

# Cine y envejecimiento activo: la imagen de la actividad física en las películas

## Cinema and active aging: the image of physical activity in the movies

Trinidad Núñez Domínguez

Facultad de Comunicación, Universidad de Sevilla, España

Disponible online 31 de agosto de 2013

El objetivo de este trabajo es analizar la mirada que mantiene el cine sobre la actividad física y deportiva que realizan las personas mayores. En la revisión que se ha realizado sobre antecedentes investigadores, se han encontrados sólo trabajos generalistas; por ello, puede concluirse que existe un vacío bibliográfico cuando se incluye la variable actividad física. El presente estudio realiza un análisis exploratorio y descriptivo de este tema. Primero, se ha llevado a cabo una revisión conceptual sobre los dos bloques terminológicos: la actividad física y deportiva/persona mayor. Segundo, se han revisado todas las películas estrenadas en las carteleras españolas en 2012 para seleccionar aquellas cuyo tema central está relacionado con “personas mayores”. Finalmente, se ha aplicado una ficha de análisis de contenido sobre las películas que incluyen escenas donde se producen este tipo de actividad. Las primeras conclusiones permiten afirmar que las personas mayores no son objeto de interés para el cine (suponen un escaso 4%). A ello hay que añadirle que cuando las películas enfocan a personas mayores y actividad física, en un alto porcentaje se vinculan a deportes esperables para una persona mayor, lo cual permite afirmar que el cine sigue ayudando a mantener una imagen sesgada de este colectivo de personas. De todas formas, algunos datos indican cambios en positivo para romper esos prejuicios desde el cine.

Palabras clave: Actividad Física y Deportiva; Cine; Envejecimiento Activo.

The aim of this study was to analyze the image movies present of older people engaging in physical and sports activities. A review of the literature showed that although the topic was addressed in broad terms, there was a specific gap regarding physical activity. Thus, we descriptively and analytically explored this topic, beginning by reviewing two main concepts: physical activity and sports/older people. Subsequently, we reviewed all the films advertised on Spanish billboards in 2012 in order to select those whose central theme was related to older people. Finally, we applied a content analysis coding frame to films that include scenes in which such activities occur. Early findings indicate that older people are not a subject of interest in movies (barely 4% address this theme). Furthermore, when movies focus on older people and physical activity, a high percentage show them practicing the type of sport expected of an older person, which suggests that the movies continue to offer a biased image of today's older people. Nevertheless, we have also found data suggestive of a positive change toward breaking this biased image of older people in movies.

Key words: Physical Activity; Sport; Movies; Active Aging.

### La mirada del cine al envejecimiento activo

En el marco del Año Europeo del Envejecimiento Activo y la Solidaridad Intergeneracional (2012), se presentaba una innovadora iniciativa denominada “La creación cinematográfica y audiovisual como herramienta educativa para la promoción del envejecimiento activo, la intergeneracionalidad y la participación ciudadana”, organizada por el Consejo General de Colegios de Educadores y Educadoras Sociales. En la misma línea, la Región de Murcia ha incluido dentro de las celebraciones de este acontecimiento, una *Muestra de Cine*. Otra iniciativa en esta línea de intervención comunitaria (y ciudadana) ha sido la que plantea la experta en Psico-gerontología, la profesora Sacramento Pinazo, quien implementa en enero de 2012 un ciclo denominado “Cine Intergeneracional. El proceso de envejecer. Buscando la felicidad”. Dicho proyecto recibe el apoyo de diferentes agentes sociales y académicos entre los que se destacan la Unidad Académica de Envejecimiento Activo y Relaciones Intergeneracionales de la Universidad de Valencia o el propio Ayuntamiento de la capital e incluye el debate comunitario a través de seis películas: “El señor Ibrahim y las flores del Corán” (2003); “Ahora o nunca” (2007); “La vida empieza hoy” (2010); “La ventana” (2008); “Las alas de la vida” (2006); “The visitor” (2007). Las instituciones europeas en España (Parlamento y Comisión Europea) también plantearon en Madrid una actividad “de cine” el día 10 de mayo de 2012. Todas estas ideas y propuestas despertaron nuestro interés por profundizar en la relación entre el cine y el envejecimiento activo.

En la revisión que se ha realizado acerca de los antecedentes investigadores sobre este tema, se han encontrado trabajos generalistas; es decir, investigaciones que plantean la unión entre cine y personas mayores con un punto de partida genérico. Así pues, puede afirmarse que existe un relativo vacío bibliográfico que atienda a esta cuestión particular: el cine y la actividad física; por ello se ha convertido en el centro de atención del presente trabajo con el que se pretende responder a las siguientes cuestiones: ¿El cine incluye y trata la actividad física y deportiva realizada por personas mayores? ¿Resulta un tema de interés para este medio de comunicación? ¿Cómo refleja a este colectivo realizando actividad física y deportiva? ¿Mantiene una mirada positiva o negativa? ¿A través del cine se perpetúan los prejuicios sobre las personas mayores cuando la actividad física y deportiva está presente?

**Breve encuadre conceptual.** Se ha considerado pertinente utilizar como punto de partida la realización de una breve revisión conceptual sobre cuatro bloques temáticos que se convierten en el eje vertebrador de desarrollo argumental: el concepto de persona mayor, de envejecimiento activo, de actividad física y del cine como recurso socializador.

**Persona mayor.** Hasta hace relativamente poco tiempo, en la Unión Europea había una falta de acuerdo sobre cómo referirse al colectivo de mayores. En Francia y Bélgica se les denominaba “jubilados”; en Dinamarca y Holanda la deno-

minación era “ancianos”, “ciudadanos de la tercera edad” en Reino Unido e Irlanda y “personas mayores” en España, Italia, Portugal, Luxemburgo, Grecia y Alemania. El concepto de persona mayor ha estado muy vinculado a la edad cronológica o a la edad de jubilación laboral. Es cierto que ambos son criterios insuficientes y en, algunos casos, erróneos por injustos. De todas maneras, y porque afecta cuestiones administrativas, se ha determinado que una persona mayor es quien tiene 65 años o más, dentro de países desarrollados. En los países emergentes una persona es mayor a partir de los 60 años.

**Envejecimiento activo.** Como recuerdan Causapié, Balbontín, Porras y Mateo (2011), la OMS lo define como “*el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen*” (p. 16). En la base de la definición está la consideración de que es imprescindible potenciar la participación comunitaria más allá de la edad que la persona tenga y no limitar su participación ciudadana a la autonomía física o económica de la que pueda disponer.

Un análisis en profundidad de las significaciones y consecuencias asociadas con este término, es decir, de sus implicaciones y del compromiso social que implica, puede encontrarse en una obra dirigida por Pinazo Hernández y Sánchez Martínez (2005) y que se ha convertido en referencia obligada para las personas interesadas por este tema.

**La actividad física y deportiva.** La actividad física se considera como la acción orientada a conseguir unos objetivos a través del movimiento. Puede ser intencional o no. La actividad física puede derivar en ejercicio físico cuando los movimientos son repetidos, planeados, están programados y siguen unas reglas. Ésta es una afirmación que se extrae de trabajos como los coordinados por la Dirección General de Mayores del Ayuntamiento de Madrid (2007).

**El cine, recurso socializador.** El cine es arte y es industria. En Alemania se creó un término específico (*traumfabrik*) que se puede traducir por la “fábrica de sueños” y que resulta una buena forma de integrar ambas realidades: la visión artística y la empresarial. Pero a esas dos visiones hay que añadirle que socializa. El cine muestra modelos de comportamiento, valores sociales, normas, produce reacciones; es persuasivo. Este aspecto es el que mejor justifica el análisis desde la Psicología Social o desde la Educación, y que lo promueve como herramienta de intervención en la comunidad. Precisamente esa visión socializadora está en la base para que se hable de las películas como “pedagogías públicas” (Morduchowicz, Marcon y Minzi, 2004). Las películas hacen algo más que entretener: ofrecen visiones del mundo, movilizan deseos, influyen en nuestras posiciones y percepciones de la realidad y ayudan a construir la sociedad (Núñez Domínguez, 2009). Esto es, la exposición al cine cultiva la forma de entender y comprender el mundo asentando creencias, representaciones mentales y actitudes (tal como plantea la “Teoría del cultivo” o la, también denominada, “Teoría del efecto a largo plazo”).

Este punto de partida justifica que se elija el cine para realizar una valoración sobre la actividad física y deportiva de las personas mayores. Si se tiene en cuenta que la exposición progresiva a informaciones y mensajes lleva a mantener (y, en algún caso, a modificar) la concepción y la percepción de la realidad colectiva, podría entenderse que los planteamientos que haga el cine, la mirada que proponga sobre la actividad física y deportiva que afrontan las personas mayores, puede incidir en que lo que la sociedad piense sobre estas personas como colectivo. De igual manera, y a modo de expectativas de autocumplimiento, la mirada que este medio de comunicación mantenga puede ayudar a que las personas mayores respondan a lo que la propia sociedad (con esa forma de decir del cine) les proyecta. También el propio medio puede ayudar a desmontar prejuicios.

**Del estereotipo al prejuicio: personas mayores y prejuicios sociales.** Los estereotipos son creencias compartidas por un grupo de personas que no conllevan una clara evaluación sino una descripción. Por prejuicio se entiende un conjunto de opiniones rígidas, negativas y desfavorables de un grupo sobre otro. El prejuicio puede ser explícito o sutil, siendo éste bastante más perverso.

Tanto estereotipos como prejuicios deben estudiarse en el marco del contexto de relación inter-grupal. Suelen tener lugar en la relación mayoría-minoría en la que el grupo más numeroso o con más fuerza, al prejuzgar negativamente al otro grupo, obtiene ventajas sociales negando oportunidades a las personas de ese otro grupo. Al mismo tiempo consigue un “chivo expiatorio” en el que descargar las propias frustraciones y afirmar su autoestima grupal. Así pues, en la explicación de los prejuicios es más útil centrarse en los intereses y objetivos grupales o en el sentimiento de pertenencia al grupo y la identidad social (Hogg y Vaughan, 2010).

No se han encontrado demasiados estudios vinculados a personas mayores que unan como ejes de estudio y análisis los prejuicios y el deporte, aunque ciertamente pueden realizarse extrapolaciones de investigaciones que tienen un carácter más general. No obstante, destacan las relevantes aportaciones de Nelson y Dannefer (2002), de Sánchez Palacios, Trianes y Blanca Mena (2009) o de Fernández-Ballesteros (2011). Esta última autora reconoce y subraya que la población española comparte la percepción de que las personas mayores tienen deteriorada su memoria, que son irritables o resuelven mal los problemas a los que se enfrentan.

El objetivo general de este trabajo es analizar “la mirada” que mantiene el cine sobre la actividad física y deportiva que realizan las personas mayores. Dicho objetivo general se concreta en los siguientes:

- a) Conocer el número de películas estrenadas en 2012 cuyo tema central o protagonistas sean personas mayores.
- b) Analizar aquellas películas que incluyan escenas de actividad física realizada por personas mayores.
- c) Valorar si se utiliza una mirada positiva o prejuiciosa sobre la actividad física realizada por personas mayores y sobre las propias personas mayores.

## Método

El presente estudio se articula en tres fases. En un primer momento se han examinado los estrenos de películas que ha habido en España durante el año 2012. Ello permitió seleccionar aquellas películas cuyo tema central está relacionado con “personas mayores” porque: a) los personajes principales sean personas mayores o, b) las historias giren en torno a ellas.

Una vez realizada esta primera selección, se eligieron aquellas películas que incluyen escenas donde la actividad física o deportiva fuera significativa. Por ese motivo resultaba pertinente delimitar los tres primeros conceptos terminológicos que se han acotado en la introducción. Sin este esfuerzo primero, no hubiera sido posible determinar las películas que debían ser elegidas. De hecho, algunas fueron descartadas por la edad que representa el protagonista, como es el caso de “Intocable” (de Olivier Nakache). El protagonista de esta cinta no parece llegar a esa “edad de corte” establecida para ser considerado persona mayor. También se descartaron aquellas cintas donde la actividad física o deportiva que aparecía no era significativa o directamente no aparecía. Es el caso, por ejemplo, del documental “Las constituyentes” (de Oliva Acosta) donde se hace un repaso de mujeres que hicieron historia en la política española de la transición y toda la trama argumental está centrada en el Congreso de los Diputados. Así que aunque esta cinta recoge la trayectoria vital de veintisiete mujeres, se las presenta expresamente centradas en su vida política.

La tercera parte del procedimiento ha consistido en aplicar una ficha de análisis de contenido para poder realizar una valoración de las variables: a) actividad física y deportiva y b) personas mayores y del tratamiento que de ellas hacen las cintas.

Una de las películas que planteó dudas para entenderla como seleccionada ha sido “Por fin solos” porque la actividad física que propone (el paseo) no está exactamente en función de los propios protagonistas sino de “su perro”. Sin embargo, es cierto que, aunque sea por un objetivo inducido, el ejercicio se practica de manera regular, se hace con asiduidad y se salvan muchos obstáculos, por lo que se decidió incluirla en el análisis.

Una vez delimitado el campo de trabajo, se aplicó una ficha para el análisis de contenido. El objetivo era poder entender de manera específica la temática tratada. Al respecto puede decirse siguiendo a Clemente (1992) que el análisis de contenido es una buena herramienta de investigación. El autor afirma que:

*“...el análisis de contenido, por sus características de técnica desarrollada desde los inicios de las investigaciones sobre comunicación, se ha convertido, casi con exclusividad, en la forma de determinar la influencia que los medios de comunicación de masas ejercen sobre la conducta humana” (p. 171).*

De la misma manera, y siguiendo a Bardin (1996), el análisis de contenido puede definirse como:

*“... el conjunto de técnicas de análisis de las comunicaciones tendentes a obtener indicadores (cuantitativos o no)*

por procedimientos sistemáticos y objetivos de descripción del contenido de los mensajes permitiendo la inferencia de conocimientos relativos a las condiciones de producción/recepción (contexto social) de estos mensajes” (p.7).

### Resultados

De un total de 359 películas estrenadas en el territorio español en 2012, 15 están relacionadas específicamente con personas mayores (Cuadro 1). Suponen el 4.17% del total. Por lo tanto, debe subrayarse que el cine en 2012 no apuesta por las personas mayores como tema de interés.

#### Cuadro 1.

Listado de películas sobre personas mayores estrenadas en 2012

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arrugas (España)</li> <li>• El exótico hotel Marigold (Estados Unidos)</li> <li>• Por fin solos (Estados Unidos)</li> <li>• Tres veces 20 años (Francia/Bélgica)</li> <li>• Si de verdad quieres (Estados Unidos)</li> <li>• El festín de Babette (copia restaurada) (Dinamarca)</li> <li>• Las olas (España)</li> <li>• Las nieves del Kilimanjaro (Francia)</li> <li>• Girimunho. Imaginando la vida (Brasil/España)</li> <li>• ¿Y si vivimos todos juntos? (Francia/Alemania)</li> <li>• El gran año (EE.UU.)</li> <li>• Elena (Rusia)</li> <li>• Verdades verdaderas, la vida de Estela (Argentina/España)</li> <li>• El fraude (EE.UU)</li> <li>• Las constituyentes (España)</li> </ul>
--

Como muestra el Cuadro 2, de las 15 películas enumeradas, un poco más de la mitad (siete) son las que incluyen escenas donde la actividad física y deportiva es significativa por su importancia en el desarrollo narrativo.

Se ha realizado un análisis de contenido de carácter general a través del cual se ha podido cuantificar la nacionalidad de las cintas cuyo protagonismo está en manos de personas mayores: ocho películas pertenecen al cine europeo; 5 al cine norteamericano y 2 son co-producciones (Brasil-España/Argentina-España). Respecto a la nacionalidad de las cintas que incluyen actividad física y deportiva en personas mayores, 1 es española, 1 italiana, 3 estadounidenses, 1 es una co-producción franco-alemana y otra una co-producción franco-belga. Igualmente, se analizado el género social de quiénes han dirigido estas películas y sólo una mujer ha liderado un proyecto cinematográfico.

**Tabla 1**

Tipo de actividad física/deportiva

	Arrugas	El exótico hotel Marigold	Gianni y sus mujeres	Tres veces 20 años	¿Y si vivimos todos juntos?	El gran año	Por fin solos
Golf							
Beisbol							
Correr							
Natación							
Flexiones							
Petanca							
Paseo							
Pase de pelota							
Baile							
Pesca							
Esquí							

#### Cuadro 2

Películas que incluyen escenas de actividad física o deportiva

Películas	Argumento
Arrugas	Emilio, un antiguo ejecutivo bancario, es internado en una residencia de ancianos por su familia tras sufrir una nueva crisis de Alzheimer. Allí, aprende a convivir con sus nuevos compañeros y con los cuidadores. Se adentra en una rutina diaria con horarios prefijados para la toma de los medicamentos, la siesta, las comidas, la gimnasia, la vuelta a la cama... En su pulso para intentar mantener la memoria y evitar ser trasladado a la última planta, la de los impedidos, cuenta con la ayuda de Ernesto, su compañero de habitación...
El exótico hotel Marigold	Un grupo de jubilados británicos decide disfrutar de su retiro en la exótica India atraídos por la publicidad del recién renovado Hotel Marigold. Lo que encuentran a su llegada es la sombra de lo que este palacio fue en su día, e igualmente, se sienten desorientados por una India repleta de contrastes, embriagadora y aterradora. Al principio se muestran inseguros pero a medida que empiezan a establecer nuevas amistades y a realizar inesperados descubrimientos, se dan cuenta de que la vida y el amor pueden surgir de nuevo cuando consiguen dejar atrás su pasado.
Gianni y sus mujeres	Gianni vive una típica vida de jubilado: hace recados a su mujer, su hija y su vecina y pequeñas compras. Un día, su amigo Alfonso, que disfruta de sorprendentes aventuras sexuales, anima lo anima a tener otro tipo de vida y a valorar su cuerpo, que seguro no está tan oxidado como cree.
Tres veces 20 años	Mary y Adam, tienen 60 y son muy activos. Compaginan hijos, nietos, trabajo y amigos con las penas y alegrías de la vida de casados. Un día descubren, con gran sorpresa, que ya han entrado en el colectivo de "personas mayores" y reaccionan ante esta realidad de forma muy diferente. Adam se desespera e intenta buscar la fuente de la eterna juventud., Mary decide encarar la situación haciendo lo que mejor sabe hacer: cuidar de su marido y su familia, pero sus "preparativos para envejecer", malévolamente cómicos, asustan a todos.
¿Y si vivimos todos juntos?	La película nos presenta a Annie, Jean, Claude, Albert y Jeanne, amigos desde hace más de 40 años. Cuando la memoria falla, el corazón se descontrola y aparece el fantasma de la residencia de ancianos, ellos se rebelan y deciden irse a vivir juntos.
El gran año	Nos habla de tres hombres que tratan de superarse unos a otros en un concurso de avistamiento de aves en el cual el ganador será el que consiga ver y documentar las más extrañas de Norteamérica. La rivalidad entre ellos estará marcada por sus propias vidas.
Por fin solos	Beth Winter padece el síndrome del nido vacío y como su marido no está a la altura de las circunstancias relacionales que ella espera, sus afectos los vuelca en un perro abandonado que adopta. Cuando Joseph pierde al perro, se moviliza toda la familia y emprenden una búsqueda por un lugar muy difícil.

Respecto al género cinematográfico de estas películas, 3 son comedias; 2 son comedias-dramáticas, 1 es una película de animación y 1 es un drama.

Posteriormente se ha aplicado un análisis de contenido de carácter específico que ha permitido valorar, por ejemplo, el tipo de actividad concreta desarrollada (tabla 1), contabilizándose hasta once tipos de actividades distintas. Igualmente, se ha determinado si dichas actividades físico-deportivas se realizan de manera individual o colectiva, y si el deporte es cooperativo o no lo es: el 73% son deportes “en compañía”, 18% son deportes “de cooperación” y 9% son “deportes individuales”. Predominan, por tanto, los deportes “en compañía”.

De igual manera, se ha comprobado que el cine refleja a unas personas mayores capaces de afrontar con solidez el deporte o la actividad física desempeñada porque el 80% son autónomos y solventes. También los datos revelan que en el 75% de las ocasiones se muestran felices con lo que hacen.

### Discusión

Un primer análisis del contenido permite reflexionar sobre si éste es un tema que interesa más en Europa (“el viejo” continente) que en Norteamérica; si las mujeres están interesadas en dirigir cintas de este contenido argumental o no; qué tipo de género cinematográfico es el más utilizado y qué implicaciones tienen dichos resultados en la formación o el mantenimiento de creencias.

Teniendo en cuenta la nacionalidad de las películas y atendiendo a la variable “persona mayor como protagonista”, el cine europeo (10 de 15 cintas) es el que está más presente en nuestro país. No se cuenta con datos que avalen que al “viejo” continente le interese más esta temática, pero los resultados no dejan de ser significativos. Debe destacarse que española “Arrugas” consigue la nominación a Mejor Película de Animación en los premios del Cine Europeo 2012.

Bien es cierto que cuando se introduce la variable “actividad física y deportiva”, el cine norteamericano se hace presente al 50% con el europeo. ¿Responde esto a un tipo de percepción diferente vinculada a la cultura que hace que se “viva” con más naturalidad el deporte en Estados Unidos?

Que sólo 1 de 7 sea una película dirigida por una mujer (representando el 14.5%) posiblemente no sea porque el tema no resulte de interés para las mujeres sino porque tienen serios problemas para acceder a la dirección de cintas. Como se reconoce en la profunda investigación dirigida por Arranz (2010) o en el trabajo de Núñez Domínguez (2012), el techo de cristal existe en la industria cinematográfica. Por lo tanto, esa circunstancia tiñe cualquier proyecto (y cualquier temática) y permite pocas opciones a muchas cineastas competentes para lograr financiación y apoyos.

Respecto al género cinematográfico elegido, se comprueba que es todo ficción, repartido entre comedia y comedia dramática. Ciertamente es que separar claramente entre realidad y ficción no está exento de matices. El cine nace con una pretendida idea de convertirse en el registro fiel de la realidad. Sin embargo, posiblemente ni esas primeras imágenes que filmaron los hermanos Lumière pueden ser entendidas como rigurosamente

reales, dado que el hecho de elegir un punto de vista para la cámara o utilizar una lente concreta o una altura, introduce una forma determinada de hacer un planteamiento de “la realidad” que, entonces, se convierte en la “realidad narrada”. Respecto a los géneros cinematográficos específicos, entendemos con González (2002) o el Ministerio de Educación, Política Social y Deporte (2008) que el drama más que un género puede ser una forma de narrar que encara los conflictos de una manera más rígida y trágica. Se nutre de elementos propios de la tragedia griega (amos/odio, mentira, ambición...). La comedia relata la vida cotidiana en clave de un optimismo no exento de ironía. Permite ver los problemas sin la intensidad y el agobio del drama, pero suscitando la visión de crítica social. Debe subrayarse que la película “Arrugas”, aunque de animación, es un drama en su planteamiento. Todo el tema de base es dramático, como dramática es la enfermedad representada (el Alzheimer). Y al focalizar la actividad física presentada (la natación) se ve que es una opción inviable y, por tanto, altamente frustrante. La persona que la practica tiene sus facultades mentales obviamente perdidas y ha de ser “rescatado” por un compañero. El protagonista tiene competencias para nadar pero marcadas por la demencia que padece lo cual hace que sea percibido por el espectador como incapaz. Como resumen, la imagen que se proyecta de las personas mayores y la actividad física es a un 50% cómica y dramática. Bien es cierto que tiene especial relevancia que el sentido del humor y la mirada positiva sean incluidas porque ello ayuda a potenciar un espíritu crítico donde puedan valorarse los prejuicios sin culpa, con una distancia facilitadora.

Cinco de las actividades físicas o deportivas mostradas están muy ligadas al deporte que se puede esperar de una persona mayor, si seguimos los criterios de García Ferrando (2006): el baile, el paseo, la natación, la pesca y la petanca. El mencionado trabajo, que se extrae de una encuesta sobre hábitos deportivos, subraya que en España se mantiene la creencia de que la actividad física más practicada (y más elegida) por las personas mayores es el paseo. Por lo tanto, si se tiene en cuenta la actividad física y deportiva mostrada por las películas que se han seleccionado, puede decirse que casi el 50% son actividades vinculadas a la edad y que por ese motivo no se alejan del estereotipo prejuicioso sobre las personas mayores y lo que se entiende que pueden o deben desarrollar.

Existe una actividad física que no ha sido incluida como tal pero que en las propias películas queda subrayada y no está exenta de interés: la “actividad sexual”. Especialmente en las cintas “Tres veces 20 años” y “El exótico Hotel Marigold” se presentan como una actividad a tener en cuenta.

Se han distinguido tres maneras de afrontar la actividad física: a) de manera cooperativa (beisbol, petanca); b) en compañía (paseo, pesca, baile...) y actividades individuales (flexiones). Los resultados muestran que predomina la actividad realizada en compañía. Realizar este tipo de actividad produce emociones positivas como la alegría, la esperanza, la felicidad

o la empatía (Rey Martínez, 2010), emociones muy recomendables dado el temor que presentan muchas personas mayores ante la soledad.

Son aquí especialmente pertinentes las reflexiones de Moreno, Martínez, González-Cutre y Cervelló (2008):

“El compromiso de las personas mayores con la actividad física vendrá determinado por su motivación. Por ello, los responsables de promover y ejecutar programas deportivos en la tercera edad deberán conocer los intereses y actitudes particulares de esta población y desarrollar actividades que aumenten la motivación y la diversión entre los practicantes” (p. 153).

Al extrapolar esta idea es posible afirmar que el cine se puede convertir en un potente socializador con claros beneficios psicosociales cuando cuenta historias no marcadas por los prejuicios. Especialmente cuando los argumentos y “las miradas” que presenta son capaces de proponer retos (y motivación) al colectivo de personas mayores al presentar y destacar actividades deportivas posibles de realizar y, a la vez, alejadas de lo que se puede esperar de una “limitada” persona mayor. Es decir, alejadas de un enfoque perversamente prejuicioso.

El cine es un elemento que, usado como recurso interventor, puede ayudar en la mejora de la salud psicosocial de las personas mayores como colectivo y a la salud de la propia comunidad. Esto ocurre en la medida en que puede resultar motivador proyectar/devolver una imagen de personas que pueden realizar todo aquello que se proponen, sin estar condicionados significativamente y negativamente por su edad. En la misma línea se encuentra el hecho de que se les muestre felices, no sólo capaces.

Así pues, más allá de usar el cine como recurso para debatir (y desmontar o no) ideas o creencias previas, puede ser usado para romper con prejuicios propios (que las propias personas mayores mantienen sobre ellas) y para romper prejuicios que otros grupos sociales puedan mantener.

### Referencias

1. Arranz, F. (dir.) (2010). *Cine y género en España*. Barcelona: Cátedra.
2. Bardin, L. (1996). *Análisis de contenido*. Madrid: Akal.
3. Causapié, P. et al. (2011). *Envejecimiento activo. Libro blanco*. Madrid: Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad.
4. Clemente, M. (1992). *Psicología social: métodos y técnicas de investigación*. Madrid: Henderán.
5. Fernández-Ballereros, R. (2011). Posibilidades y limitaciones de la edad. En P. Causapié, A. Balbontín, Porrás, M. y A Mateo, *Envejecimiento activo. Libro blanco* (pp. 113-169). Madrid: Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad.
6. Dirección General de Mayores (2007). *Ejercicio físico para todos los mayores*. Madrid: Ayuntamiento de Madrid. Área de Gobierno de Empleo y Servicio a la Ciudadanía.
7. García Ferrando, M. (2006). *Posmodernidad y deporte. Entre la individualidad y la masificación*. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas.
8. González, J.F. (2002). *Aprender a ver cine*. Madrid: Rialp.
9. Hogg, M.A. y Vaughan, G.M. (2010). *Psicología social*. Madrid: Panamericana.
10. Ministerio de Educación, Política Social y Deporte. (2008). Media cine. Recuperado el 11 de enero de 2013 <http://recursostic.educacion.es/comunicacion/media/web/accesibilidad.php?c=&inc=cine&sec=docente&blk=indice>
11. Morduchowicz, R., Marcon, A. y Minzi, V. (2004). El cine de animación. Recuperado el 7 de junio de 2013. [http://www.me.gov.ar/escuelaymedios/material/material\\_cine-deanimacion.pdf](http://www.me.gov.ar/escuelaymedios/material/material_cine-deanimacion.pdf)
12. Moreno, J.A., Martínez, C., González-Cutre, D y Cervelló, E. (2008). Motivación hacia la práctica físico-deportiva en personas mayores. En E. H. Martín y R. Gomes de Sousa (Eds.), *Atividade física e envelhecimento saudável* (pp. 153-169). Rio de Janeiro: Shape.
13. Nelson, E. y Dannefer, D. (2002). Aged heterogeneity: Fact or fiction? The fate of diversity in gerontological research. *Gerontologist*, 32, 17-23. <http://dx.doi.org/10.1093/geront/32.1.17>
14. Núñez Domínguez, T. (2009). La mujer dibujada. El sexismo en películas y series de animación. En F. Loscertales y T. Núñez (Coords.), *Los medios de comunicación con mirada de género* (pp. 139-161). Granada: Instituto Andaluz de la Mujer.
15. Núñez Domínguez, T. (2012) El sentido de esta obra. En T. Núñez, M. Silva y T. Vera (coords.), *Directoras de cine español. Ayer, hoy y mañana mostrando talentos* (pp. 23-32). Sevilla: Fundación AVA/Universidad de Sevilla.
16. Pinazo Hernández, S. y Sánchez Martínez, M. (2005). *Gerontología: Actualización, innovación y propuestas*. Madrid: Pearson Educación.
17. Rey Martínez, J. (2010). El clima sociopsicológico y los deportes colectivos. *efdeportes.com/Revista digital, año 14, 141*. Recuperado de 7 de junio de 2013. <http://www.efdeportes.com/efd141/el-clima-sociopsicologico-y-los-deportes-colectivos.htm>
18. Sánchez Palacios, C., Trianes, M<sup>a</sup> V. y Blanca Mena, M<sup>a</sup> J. (2009). Estereotipos negativos hacia la vejez y su relación con variables sociodemográficas en personas mayores. *Revista Española de Gerontología y Geriatria*, 44, 124-129. <http://dx.doi.org/10.1016/j.regg.2008.12.008>

Fecha de recepción: 13 de febrero de 2013

Fecha de recepción de la versión modificada: 17 de mayo de 2013

Fecha de aceptación: 20 de junio de 2013