mucho, mucho. Cáritas es una institución fenomenal, Cruz Roja hace también paseos saludables, se hacen charlas... GD4

Cruz Roja y yo como miembro, hay muchas visitas a domicilio, hay atención a personas que lo necesiten. GD4

A mí la Cruz Roja me ayudó mucho. GD3

Se considera que la oferta de actividades para los y las mayores es buena y amplia.

Zamora está a tope de actividades para mayores. GD4

Aquí en Zamora hay bastante para los jubilados, sí tienen cosas: baile, gimnasia, hay bastantes cosas. GD4

Aquí en Zamora yo veo a los mayores bien. Bien atendidos. Cierto que hay mucho jubilao. Hay muchas personas que se han venido mucho del pueblo a la capital. GD4

Hay muchas y variadas actividades para los mayores. GD2

Incluso muchas están repetidas, habría que intentar jerarquizarlas y programarlas mejor. GD2

Los mayores en general participan mucho en todas las actividades duran te el curso escolar pero baja en verano.... porque se ofrecen menos y porque se van a otros sitios, por ejemplo, al pueblo y te dice... bueno me voy de vacaciones.

GD2 (risas)

Casi todos los participantes de los grupos asisten o han asistido a diversas actividades.

Nosotros estuvimos 7 años en la Universidad de la Experiencia y lo pasamos muy bien. Hay muchas cosas, pero hay que buscarlas. GD3

Aquí yo creo que hay más cosas que en Madrid. Yo me voy a gimnasia, me voy a Cruz Roja, hay muchas cosas. GD3

Hay grupos que hacen ordenador, que hacen gimnasia, y eso lo patrocina la Caixa. GD3

Yo pinto, me gusta la fotografía, pero no puedo. Todo lo he dejado, no puedo dejar a mi madre sola. Los mandalas los tengo que hacer cuando está dormida. GD3

Yo me voy a gimnasia, me voy a Cruz Roja, hay muchas cosas. GD3

Como soy una persona super activa he continuado haciendo cosas después de la jubilación. He ido a clases de pintura, de cocina, de internet, salgo a pasear, voy al gimnasio... GD4

Voy a gimnasia, a un coro, hago actividades de estas. GD3

Y a la vez muestran preocupación por llegar a todos los sectores en todo momento

Pero también hay personas por ejemplo viudas o personas que no conducen o no tienen casa en el pueblo... que no van a ningún sitio... se quedan en casa sin relacionarse. habrá que pensar en algo ya que no solo pierden a nivel cognitivo sino la forma de relacionarse con otros y luego les cuesta más. GD2

Hay que poner mucha atención en aquellos que dejan de hacer actividades y comienzan a darte excusas para todo. GD2

Hay gente que se da cuenta de que tiene una necesidad y busca soluciones o una actividad..., pero ¿cuántos hay- yo creo que pueden ser muchos- que no se dan cuenta que tienen esa necesidad y cómo hacemos? Hay que preguntarse cuántos están fuera de la red. GD2

Hay algunos muy activos y van a todas las actividades que pueden y son un porcentaje alto, pero ¿llegamos a todos los que nos necesitan? Hay que buscar un radar para ver dónde están las bolsas de los que no llegamos. GD2

También reflexionan de que este gran abanico de actividades y recursos no están al alcance de los mayores que viven en el medio rural “*resulta complicado y difícil llegar*”, y ni siquiera en las áreas periurbanas.

En eso creo que habrá que pensar más en las zonas periurbanas por lo menos ya que dentro de unos años la gente que vive en esas zonas que tiene una casa, una parcela o un chalet ya no va a ser competente ¿qué vamos hacer entonces? GD2

Además, pensando en un futuro no tan lejano consideran que habrá que estructurar las actividades, servicios y recursos a las diferentes edades, experiencia vital y capacidades. Ver la diversidad de ese colectivo envejecido y sobre-envejecido.

Hay que pensar que el grupo de mayores es muy amplio... Hay que darse cuenta que los mayores son un sector muy amplio... abraza desde los 60 años, incluso antes con los prejubilados y llega hasta los 90 y más. No es lo mismo programas actividades para personas que están activas por ejemplo hasta los 67 años que para los que tienen casi 80...es que abarca 35 y 40 años de diferencia entre ellos.... Habrá que plantarse y codificar por tramos de edad y experiencia de vida. GD2

Hay que escalonar por edad. Por ejemplo, los de alrededor de 67 se apuntan mucho a los viajes, termalismo, van con asociaciones de mayores con el INSERSO, es por su experiencia vital, por su nivel cultural el motivo de elegir esas actividades. Pero hay otros con 80 que... GD2

A la hora de identificar algunos de los límites de los mayores para participar en más actividades, además de cuestiones referidas al carácter y no por una cuestión institucional. Así los profesionales afirman que las actividades son mixtas por tanto el

que se apunten más mujeres que hombres a las diferentes actividades es debido, en gran parte su carácter y costumbres

Ellas en general son más activas dentro y fuera de casa. GD2

Ellos sobre todo los más mayores son más reacios a algunas cosas, por ejemplo, a gimnasia por cada 10 hay 7 mujeres y tres hombres. Es su carácter principalmente. GD2

También se señalan las estrecheces económicas derivadas de pensiones muy bajas y servicios muy caros.

Debido a pensiones muy bajas y condiciones económicas precarias los mayores no participan en más actividades. GD4

Hay criaturas que están viviendo con 600 euros y con 400 euros jubilados y tienen familia a su cargo. GD4

Yo creo que el problema mayor es la economía. Es que esos centros si valen 500 o 600 euros... Si cobras una pensión de 600 y pico. GD4

El centro de Día del hospital vale 750 y a mí los horarios no me van bien. GD3

La falta de participación no es una cuestión simple, sino derivada de múltiples factores:

- Timidez

Hay un problema de timidez. GD3

Porque buscan otros planteamientos de ocio y entretenimiento diferente y no por ello dejan de ser activos. GD2

- Resistencias a salir de casa

El 50% no quiere salir de su casa. GD3

- El copago de algunas actividades

Antes todas las actividades eran gratis, ahora la mayoría hay que pagar. En los bailes hay que pagar. GD3

- El propio carácter personal de cada uno

Yo creo que va en el carácter de la persona. Hay gente que es muy retraída y se ha retraído más de mayor. Va en su carácter. Si te quedas en casa metido...

GD4

- Orgullo

También hay mucho orgullo. Hay un orgullo de mayores que es terrible. Que una persona pueda solicitar o que se le vaya a ver por parte de organismos como Cruz Roja, Cáritas... GD4

Hay mucha gente que no pide que se les ayude para visitarles. Poca gente va y lo reclama. Poca. Es que si pido tal qué dirán... GD4

Es relativa la queja en cuanto a la oferta de actividades y lugares que frecuentar para salir de su *encierro*, del hogar que a veces se vive como una triste fortaleza. No les gusta haya que pagar algunas actividades organizadas por los Centros de Día. Pero cuando algún participante, por su personalidad más introvertida, admite que le cuesta salir y realiza un comentario negativo sobre sus posibilidades, enseguida otros le hacen ver que se trata de una percepción falsa. Salen en la conversación opciones de lugares y actos, una rica oferta que ofrece la ciudad. En general, se relacionan entre ellos bien y llevan bien parte de su soledad. Pero la soledad es un concepto complejo y hay que saber interpretarlo. En el fondo, después de escucharlos, queda claro que la parte negativa de la soledad es el vacío que reina en las relaciones vecinales y con otras generaciones. Los vecinos no se conocen y no pueden dejar de pensar en los tiempos en los que, incluso quienes vivían en pisos, se pasaban muchos minutos en los rellenos de las escaleras compartiendo anécdotas y cosas. Se podían intercambiar libros, prendas de vestir o comidas. Esos tiempos no están en realidad muy lejos, apenas unas décadas. Las mismas que ha protagonizado la transformación del comercio y de la banca, el vaciado de los pueblos y de las tradiciones.

Una señora que conozco me dice "es que ahora ningún vecino me entra, y antes pues hablaba con algún vecino, pero ahora cada uno está a su cosa", y se siente triste. GD1

g) Comunicación e información

Puesto que se menciona un déficit de participación, una posible causa puede ser la falta de información sobre la oferta de actividades que ofrece la ciudad de Zamora. Las fuentes de información mencionadas oscilan desde las informales a través de grupos de amigos, a las formales a través de documentos impresos.

Te informas por amigos, por sitios que anuncian. GD4.

El grupo de cuidadores, muy crítico con las Administraciones Públicas, identificó carencias en la información. No hubo consenso en cuanto a la responsabilidad a la hora de acceder a la información. Mientras unos creen que es cada persona la que debe buscar la información que precisa o le interesa, otros creen que son las instituciones públicas las que deben difundir de forma más eficiente su catálogo de actividades y hacerlas llegar a los usuarios potenciales.

Si tienes un poco de inquietud y vas y te informas. GD3

Hay que informarse mucho. GD3

Pero tienes que ir tú a informarte. El Servicio Público es el que debería hacérmelo llegar a mí. No ir yo de puerta a puerta. GD3

Falta más información. GD3

El Ayuntamiento debería mandar trípticos, igual que los manda diciendo lo bien que lo hace. GD3

Falta un intermediario entre la información de lo que se hace y las personas que están solas. GD3

Los profesionales indican que cada centro/institución diseña sus propias actividades. Unas se realizan porque están subvencionadas y otras por que han tenido éxito en ediciones anteriores. No se pide a los mayores su opinión o participación en su programación.

Hay un consejo de mayores que funciona de forma democrática y algunas veces son ellos los que proponen algunas cosas... sobre todo viajes... oye que los de los bloques se van a tal sitio o que los de cruz roja hacen esto otro. Y en función de si se puede o no se hacen. GD2

Se empiezan a preparar en agosto y septiembre. Se ve lo que ha funcionado bien el año anterior y se introduce algo nuevo. GD2

Se dan a conocer por los medios que tienen as alcance (redes sociales, tablón interno del centro/institución, notas de prensa etc., aunque reconocen que lo que mejor funciona es el “la boca a boca”.

h) Participación cívica y jubilación

Ha habido varias referencias al importante peso cuantitativo de la población mayor, aunque se hace autocrítica en relación a su nivel de participación tanto individual como colectiva. Como ejemplo, se sugiere que podrían realizar importantes cambios en la composición del gobierno. Para ello tendrían que organizarse y movilizarse, aspectos que consideran difíciles.

Seríamos una fuerza enorme, porque somos muchos, para poner muchos cambios. GD4

Hay colectivos que podrían hacer mucha fuerza, jubilados, pero ya se ocupan de que no nos juntemos mucho. GD4

Yo me pregunto, es que las asociaciones de jubilados es que no tienen voz ni tienen voto ni tienen forma de movilizarse. GD4

¿No nos podemos mover los mayores para esas situaciones? Hablando de la manita que el domingo vamos a utilizar podemos cambiar situaciones. Somos muchos. GD4

Se estima que el carácter castellano hace que se produzcan quejas en corrillos, pero que no haya una organización concreta para canalizar esas necesidades, quejas o peticiones y que lleguen a quien tiene la responsabilidad y capacidad para acometerlas.

Hablamos mucho, pero individualmente. GD4

Una persona de procedencia andaluza dice que el carácter castellano no se corresponde siempre con los estereotipos.

El carácter de Castilla no es tan ogro como algunos lo pintan. GD4

Dicho participante también establece diferencias en el nivel de participación entre Castilla y otros territorios.

Hay una diferencia que yo veo con el sur y es la participación del mayor. Empiezan a las 9 de la mañana. Les ves en los centros de día desayunando. Desde por la mañana hasta última hora de la tarde en los centros de mayores, arriba abajo, tomándose un Vermouth. Tienen más participación. GD4

De manera específica, se alude a que los mayores de 70 años son el colectivo más invisible en la participación cívica.

Aquí veo que la franja de a partir de los 70 años no participan. GD4

También se ha aludido a limitaciones etarias para la realización de algunas actividades, cosechando inmediatamente el consenso en el grupo a la hora de criticar estas limitaciones.

Yo sé de gente que iba a la ciudad deportiva y al decirle que tenía más de 75 años no se lo han admitido la solicitud. Yo me he quedado helada. GD4

Respecto al empleo, todos son jubilados. Los hombres han trabajado y también algunas mujeres. El tránsito de la vida laboral activa a la jubilación es asumido de forma diferente en función del tipo de trabajo que se haya tenido (si ha sido más duro físicamente y en condiciones climatológicas adversas, por ejemplo, o ha sido más cualificado y mejor remunerado). Eso incide en la pensión que queda, en las ganas de dejar de trabajar y en la asunción de esta nueva fase de la vida.

El primer año de la jubilación para los que hemos vivido para trabajar lo pasas mal. GD4

Una de las participantes que trabajó en Telefónica relató que había observado un cambio en la concepción en la idea de prejubilarse. En las primeras prejubilaciones de la empresa había grandes reticencias, pero cuando vieron la calidad de vida de los primeros en prejubilarse el resto les siguieron.

El intenso trabajo realizado previamente puede ser un elemento que haga disfrutar y valorar más el tiempo disponible en la jubilación.

Yo creo que la jubilación es lo mejor que le puede pasar a uno después de trabajar muchísimos años. Tener la suerte de poder dedicarte tiempo para ti y para lo que te gusta hacer. GD4

Hace 40 años a casa iba cuando podía. GD4

La visión que se tiene de la jubilación como etapa vital no es homogénea. En el grupo 4 (personas que asisten a un Centro de Día a realizar actividades) es mucho más optimista y activa que la que manifestó el grupo de cuidadores. Las cargas familiares tanto del cuidado de sus propios mayores, como de los nietos y nietas condicionan su tiempo disponible para poder dedicarse a lo que les gusta.

Los años y la incertidumbre por el futuro están en el trasfondo de la importancia de aprovechar esta etapa.

Y luego el futuro. Yo me levanto por la mañana y digo hoy estoy otra vez, mañana es probable que sí, ahora pasado mañana no se lo aseguro a nadie. GD4

Tiene un problema, un problemón, que te van cayendo años encima (se ríe) y no disfrutas lo que querrías en nada. GD4

Para muchos mayores la jubilación es una etapa plena y satisfactoria en la que, una vez liberados de las obligaciones laborales y, siempre y cuando no tengan tareas de cuidado asignadas, puedes disfrutar de un tiempo libre que antes no tuvieron

Es una época estupenda la jubilación. Muy satisfactoria. GD4

Yo la jubilación bien porque no me he quedao en casa. GD3

Ahora llevamos la vida del jubilao. Intentamos divertirnos lo que podemos. GD4

Vamos a vivir lo mejor que podamos. GD4

Esa para mi es la vejez, la satisfacción con uno mismo del deber cumplido. Con tus hijos, tus nietos. GD4

En cambio, para una parte del colectivo de jubilados, esta es una etapa triste, cargada de soledad en la que ven acercarse el final de sus vidas con tristeza y melancolía de tiempos mejores.

Hay gente a la que le faltan las ganas de vivir. GD3

Le das muchas vueltas a la cabeza. El día antes lo tenías ocupado. Y salías de noche y volvías de noche. Y ahora llegas y dices son las 8 de la mañana, me voy a levantar. GD4

Una variable importante es el estado físico y mental.

Hemos entrado en la eterna juventud mientras esta de aquí arriba nos funcione porque este de aquí (el corazón) es una válvula y punto. GD4

En el grupo de cuidadores, varios participantes indicaron su voluntad de ser llevados a residencias cuando no pudieran valerse por sí mismo. Aspecto que resulta llamativo por la férrea crítica que se hizo de los centros residenciales para mayores en este grupo de discusión. Los motivos eran claros: no querían ser una carga para sus descendientes porque sabían lo que condiciona la vida el hecho de ser cuidador o cuidadora.

Yo cuando sea mayor que me lleven para una residencia. GD3

Para que la jubilación se viva como una etapa gratificante se sugieren algunas ideas:

- Realizar un proceso preparatorio

No se prepara a la persona mayor para la jubilación. Si tú le preparas, le explicas, mira, tienes para ir no se dónde... GD3

- Ocupar el tiempo con diversas actividades

Lo mejor en la vida es tener ilusión por hacer cosas y seguir con actividad. GD3

- Favorecer sentimientos de utilidad

Lo importante es que la persona mayor se sienta útil. GD3

- La propia actitud personal, el carácter de cada uno

Saber llegar a la jubilación con actitud, porque muchas veces llegas a la jubilación y no sabes qué hacer con tu vida. GD4

i) Servicios sociales y sanitarios

Ambos constituyen los dos servicios más demandados por la población de mayor edad. Su provisión es más compleja en función de un sobredimensionamiento de las cohortes de mayor edad, por lo que los aspectos sociodemográficos son destacados como una variable importante a considerar.

Zamora es una ciudad muy envejecida, hay muchos mayores y eso hay que tenerlo en cuenta. GD4

Aquí toda la gente somos mayores. A las 7 de la tarde ya no ves a nadie por Santa Clara. Juventud no hay. GD4

La ayuda a la dependencia fue uno de los ejes temáticos a la hora de referirse a los Servicios Sociales. Dentro de ella, la ayuda a domicilio y la teleasistencia son los servicios más conocidos.

Hay personas que están solas. Para eso está la teleasistencia. GD4

Yo mi marido tenía una de las CEAS que venía por la mañana y por las tardes, pero el resto del día estaba yo sola. GD3

Mi madre tiene Ayuda a Domicilio, pero solo dos horas. GD3

Hay un sentir general de la insuficiencia de dedicación y flexibilidad horaria en la prestación de estos servicios. Precisamente, el carácter preventivo no es recogido como algo relevante, ni se ve a los CEAS como un instrumento de prevención de la dependencia, sino como proveedores de recursos una vez que esta se manifiesta. El grupo de cuidadores mostró su miedo a empeorar su situación física y psíquica debido a la dureza que supone el día a día en los cuidados en el hogar. Las limitaciones u objeciones que se han recogido en los grupos respecto a los Servicios Sociales se exponen a continuación:

- Falta de información

Es un servicio de ventanilla (CEAS). Tú vas y te informan. GD3

- Variabilidad en función del profesional que atienda tus demandas y preste el/los servicios

Depende de quién te toque. GD3

- El copago. El copago en algunos de estos servicios es visto como una limitación que, por otra parte, es contraria a la universalidad de la LAPAD (Ley de Promoción de Autonomía Personal y Prevención de la Dependencia).

Yo tuve la dependencia y no pagué nada, después ya ahora he tenido que pagar. GD3

- Las problemáticas derivadas de valoraciones injustas

Ahora la van a valorar otra vez. Una señora con 96 años... dicen que no tiene puntos. Pero me dicen que a mí sí me cogen. ¿Cómo puede ser eso? GD3

Pero también encontramos opiniones favorables a los servicios que prestan.

Con las CEAS tienes mucho apoyo. GD3

La protección de estos servicios es ahora más necesaria que nunca pues la evolución de la sociedad en cuanto al menor número de hijos y el cambio del modelo de familia extensa al de familia nuclear no garantizan el cuidado de los mayores como ocurría hace unas décadas.

Antes ya se sabía en los pueblos que una persona se encargaría de los padres. A veces una hija que era soltera. GD3

A pesar de ello, la ineficiencia o limitaciones comentadas revierte de forma negativa en muchas familias, que, en opinión del grupo de cuidadores, son las que realmente asumen la responsabilidad de cuidar a las personas que no se valen por sí mismas en su rutina diaria.

Somos las familias las que asumimos la parte social. Se pueden llenar mucho la boca (las administraciones públicas) pero ellos saben que las familias vamos a responder. Bien con nuestro patrimonio, nuestro trabajo, nuestro esfuerzo. GD3

En cuanto a los Servicios Sanitarios, las opiniones y visiones son muy diferentes. Se valora positivamente la sanidad pública española en general y la zamorana en particular.

Yo creo que la asistencia médica muy bien. GD4

Yo no tengo problema ninguno con la sanidad. GD4

Zamora, comparando con lo que hay por ahí yo creo que no está mal. GD4

Tenemos la mejor sanidad del mundo, pero está dirigida por seres humanos. GD4

Pero cuando se aterriza en casos concretos cercanos arrecian las críticas.

También cuando tienes algún mal que necesitas, si no vas por urgencia, vas al médico de cabecera la lista de espera es muy grande. Te da tiempo a morirte. GD4

Pero si es grave te atienden, si es de urgencias, enseguida. GD4

Como estrategias de mejora se sugieren protocolos más estandarizados para evitar injusticias en la atención domicilia o al facilitar una ambulancia, según diferentes relatos de personas que obtuvieron distinta respuesta ante la misma necesidad.

Tú vas al médico y si no puedes andar va el médico a tu casa. GD3

Debería haber protocolos más estandarizados porque a unos le dan una ambulancia y a otros no. GD3

Se considera que en la ciudad de Zamora los mayores tienen mejores servicios sanitarios y una atención más diaria y completa que el medio rural zamorano.

En los pueblos los mayores viven bien. El sistema de sanidad cuidado, eso es otro tema. GD4

El grupo de profesionales afirma que para una mejor atención al mayor en cuanto a su bienestar físico-psico-social mantienen contactos frecuentes con otros profesionales de los servicios sociales y de los sanitarios.

6.2. Propuestas para la intervención social y comunitaria

La autopercepción de los mayores integrantes de los grupos de discusión de su situación es bastante positiva, si bien en el caso del grupo de cuidadores, sus limitaciones horarias para organizar su propia vida y la dureza de las largas jornadas de cuidados ofrece una visión más pesimista.

En este caso, se piden recursos residenciales más económicos, apoyos de la Ayuda a la Dependencia de más horas, facilidades en las gestiones, etc.

Se considera que las listas de espera de 2 o 3 años condicionan la saturación de las familias y, en muchos casos, de personas que ya superan los 60 años. Además, sus elevados costes y el sobredimensionamiento del sector privado suponen hándicaps añadidos.

Lo que es una vergüenza es que tengas que esperar 2 o 3 años a que te den plaza en una residencia pública. GD3

Las residencias son muy caras. GD4

Casi todas las residencias son privadas. GD4

La oferta de actividades es bien valorada, aunque el nivel de participación se considere escaso. Como actividades más escasas se señala el teatro (sin coste) o certámenes de poesía.

Darnos más teatro de ensayo, certamen de poesía, que sean gratuitos. GD4

Se propone que también haya un servicio similar, no solo para las personas que tienen una asistencia en los Centros de Día, sino para facilitar a aquellos que se quedan en sus casas inactivos que vayan a distintas actividades organizadas por asociaciones, centros cívicos, ONG, Ayuntamiento, etc.

Yo pondría un servicio de autobús de recogida de personas que se asientan. No es que tal, hay frío. Que te recojan y te traigan a estos centros. GD4

Otra propuesta emergente es reforzar las acciones de animación en los propios barrios.

Lo que hacen los animadores cuando vas al hotel. Que haya una persona en cada barrio que informe que anime y que te diga hay esto, tú vales, puedes.
GD3

Los CEAS deberían hacer, según varias opiniones vertidas en los grupos, una labor de acercamiento, asesoramiento y seguimiento de distintas situaciones. Esto mejoraría la calidad de vida de muchos mayores.

Me parece que para las personas mayores no saben gestionar esto las CEAS.
GD3

Por su parte, el grupo de profesionales considera que los mayores zamoranos tienen en muchas ocasiones una sobreactividad, quizás, como forma de enmascarar su soledad. Igualmente se observa la necesidad de un empoderamiento de la figura del mayor frente a situaciones injustas y que algunos profesionales perciben incluso como situaciones abusivas que, de ellos, a veces, se hace por parte de sus hijos para el cuidado de los menores de la familia y que repercute en su propio tiempo, descanso y que puede afectar a su salud. Igualmente aseveran que, en ocasiones, hay familiares de personas no muy autónomas que por motivos laborales o por atender a sus propias necesidades personales de descanso o de ocio intentan que sus padres, sin tener en cuenta su opinión, vayan a diferentes centros y realicen diversas actividades. Y es por ello piden se respete más las opiniones, los gustos e intereses de los ancianos, ello en aras del respeto que se les debe y como forma de prestar un mejor servicio y fomentar el bienestar de los mayores.

Una de las propuestas realizadas se basa en que, en alguna sala de cine, fuera del horario del espectador y a un precio muy rebajado, de forma periódica, se proyecten películas con un trato muy enfocado “y casi en exclusividad” para los mayores y para personas con discapacidad.

Se debe de hacer frente a los nuevos retos que se planteen en el futuro tales como el sobre-envejecimiento de la población que junto a la emigración Zamora de efectivos jóvenes y de mediana edad, en muy pocos años habrá mucha población envejecida y sobre-envejecida que no tenga un núcleo familiar en la ciudad, situación que propiciará el que los servicios públicos y privados deberán atender. Por lo que, aunque sin consenso entre los participantes del grupo, se plantean como alternativas a los ya existentes: “pisos compartidos por personas mayores” (Cohousing), o la rehabilitación

de edificios públicos que, con un alquiler modesto, sean específicos para mayores y para personas con movilidad reducida.

Muestran gran preocupación por llegar a todos los sectores en todo lugar y aunque reconocen que en el medio rural es *complicado y difícil* ofertar ciertos recursos y actividades, sí debería de plantearse en un futuro no lejano el proponer distintas actividades en las zonas periurbanas.

Afirman que existe una gran variedad de actividades para los mayores en Zamora y piensan que hay un alto porcentaje de éstos que son muy activos e incluso “*excesivamente activos*”, y a la vez existe, por parte de los profesionales, una gran inquietud por conocer- “*poner un radar*”- cuántas personas quedan fuera de la red asistencial y de ocio que ellos ofertan.

Por otra parte, piensan que, bajo la consideración genérica del denominado “colectivo de mayores” hay que diferenciar que éste es muy amplio y heterogéneo en cuanto a experiencia vital, nivel de estudios y rango de edad (desde los 60 años hasta noventa y más, hay un abanico de al menos tres décadas) por lo que se considera necesario, en un futuro cercano, el organizar las actividades, servicios y recursos de acuerdo a las diferentes edades, experiencia vital y capacidades de esa población.

Por todo lo anterior manifiestan que es precisa una mayor coordinación entre instituciones públicas, privadas y asociaciones.

Se necesitan puntos de encuentro como el de esta tarde con este grupo, un punto de encuentro, semejantes a otros que ya existen, con representantes de cada institución pública y privada, de cada asociación, para podernos escuchar unos a otros, poder descubrir las necesidades que tienen los mayores de Zamora, qué es lo que tenemos que hacer para mejorar su bienestar y calidad de vida. GD2

Más allá de los objetivos del estudio que han orientado el diseño metodológico del mismo, uno de los grupos de discusión (GD1) enfocó parte de su relato a la vulnerabilidad digital. Dado el interés y las repercusiones de la brecha digital y de sus implicaciones en distintos órdenes sociales, se dedica a continuación un apartado especial que se ha completado con fuentes secundarias de datos, para contextualizar y profundizar sobre este aspecto que sirve de prolegómeno a las conclusiones de los grupos de discusión.

6.3. Vulnerabilidad digital

La expresión *Brecha digital* se acuñó hace algunos años para dar cuenta de desigualdades importantes que podían dividir a la población a medida que se imponían las nuevas formas de comunicación impulsadas por la tecnología. La edad era una de las dimensiones en las que más se detectaban las diferencias en su uso. Esto era lógico, puesto que las generaciones de mayor edad, en nuestro país, por las circunstancias históricas de la guerra civil y la dictadura franquista en la segunda mitad del siglo pasado, exhibían unos rasgos que las hacía especialmente vulnerables al avance tecnológico: sus escasos recursos educativos y su procedencia rural y agraria en buena parte de las mismas. Paralelamente, sus condiciones de vida mejoraron y la esperanza de vida aumentó. Debido al éxodo rural, los pueblos se fueron vaciando en las generaciones siguientes y buena parte de esas personas se encontraron viviendo en las capitales de provincia, junto con sus hijos emigrados. Zamora es una de las ciudades más representativas de estas tendencias generales.

Evidentemente, en la últimas dos décadas, las personas que rebasan los 50 años han tenido una preparación muy diferente a la de sus padres y, consiguientemente, la brecha digital ha disminuido. Entre 2004 y 2017, quienes navegan por Internet entre 55 y 64 años aumentan un 60%. Ahora bien, si durante ese interregno consideramos la evolución de la cohorte, la lectura ya no es tan positiva. Es decir, si tenemos en cuenta que quienes tenían entre 55 y 64 años, trece años después se encuentran en un escalón superior, entonces podemos llegar a la conclusión de que la brecha digital por edad no desaparece sino que simplemente se traslada hacia los segmentos de mayor edad.¹³

Esta conclusión puede ser corroborada tanto por datos secundarios como por nuestro propio trabajo de campo, a través de las entrevistas grupales mantenidas con personas mayores de la ciudad de Zamora en octubre de 2019.

La mayor y más fiable fuente de información al respecto la proporciona la *Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares 2019*, del INE.

¹³ <http://www.ugtcomunicaciones.es/wordpress/la-brecha-digital-edad-persiste-sin-merma/>

Tabla 1. Frecuencia de uso de Internet por personas de 75 años o más en Castilla y León

Frecuencia	%
Alguna vez	20,6
Último año	20,6
Últimos tres meses	20,1
Último mes	19,3
Semanalmente	16,7
Diariamente	12,3
Total	298,547

El hecho de que apenas sobrepase una quinta parte de la población de edad avanzada -75 años o más- el uso semanal y diario de Internet, contrasta tan fuertemente con el uso de los jóvenes que permite visualizar claramente la brecha digital. Entre el 98 y el 99% de los jóvenes españoles y españolas de 16 a 24 años han usado Internet en los últimos tres meses, frente al 47,1% de mujeres y el 51,2% de hombres de 65 a 74 años, según datos del mismo INE para el 2018.

Si ahora concretamos un poco más el tipo de servicios virtuales usados podemos aclarar todavía más esa imagen. Solo un 14% de los encuestados usaron WhatsApp o similares en los últimos tres meses y solo un 3,3% se conectaron a FaceBook o similares.

Tabla 2. Servicios de Internet usados en los últimos tres meses por personas de 75 años o más en Castilla y León

Servicio	%
Recibir o enviar correo electrónico	10,1
Llamadas o videoconferencias por internet	6,5
Participar en redes sociales	3,3
Usar mensajería instantánea (WhatsApp, etc.)	14,2
Leer prensa on-line	11,2
Buscar información sobre salud	9,2
Total	298, 547

Muchos de esos servicios se realizan a través del teléfono móvil. Su creciente sofisticación, encarnada en la denominación de Smartphone, causa recelo:

Ahora algunos han tenido que pedir ayuda para ponerlos en silencio en esta reunión. GD1

Algunos participantes matizan dicho temor comentando la existencia en el mercado de teléfonos sencillos, adaptados incluso a sus circunstancias. Pero el debate no cesa fácilmente, algo que puede ser interpretado en los términos siguientes: el *Smartphone* se ha convertido en el símbolo de la era digital, una especie de centro de operaciones personal. Representa por lo tanto la espiral de complejidad y desconocimiento de un mundo que cada vez se impone más y controlan menos.

Hay cosas muy difíciles, están poniendo las cosas muy difíciles. GD1

Pero más que de servicios, como distingue el INE, habría que hablar de actividades. No todas las actividades digitales tienen la misma importancia desde el punto de vista de las desigualdades sociales que deben ser estudiadas y confrontadas en una sociedad democrática. El análisis que puede extraerse de la reflexión, la observación y los grupos de discusión parece indicarnos que son dos las actividades en las que se concentran un mayor grado de vulnerabilidad socialmente excluyente. La banca y el comercio electrónico. Ambas son vitales en el sentido de imprescindibles. A medida que el pulso entre el servicio presencial y el servicio virtual va cambiando de signo, a favor de este último, los temores de las personas de edad avanzada aumentan, y con razón, puesto que eso implica no solo un aumento de vivir escenas cotidianas que van de la simple incomodidad a la discriminación, sino, en términos generales, el fin de mundo tradicional al que habían logrado acomodarse y que les garantizaba un poco tranquilidad para combatir el declive que representa la vejez.

Analicemos en primer lugar el problema de la banca electrónica. La Caja de Ahorros de toda la vida de Zamora, tras experimentar varias fusiones en los últimos años, ha entrado en un periodo de reajustes en el que, para ahorrar costes, cobran comisiones para cualquier gestión y limitan los horarios y las operaciones de atención personalizada. Para dejar de pagar comisiones, el cliente debe operar desde su ordenador o móvil, lo que exige un cierto aprendizaje y el uso de claves, especialmente dificultosas para las personas que comienzan a tener problemas con la memoria y con las capacidades motoras, sobre todo las suponen temblores en las manos.

Este aspecto es tal vez uno de los más problemáticos de la brecha digital relacionada con la edad, puesto que conlleva una discriminación clara. Si la vejez supone, por definición, una merma de las capacidades neurológicas que afectan a los movimientos y a la memoria, una sociedad que haga descansar sus servicios en la autonomía individual incurrirá necesariamente en situaciones de exclusión social.

Este corolario se agrava más todavía cuando consideramos otra característica de las edades avanzadas, la soledad. Si convenimos en que la soledad es para muchas de estas personas una de sus mayores preocupaciones, entonces la automatización de los servicios incrementa el problema.

En la banca tradicional los empleados de provincias estaban acostumbrados a atender a los jubilados mayores de forma personalizada. Conocían sus historias. En no pocos casos, la visita a la Caja se había convertido en un ritual. Se producía de forma regular y proporcionaba una ocasión para conversar y desahogarse. Puesto que la economía es la base del sustento del hogar, aunque sea ya a esas alturas, forzosamente unipersonal, este hecho hace ver al empleado de la banca, vestido además con una cierta elegancia, como una autoridad de la comunidad que cuida de lo importante y que por ello merece respeto y agradecimiento, los cuales, con el tiempo, generan confianza. El empleado de banca de las ciudades de provincias y de los pueblos encarnaba la autoridad material, la cual obtenía su complemento en la autoridad espiritual que detentaban los sacerdotes, cuidadores de la otra parte importante de la vida. Como en la religión, las finanzas eran capaces de representaciones mágicas. El banquero *mag* no solo cuidaba de los ahorros de los jubilados, sino que podía aumentarlos como por arte de magia, gracias a pequeñas inversiones con un riesgo bajo o moderado. El banquero validaba así su función social de consejero.

Pero este escenario ha desaparecido. De un lado, a partir de 1970, se vive lo que algunos sociólogos han definido como una revolución tecnológica de la envergadura de la revolución industrial, con lo que esto supone de transformación profunda de la sociedad moderna. Las personas de edad avanzada, han experimentado ese cambio profundo en carne y hueso. Su ingreso en la Galaxia Internet (Castells, 2001) parece vivenciarse, en el caso de las generaciones españolas de origen rural o provinciano, más como una abducción, con lo de traumático que supone el uso de esa metáfora, que, como un ingreso voluntario y jubiloso, digna del jubilado. Por otro lado, la reconversión del sector financiero en España ha venido impulsada por la crisis económica de 2007, causada en buena parte por problemas de crecimiento descontrolado de este sector. Recordemos que, como en el caso anterior, no se trata

de una crisis más, de una coyuntura cíclica más. La recesión en cuestión ha sido también objeto de expresiones que dan cuenta de su significado especial y que han llegado a ser interpretadas como como el fin del capitalismo moderno. El premio Nobel de economía Joseph Stiglitz, observó que la desilusión que provocó la Gran Recesión fue de tal calibre que se extendió del sistema económico al político (2012). En España, es en los últimos dos o tres años cuando se producen las transformaciones más fuertes. Es ahora por lo tanto cuando las personas mayores toman conciencia de sus repercusiones, especialmente perjudiciales para ellos.

Para sacar dinero ahora tienes que ir al cajero. GD1

El otro gran impacto es el relativo al comercio y debe dividirse a su vez en dos grandes apartados, el comercio electrónico y la automatización del comercio presencial.

En los últimos años ha experimentado en España incrementos anuales superiores al 20%. Según el INE, en octubre de 2019 habían comprado por Internet en lo que va de año más de 20 millones de personas en España. Los titulares de algunos medios son elocuentes: “Media España compra ya por Internet” (La Razón, 16 de octubre de 2019).

Pero podemos afinar la búsqueda, con datos del mismo Instituto, a partir de los 75 años y en la región castellanoleonesa.

Tabla 3. Frecuencia del uso de comercio electrónico en personas de Castilla y León de 75 años o más

Frecuencia	Porcentaje
Alguna vez	5,0
Último año	4,0
Últimos tres meses	3,4
Último mes	1,8
Total	298, 547

Es difícil pensar que las personas mayores puedan concebir la compra de una prenda de vestir sin habérsela probado antes. Pero más difícil aún es hacerlo teniendo en cuenta el contexto mental del que parten. En Zamora, como en las localidades donde las relaciones de vecindad tradicionales marcaban la pauta de la vida de los barrios,

era normal que el comerciante dejara llevar a una mujer prendas para que se probaran los hijos o el marido en casa, escogiendo luego la que mejor le convenía y devolviendo el resto. Como en el caso de las oficinas de las Cajas de Ahorros, la relación venía marcada por la confianza, la cual se encajaba en un sistema social familiar. Era difícil ver en esa misma tienda un cartel que anunciara la existencia de hojas de reclamaciones, que simboliza la transición a una cultura comercial donde la confianza cambia de signo y se blindada. Al desaparecer la película protectora del conocimiento personal, la relación de compra-venta, como en general todas las relaciones sociales, se encuentra desprotegida y debe reformularse con un sistema de garantías jurídicas que deben ser aceptadas verbalmente o por escrito. La nueva legislación en materia de protección de datos se explica dentro de esta tendencia. El comerciante virtual, y también el comerciante físico, espetan al comprador un protocolo de defensa de la privacidad que en algunos casos es largo y que siembra en el comprador una sensación de desconfianza, como si se le aconsejara ponerse a la defensiva.

Este cambio en las relaciones sociales de los servicios tiene una influencia importante en todo el sistema social en una sociedad donde este sector ha desbancado a los otros, primario y secundario, agrícola e industrial. La automatización, que es el segundo aspecto en el que puede observarse el malestar de las personas de mayor edad en su vida cotidiana en la dimensión que estamos analizando, deviene en realidad del mismo fenómeno central de la transformación de la confianza. Las máquinas sustituyen a los comerciantes y provocan desorientación en los compradores mayores.

Para una triste barra de pan que vale 50 céntimos, y tienes que meter en una maquina, porque ahora ya no te cobran. GD1

Una de las asistentes cuenta una anécdota. Un día no llevaba suelto y metió un billete, cree recordar que de 20 euros. Le dijo a la dependienta que no le daba la vuelta. Esta le preguntó que cómo lo había metido:

Como lo metí doblao pues no me daba la vuelta. GD1 (risas).

El sentido del humor sirve para afrontar el desafío de la automatización, pero en el fondo no podemos olvidar que se trata de pequeñas situaciones dramáticas que hacen sufrir a las personas mayores en su día a día. Para comprenderlo mejor, Gil Villa analiza en el libro *La sociedad vulnerable* la escena cotidiana que titula “Una anciana en el supermercado” (2016:32). Es raro ver a personas mayores en las filas de las

cajas automáticas, que son más rápidas y están menos frecuentadas. Se ven obligados por tanto a pagar un precio extra de su tiempo. Su tiempo, al parecer vale menos, como el de todos aquellos que tienen que esperar más debido a su condición social inferior. La escena contrapone la experiencia de los mayores con la de los más jóvenes. Estos han sido ya socializados en el manejo de las TIC, como se ha puesto de manifiesto antes con datos estadísticos. Sin embargo, no han recibido una educación paralela en los valores de solidaridad y compasión. De manera que no será inusual ver a pocos centímetros de la persona mayor que espera pacientemente su turno en la fila presencial, a clientes jóvenes en la fila contigua de los cajeros automáticos. Lo que será difícil de observar es que alguno de ellos le ofrezca su ayuda al mayor para pagar en esa misma fila. Será más probable verlos incluso embutidos en grandes auriculares que desde los que escuchan música o se comunican con personas invisibles.

En los grupos de discusión, algunos participantes preguntaron por la posibilidad de convivir con gente joven en su domicilio. Se refieren a un programa, del que han oído hablar vagamente, denominado Alojamiento Intergeneracional, organizado por la Gerencia de Asuntos Sociales de la Junta de Castilla y León, la Universidad de Salamanca y el Ayuntamiento de Zamora. El estudiante universitario se ahorra el alquiler a cambio de ofrecer su compañía a los propietarios de la vivienda, de edad avanzada y de ayudarles en algunas gestiones. Fue puesto en marcha por primera vez en Valladolid en 1997 y por la Universidad de Salamanca desde el 2005. No obstante, y pese a las reuniones informativas mantenidas con personas mayores en las distintas ciudades, en los últimos años solo hay *convivencias* en la ciudad de Salamanca – alrededor de 20 cada año-, como puede comprobarse en la información facilitada por El Servicio de Asuntos Sociales de la Universidad de Salamanca. Ello puede deberse, al menos en parte, a que en estas dos últimas ciudades el precio del alquiler es menor para los estudiantes.

La idea de fomentar el acercamiento intergeneracional es interesante porque permite compensar la nefasta tendencia a la segregación de actividades laborales y ociosas por grupos de edad expuesta por los sociólogos en las últimas décadas (Coleman y Husén, 1989).

Pero la contracorriente mayoritaria es más fuerte, al venir impulsada por una educación formal competitiva e individualizada. El *hábitus* de los mayores zamoranos es poco compatible con los jóvenes globalizados. Refleja bien la tensión dialéctica entre lo local y lo global que marca el mundo en que vivimos. La vejez se alinea con lo

local representa un tipo de relaciones basadas en la presencia, materiales. Lo juvenil se alinea con el cambio veloz, el consumismo voraz, las relaciones virtuales, inmateriales. La vejez está anclada al pasado, a la memoria. La juventud posmoderna está *deslocalizada*, desanclada, desritualizada, proyectada de forma irreal al futuro, sin memoria, a la deriva (Gil Villa, 2007). Los mayores tienen una identidad clara. Los jóvenes tienen una identidad fragmentada y difusa. La identidad que otorga el sentido de la vida a los mayores deviene de sus lazos con la localidad, es decir, con el lugar donde han vivido, el pueblo y la ciudad, *su tierra*. La mayoría de los jóvenes no sienten ni una centésima parte que sus abuelos la pertenencia y al apego a la tierra porque no viven en profundidad las tradiciones que emergen de la tierra.

En esas circunstancias, los mayores no comprenden a los jóvenes y viceversa. Ambos son percibidos como extraños. Pero como la visión del mundo que se impone es la de los jóvenes, son los mayores los que al final pasan por extraterrestres. Se trata de un fenómeno ciertamente paradójico por tanto en cuanto los mayores representan a los seres humanos más anclados a la tierra y a las relaciones solidarias. Su sensatez y su sentido común se evidencia en las conversaciones y equivalen, efectivamente, a una especie de *toma de tierra* que ayudaría a los más jóvenes a orientarse si escucharan sus historias de vida.

Pero eso no parece suceder, ni las circunstancias gravitacionales parecen propiciar el tipo de relaciones intergeneracionales que lo permitan. En este sentido negativo parece legítimo utilizar la metáfora espacial de la extraterritorialidad de los mayores. En la Galaxia Internet, Zamora, por sus características como ciudad y como capital de una de las provincias con más población en edad avanzada fuera del ecosistema de las megaciudades, bien puede tomarse como símbolo planetario de la situación que viven buena parte de los mayores españoles extrañados.

6.4. Conclusiones

Después de escuchar a las personas de edad avanzada del municipio de Zamora, y de contextualizar sus opiniones en el marco de la evolución social y cultural de la época y lugar en el que les ha tocado vivir, podemos llegar a varias conclusiones. La primera y más general es que se encuentran bastante satisfechos con la vida que llevan. Dicha satisfacción, sin embargo, no es imprudente ni está exenta de matices, como

corresponde a la alta capacidad que muestran de conciencia de las condiciones en las que viven y de análisis de las mismas.

Los mayores escuchados muestran resistencia a dejar su hogar, por las características culturales propias. Contemplan la edad como un desafío a una autonomía que supone para ellos una parte central de su identidad, no solo como parte psicológica de la resiliencia ante las dificultades propias de la edad sino también como parte de las tradiciones y valores en las que han sido socializados. Su orgullo no es, sin embargo, empecinado, y sus recelos a la vida colectiva en las residencias pueden deshacerse rápidamente cuando algún conocido les invita a conocer su experiencia. No obstante, y puesto que la mayor parte de las residencias son privadas, la resistencia debe entenderse también como objeción a la desigualdad, un aspecto que debería corregirse desde las administraciones públicas.

Los mayores de Zamora muestran un alto grado de integración, una comunicación equilibrada con sus hijos y nietos y una participación importante en actividades de físicas y mentales. Parafraseando a Cicerón, diríamos que “saben envejecer” con sabiduría y sensatez, aunque el ejercicio de su ciudadanía es más social o vecinal que político.

No obstante, constituyen un grupo heterogéneo y algunas variables marcan su cotidianidad y satisfacción con esta etapa vital. En concreto, el grupo de cuidadores mostró una visión más negativa y dura de la tercera edad, debido a las limitaciones temporales y físicas que acarrea ostentar la figura de cuidador. Por el contrario, el grupo de discusión compuesto por integrantes de un centro de día articuló un discurso más amable y optimista de su día a día y del abanico de posibilidades que la jubilación ofrece.

Pero si la casa y cultura de los castellanos zamoranos, su apego a la tierra y su amor por la ciudad reducen su vulnerabilidad ante los envites de la edad, ante la invasión de la cultura digital se muestran inermes. A diferencia de las limitaciones del envejecimiento, las que impone dicha cultura son controlables políticamente, aunque no parece haber en estos momentos la suficiente conciencia, según se deduce de nuestro análisis. La nueva dimensión digital saca lo peor de los mayores, les muestra la cara temible de la soledad, en mucha mayor medida que el espejo del baño o de sus amigos. Frente a este último pueden reírse, tienen el recurso del humor. Contra el primero no, porque no lo comprenden. Que la memoria comienza a fallar les preocupa relativamente, igual que a Cicerón, quien observaba, con el mismo sentido del humor,

que ningún viejo olvida donde tiene escondido su dinero. El problema, que no tenía Cicerón ni los padres muertos de nuestros mayores, es que no puedan recoger el dinero que tienen guardado ante la serie de trabas que les ponen los cajeros automáticos y la banca electrónica.

Frente a la cultura digital los mayores se sienten extrañados y extraños, como si pertenecieran a otro planeta.

La cultura digital no supone solo una brecha, como algunos observan, sino una grieta que se va haciendo cada vez mayor separando el mundo en dos mitades. El que la grieta se cierre o se expanda, hasta convertirse en un abismo insuperable, depende de todos, especialmente de aquellos que tenemos la responsabilidad de proponer medidas en los foros de las universidades, las organizaciones sin fines de lucro y las administraciones públicas.

Zamora es un excelente laboratorio para analizar la vejez en España. Su situación puede considerarse paradigmática porque es la provincia más envejecida y representa a la sociedad tradicional no urbana y sus valores. Los viajeros de siglos pasados la veían como la España profunda, similar a las que lindan con ella en Portugal, calificada de "atrasada". Ese sesgo se borra en el último medio siglo. El progreso que representa la modernidad hizo que cambiara el estilo de vida, como en resto de las regiones no industrializadas. Pero en Zamora y sus pueblos, como en algunas otras provincias, todavía pueden observarse los valores positivos de aquel estilo de vida. Por lo tanto, el contraste con la Galaxia Internet es más fácilmente observable. Zamora y sus mayores nos pueden ayudar a entender los riesgos de una aculturación políticamente descontrolada en la cultura digital en la que las identidades se desvirtúan, las relaciones sociales se despersonalizan y se pierde el contacto con la tierra y sus animales en un momento en que tanto se necesita para asegurar el futuro del planeta.

7. RECAPITULACIÓN

7.1. Sobre el contexto sociodemográfico

1. Desde los inicios del siglo XXI hasta el 1 de enero de 2018 los efectivos demográficos en la provincia y en la capital de Zamora han decrecido un 14,2% y un 5,2%, respectivamente.
2. El peso de las personas mayores en la capital zamorana (24%) es inferior al del resto de la provincia (30,6%) y similar al del conjunto de capitales de la región (24,3%), superando en algo más de cuatro puntos la tasa de vejez de las capitales de provincia (20,2%) y en cinco puntos la del conjunto de España (19,1%).
3. El envejecimiento es más femenino (27%) que masculino (21,6%).
4. La feminización (más mujeres que hombres) es la situación dominante en el municipio de Zamora y en el resto de capitales de la región, siendo más intensa en la población octogenaria como consecuencia, sobre todo, de la mayor esperanza de vida de las mujeres.
5. Cuatro barrios (Bloques-Barriada de Asturias-Villagodio-Vista Alegre, Tres Cruces-Centro, Casco Antiguo y La Candelaria) concentran el mayor volumen de personas con 60 y más años. En cada uno de esos barrios residen más de 2.000 personas con dichas edades, a mucha distancia del resto de barrios de la ciudad.

7.2. Sobre el contexto institucional

1. No existe normativa municipal sobre envejecimiento activo, ni comisiones en esta materia en el Ayuntamiento de Zamora.
2. No obstante, subsiste una inquietud por parte de Salud Pública y Servicios Sociales de establecer alguna reunión de coordinación entre todos los departamentos con vinculación en materia de envejecimiento activo.
3. Dos veces al año se abre una convocatoria para que todas las personas mayores puedan inscribirse en las actividades programadas sobre envejecimiento activo.

4. Además de este programa específico, hay diversas acciones que se desarrollan de forma anual y que contribuyen a la participación y empleo útil del tiempo libre de las personas mayores: huertos de ocio y teatro.
5. El Ayuntamiento de Zamora ha optado por desarrollar algunas actividades de envejecimiento activo con entidades que tienen experiencia en esta intervención con personas mayores.

7.3. Percepciones de las personas mayores sobre Zamora

1. La percepción general de las personas de 60 años y más años es muy positiva. Valoran favorablemente el entorno de la ciudad y la mayor parte de los servicios, el transporte, los espacios y las ofertas de actividades.
2. La imagen de la situación de la vivienda por parte de las personas mayores no muestra una valoración tan homogénea ni tan positiva.
3. Las personas mayores de Zamora se sienten respetadas e integradas en la ciudad y, en general, no se sienten solas.
4. La mayor parte de las personas mayores participan en actividades relacionadas con el envejecimiento activo.
5. La valoración sobre el apoyo social que reciben es positivo.
6. La muestra se divide casi igualmente entre quienes consideran que hay suficiente información y los que consideran que no se les informa convenientemente por parte de las administraciones públicas.
7. Se constata que hay poco trabajo en la ciudad de Zamora y que la situación laboral no es buena; casi la mitad desconoce si existe dicha precariedad.
8. La percepción de los Servicios Sociales es muy positiva, pues la mayoría de los participantes considera que son excelentes. Sin embargo, la mitad afirma no conocer ni tener acceso a programas y prestaciones, si bien consideran que la oferta que conocen es adecuada.
9. Sobre las gestiones para acceder a las ayudas de la Ley de Dependencia, la muestra se divide entre los que consideran que son trámites fáciles y aquéllos que no opinan de esta manera
10. En cuanto a la asistencia sanitaria, una amplia mayoría valora que recibe una adecuada atención, rápida y eficaz, tanto en los centros de salud como en el hospital. Sin embargo, más de la mitad piensa que los servicios sanitarios son muy restringidos.

7.4. Las visiones sobre las personas mayores

1. Las personas mayores se encuentran bastante satisfechos con la vida que llevan. Dicha satisfacción, sin embargo, no es imprudente ni está exenta de matices, como corresponde a la alta capacidad que muestran de conciencia de las condiciones en las que viven y de análisis de las mismas.
2. Los mayores escuchados muestran resistencia a dejar su hogar, por las características culturales propias. Contemplan la edad como un desafío a una autonomía que supone para ellos una parte central de su identidad.
3. Muestran un alto grado de integración, una comunicación equilibrada con sus hijos y nietos y una participación importante en actividades de físicas y mentales.
4. No obstante, constituyen un grupo heterogéneo y algunas variables marcan su cotidianidad y satisfacción con esta etapa vital.
5. Frente a la cultura digital, los mayores se sienten extrañados y extraños, como si pertenecieran a otro planeta.
6. La cultura digital no supone solo una brecha, como algunos observan, sino una grieta que se va haciendo cada vez mayor separando el mundo en dos mitades.
7. Son dos las actividades en las que se concentran un mayor grado de vulnerabilidad socialmente excluyente: la banca y el comercio electrónico.
8. Si la vejez supone, por definición, una merma de las capacidades neurológicas que afectan a los movimientos y a la memoria, una sociedad que haga descansar sus servicios en la autonomía individual incurrirá necesariamente en situaciones de exclusión social.
9. La nueva dimensión digital saca lo peor de los mayores, les muestra la cara temible de la soledad, en mucha mayor medida que el espejo del baño o de sus amigos.
10. En la Galaxia Internet, Zamora, por sus características como ciudad y como capital de una de las provincias con más población en edad avanzada fuera del ecosistema de las megaciudades, bien puede tomarse como símbolo planetario de la situación que viven buena parte de los mayores españoles extrañados.

8. PROPUESTAS Y SUGERENCIAS

La radiografía que se ha expuesto coloca a Zamora ante una aparente contradicción: el hecho de que en el conjunto de la provincia estén empadronados 53.000 residentes con 65 o más años, esto es, el 31 por ciento de la población, o que en la capital residan 15.138 personas de la misma edad (24,5%), no significa que los problemas de esta provincia o de la capital deban explicarse únicamente por esta circunstancia, como erróneamente piensan muchas personas (Barrio Aliste, 2002). Así, mientras que hay voces que consideran que las elevadas tasas de vejez y, como consecuencia, el envejecimiento son un problema, otras visiones, algo más optimistas, prefieren observar el panorama desde una atalaya diferente, mostrando sobre todo los retos y las posibilidades de un envejecimiento activo.

La visión optimista forma parte de una corriente de opinión que, con sus iniciativas y proyectos, trata de reconocer y difundir la importancia de las personas mayores en la sociedad. Y es que no se puede “culpar” a las personas mayores de nuestros problemas cuando precisamente son ellos, hoy por hoy, uno de los yacimientos de empleo más seguros en estas tierras. Ahí están las residencias y el resto de servicios de proximidad destinados a este colectivo. En concreto, existen más de 4.300 plazas en residencias, repartidas entre públicas y privadas. A pesar de esa demanda en potencia, Zamora es la sexta provincia del conjunto nacional a la hora de contar recursos. Por delante se encuentran Soria, Palencia, Guadalajara, Ávila y Segovia, según un estudio del Centro Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) sobre "Envejecimiento en red"¹⁴.

No cabe duda, pues, de la importancia que cobran todos los servicios destinados a los mayores y en particular a los de más edad, que suele coincidir con situaciones de mayor dependencia, como las que se han expuesto en el I Congreso Internacional Silver Economy “Envejecimiento Activo y Saludable”, desarrollado en Zamora durante los días 28, 29 y 30 de noviembre de 2019. Un espacio para compartir experiencias de investigación y recursos innovadores con los que prestar una atención mucho más especializada a las personas mayores. Un congreso que ha servido también aclarar mitos, imágenes falsas y errores de bulto sobre ese supuesto mal, llamado envejecimiento, que aqueja a numerosas provincias, como Zamora.

¹⁴ Véanse documentos, informes técnicos y publicaciones de “Envejecimiento en Red” en el siguiente enlace: <http://envejecimientoenred.es/quienes-somos/>

En estos nuevos espacios para la reflexión también se escucha que las políticas sociales, de salud pública, vivienda, ordenación del territorio y gestión del riesgo deben adecuar sus programas y recursos al cambio climático en un mundo envejecido, donde las personas mayores son las principales víctimas de los desastres, como apuntan Sánchez González y Chávez Alvarado (2019). En línea con las tesis de estos autores, se propone una aproximación a los factores que determinan la vulnerabilidad y la resiliencia en el envejecimiento, como nuestro ambiente. Desde la gerontología ambiental, se afrontan las implicaciones de los entornos físicos (viviendas, residencias, barrios, ciudades) y sociales (familia, redes sociales) en las capacidades de adaptación de los mayores ante un escenario de emergencia climática. Precisamente, el entorno puede promover el envejecimiento activo y saludable, reduciendo el riesgo de dependencia y el gasto farmacológico. Y en Zamora, ya se ha dicho, existe un entorno excelente para ensayar estas nuevas prácticas.

Se trata, en definitiva, de pensar el envejecimiento desde una perspectiva activa, incluso a lo largo de toda la vida laboral (Monereo Pérez y Maldonado Molina, 2019). Y de construir ciudades 'amigables', generando ideas y buscando fórmulas para que estos espacios garanticen el bienestar de sus habitantes por la vía de modelos de desarrollo más sostenibles. Una muestra podemos encontrarla en la obra *Ciudades amigables*, coordinada por Egea Jiménez y Sánchez González (2016). Ciudades amigables, acogedoras, en las que se pueda envejecer de forma activa con viviendas adaptadas, urbanismo inclusivo que atienda las cuestiones de género y la participación local, ciudades que generen satisfacción, que sean plurales y abiertas a nuevas gentes, que den cobijo a diferentes grupos y sus reivindicaciones, ciudades integradoras, creativas, como espacios de libertad, de creatividad, de entendimiento y sostenibles.

No obstante, también hay que escuchar las voces de las personas que han participado en las diferentes fases de esta investigación. Sus reivindicaciones y propuestas deben tenerse muy en cuenta¹⁵. Quedémonos, al menos, con las que siguen:

- Mayor participación en la vida comunitaria y mejora de los cauces para comunicarse con las administraciones.
- Recursos residenciales más económicos, apoyos de la Ayuda a la Dependencia de más horas y facilidades en las gestiones.
- Reforzamiento de las acciones de animación en los barrios de la ciudad.

¹⁵ Aquí se incluyen también algunas de las cuestiones que volvieron a salir en el Foro sobre las personas mayores, celebrado el 27 de noviembre de 2019 en el campus universitario Viriato.

- Necesidad de un empoderamiento de la figura del mayor frente a situaciones de maltrato, soledad, etc.
- Pisos compartidos por personas mayores o rehabilitación de edificios públicos que, con un alquiler modesto, sean específicos para mayores y para personas con movilidad reducida.
- Fomento del acercamiento intergeneracional, que permite compensar la nefasta tendencia a la segregación de actividades laborales y ociosas por grupos de edad.

Son solo un puñado de acciones muy concretas, fáciles de implementar, aunque podrían ser muchas más. Lo importante, sin embargo, es tomar conciencia sobre lo que ya se ha repetido: Zamora es un excelente laboratorio no solo para analizar la vejez sino para pivotar nuevos proyectos innovadores en este campo. Se trata de promover un movimiento de participación ciudadana protagonizado por las personas mayores como generadoras de bienestar, traspasando las barreras del envejecimiento activo hacia un concepto más amplio de ciudadanía (Barrio Truchado, Marsillas Rascado y Sancho Castiello, 2018). Para ello, es necesario que se adapte a la época actual en la que las nuevas generaciones reclaman un espacio donde poder desarrollarse y contribuir en procesos con grupos y comunidades con las que se identifican, independientemente de su edad.

Por consiguiente, se necesita con urgencia una acción pública integral con respecto al envejecimiento de la población, es decir, cambios fundamentales, no solo en lo que hacemos, sino en la forma misma en que concebimos el envejecimiento (OMS, 2015). Pero además, y en consonancia con los objetivos de la Red Mundial de Ciudades y Comunidades Adaptadas a las Personas Mayores, deben seguirse las indicaciones de la OMS con respecto a cómo evaluar el grado de adaptación de una ciudad o comunidad a las personas mayores, cómo integrar una perspectiva que tenga en cuenta a estas personas en la planificación urbana y cómo crear entornos urbanos adaptados a las mismas.

Referencias bibliográficas

- Barrio Aliste, J. M. del (2009a). *Desarrollo y desigualdad territorial en Zamora en los inicios del siglo XXI*. Zamora: Instituto de Estudios Zamoranos Florián de Ocampo.
- (2009b): *La población de Castilla y León en los inicios del siglo XXI*. Valladolid: Fundación Perspectivas de Castilla y León.
- (2009c): "Zamora en los inicios del siglo XXI: una interpretación sociológica", *Boletín Económico de Castilla y León*, nº 18, pp. 17-18.
- (2008): "Migraciones y éxodo rural", *Segundo Congreso de Historia de Zamora. Actas 4*. Zamora: Instituto de Estudios Zamoranos Florián de Ocampo, Diputación de Zamora y UNED, pp. 123-149.
- (2002). *Voces desde el Oeste. Una radiografía provocadora de Zamora y sus gentes*. Zamora: Monte Casino.
- Barrio Truchado, E. del, Marsillas Rascado, S. y Sancho Castiello, M. (2018). "Del envejecimiento activo a la ciudadanía activa: el papel de la amigabilidad". *Aula Abierta*, vol. 47, nº 1, enero-marzo, pp.37-44.
- Castells, M. (2001). *Galaxia Internet*. Barcelona: Plaza y Janés.
- Ciceron, M. T. (1997). *Saber envelhecer*. Porto Alegre: L&PM.
- Coleman, J.S. y Husen, T. (1989). *La inserción de los jóvenes en una sociedad en cambio*. Madrid: Narcea.
- Egea Jiménez, C. y Sánchez González, D. (coordinadores) (2016). *Ciudades amigables. Perspectivas, políticas, prácticas*. Granada: Comares.
- Gil Villa (2007). *Juventud a la deriva*. Barcelona: Ariel.
- (2016). *La sociedad vulnerable*. Madrid: Tecnos.
- Miguel, A. de y Moral, Félix (1984). *La población castellana*. Valladolid: Ámbito.

Monereo Pérez, J. L. y Maldonado Molina, J. A. (directores) (2019). *Envejecimiento activo y vida laboral*. Granada: Comares.

Organización Mundial de la Salud (2015). *Informe Mundial sobre el envejecimiento y la salud*

(https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873_spa.pdf;jsessionid=A0F341772D4BAD1340C3B4B22FADF43A?sequence=1).

Sánchez González, D. y Chávez Alvarado, R. (2019). *Envejecimiento de la población y cambio climático*. Granada: Comares.

Stiglitz, J. (2012). *El precio de la desigualdad*. Madrid: Taurus.

Yanguas, J. (2018). *Soledad y riesgo de aislamiento social en las personas mayores*.

Fundación 'La Caixa' (<http://www.infocoonline.es/pdf/SOLEDAD-RIESGO-AISLAMIENTO.pdf>).

ANEXOS

Anexo 1. Cuestionario: *La visión de las personas mayores sobre el municipio de Zamora*

Anexo 2. Reportaje fotográfico: *Foro sobre las personas mayores*

Anexo 1. CUESTIONARIO: La visión de las personas mayores sobre el municipio de Zamora

1. Sexo:	Hombre <input type="checkbox"/>	Mujer <input type="checkbox"/>				
2. Edad:	60-64 <input type="checkbox"/>	65-70 <input type="checkbox"/>	71-75 <input type="checkbox"/>	76-80 <input type="checkbox"/>	81-85 <input type="checkbox"/>	Más de 80 <input type="checkbox"/>
3. Estado civil:	Soltero <input type="checkbox"/>	Casado <input type="checkbox"/>	Divorciado/Separado <input type="checkbox"/>	Viudo <input type="checkbox"/>		
	Vive en pareja <input type="checkbox"/>					
4. Situación Laboral actual:	Trabajo fuera de casa <input type="checkbox"/>	Trabajo en casa <input type="checkbox"/>	Jubilado <input type="checkbox"/>			
	En paro <input type="checkbox"/>					
5. Nivel de estudios:	Sin estudios <input type="checkbox"/>	Primarios <input type="checkbox"/>	Secundarios <input type="checkbox"/>	Superiores <input type="checkbox"/>		
6. Tiempo que lleva viviendo en Zamora:	Menos de 5 años <input type="checkbox"/>	De 5 a 10 años <input type="checkbox"/>	Más de 10 años <input type="checkbox"/>			
	Toda la vida <input type="checkbox"/>					
7. Usted diría que goza de:	Muy buena salud <input type="checkbox"/>	Buena salud <input type="checkbox"/>	Regular <input type="checkbox"/>	Mala salud <input type="checkbox"/>	Muy mala salud <input type="checkbox"/>	

Indique de 0 a 3 el grado de acuerdo con las siguientes afirmaciones de la siguiente manera:

0 TOTAL DESACUERDO, 1 EN DESACUERDO, 2 ACUERDO, 3 MUY DE ACUERDO

1. ENTORNO Y ESPACIOS AL AIRE LIBRE				
1.1. La ciudad tiene suficientes espacios al aire libre para estar y pasear	0	1	2	3
1.2. En los parques existen elementos y mobiliario adecuado para las personas mayores	0	1	2	3
1.3. Las plazas y jardines de Zamora son acogedores	0	1	2	3
1.4. Hay suficientes espacios peatonales en Zamora	0	1	2	3
1.5. Zamora es una ciudad saturada (tráfico, humos, ruido, etc.)	0	1	2	3
1.6. Zamora es una ciudad limpia	0	1	2	3
1.7. Los pasos de peatones están bien señalizados y son seguros	0	1	2	3

2. TRANSPORTE				
2.1. El sistema de transporte público en Zamora es puntual y accesible (con rampas y asientos preferenciales)	0	1	2	3
2.2. Es urgente mejorar el transporte público en Zamora	0	1	2	3
2.3. El transporte público en Zamora es económico y rentable	0	1	2	3
2.4. Los sistemas de transporte público en Zamora son seguros	0	1	2	3
2.5. Las estaciones y paradas del transporte público están bien ubicadas	0	1	2	3
3. VIVIENDA				
3.1. Las viviendas en Zamora respetan la accesibilidad de los mayores	0	1	2	3
3.2. Si pudiera me cambiaría de vivienda	0	1	2	3
3.3. En Zamora hay viviendas de sobra	0	1	2	3
3.4. Hay suficientes viviendas de protección oficial	0	1	2	3
3.5. La vivienda es cara en Zamora	0	1	2	3
3.6. Las personas mayores tenemos información suficiente sobre ayudas para la adquisición o rehabilitación de la vivienda	0	1	2	3
4. RESPETO E INCLUSIÓN SOCIAL				
4.1. Las personas mayores en Zamora somos muy respetadas	0	1	2	3
4.2. En Zamora me siento excluido	0	1	2	3
4.3. Zamora es una ciudad insegura	0	1	2	3
4.4. En Zamora nunca me siento solo o sola	0	1	2	3
5. PARTICIPACIÓN CIUDADANA Y CÍVICA				
5.1. En Zamora hay actividades específicas para promover el envejecimiento activo	0	1	2	3
5.2. Mi opinión como persona mayor no cuenta mucho en la ciudad	0	1	2	3
5.3. Tengo suficiente oferta de asociaciones y actividades en las que participar en Zamora	0	1	2	3
5.4. Mis actividades diarias están ligada a la ciudad de Zamora	0	1	2	3
5.5. Las instalaciones y horarios de los centros de ocio son de fácil acceso	0	1	2	3
5.6. Somos consultados para tomar decisiones relacionadas con nuestro bienestar	0	1	2	3

6. COMUNICACIÓN E INFORMACIÓN				
6.1. Me llega la información y propuestas que hacen las instituciones públicas	0	1	2	3
6.2. Me llega la información y propuestas que hacen las instituciones privadas	0	1	2	3
6.3. Me resulta fácil comunicarme con la Administración	0	1	2	3
6.4. Me entero antes de las cosas gracias al “boca a boca”	0	1	2	3
7. EMPLEO				
7.1. Hay poco trabajo en Zamora	0	1	2	3
7.2. Desconozco el nivel de precariedad laboral de Zamora	0	1	2	3
7.3. La situación laboral en Zamora es muy buena	0	1	2	3
8. SERVICIOS SOCIALES				
8.1. Los servicios sociales en Zamora son excelentes	0	1	2	3
8.2. En Zamora es fácil tramitar las ayudas de la Ley de Dependencia	0	1	2	3
8.3. Conozco y tengo acceso a todos los programas y prestaciones que me ofrecen los servicios sociales	0	1	2	3
8.4. Considero que hay oferta formativa adecuada a mis intereses	0	1	2	3
9. SERVICIOS SANITARIOS				
9.1. Como persona mayor recibo una adecuada atención sanitaria	0	1	2	3
9.2. Los servicios sanitarios en Zamora son muy restringidos	0	1	2	3
9.3. Recibo una atención rápida y eficaz en el centro de salud	0	1	2	3
9.4. Recibo una atención rápida y eficaz en el hospital	0	1	2	3
9.5. En el hospital de Zamora hay suficientes especialidades médicas para recibir una atención adecuada	0	1	2	3
9.6. En Zamora hay una adecuada oferta de médicos privados	0	1	2	3

Muchas gracias por sus respuestas

Anexo 2. Álbum fotográfico: *Foro sobre las personas mayores*

