



Universidad
del País Vasco

Euskal Herriko
Unibertsitatea

MEDIKUNTZA
ETA ERIZAINZAZ
FAKULTATEA
FACULTAD
DE MEDICINA
Y ENFERMERÍA

ERIZAINZAKO GRADUA
GIPUZKOA
GRADO EN ENFERMERIA

Curso académico 2015 / 2016

**Programas Intergeneracionales y sus beneficios en las
personas mayores: una asignatura pendiente para
Enfermería.**

Helena Elías Erro

Directora: M^a Pilar Tazón Ansola

RESUMEN.

Las sociedades son dinámicas, han ido evolucionando y adaptándose a las circunstancias. Pero, a lo largo del camino, no siempre los cambios han sonreído de la misma manera a todos los individuos. Los Programas Intergeneracionales surgieron como herramienta para rescatar algo tan vital como son las relaciones interpersonales entre las distintas generaciones, recuperar a ese sector demográfico que tanto ha aumentado en las últimas décadas y que casi ha quedado relegado al olvido, como son los mayores y la aportación tan valiosa que realizan dentro del núcleo familiar y del ámbito social al compartir su experiencia, sabiduría y valores morales. El objetivo de este trabajo es, por un lado, identificar los beneficios psicosociales que se obtienen en las personas mayores con la implementación de los Programas Intergeneracionales, y por otro, conocer la labor que llevan desarrollando los profesionales de Enfermería en la práctica de los mismos. Se ha realizado una revisión narrativa de la literatura existente al respecto, así como de la existencia de guías o manuales en los que se recogen los fundamentos y pautas de actuación para su implementación. En la discusión, de los artículos analizados, destacan los beneficios que aportan las experiencias intergeneracionales en las personas mayores, con o sin discapacidad y con la ayuda de distinta metodología. Como conclusiones, reseñar la mejora moderada de los mayores en aspectos como la autoestima, la soledad, sentimientos de valía o pertenencia a una comunidad, cambios positivos en el humor o aumento de la vitalidad y la alegría; la falta de presencia, en la actualidad, del profesional de enfermería en el desarrollo de Programas Intergeneracionales, la necesidad de crear unas bases rigurosas basadas en la evidencia científica y evitar la variabilidad en cuanto a los mecanismos de actuación, en especial de los sistemas de evaluación de estos programas.

Descriptor y palabras claves: intergenerational programs, intergenerational relations, aged, child, adolescent. intergenerational relationships, aged-80 and over, aged, family relations, grandparents, grandchildren, relaciones intergeneracionales, ancianos y aspectos psicosociales.

ÍNDICE.

| | |
|--|----|
| 1. INTRODUCCIÓN..... | 1 |
| 2. MARCO TEÓRICO..... | 4 |
| 3. OBJETIVO. | 8 |
| 4. METODOLOGÍA..... | 8 |
| 4.1. Estrategia de búsqueda..... | 9 |
| 4.2. Criterios de selección..... | 9 |
| 5. RESULTADOS..... | 10 |
| 6. DESARROLLO..... | 12 |
| 6.1. Compartiendo recuerdos. (Nivel 2 Intersección)..... | 12 |
| 6.2. Compartiendo espacios. (Nivel 3 Agrupamiento) | 13 |
| 6.3. Compartiendo método contra la demencia. (Nivel 3 Agrupamiento)..... | 14 |
| 6.4. Acercando generaciones en la comunidad. (Nivel 3 Agrupamiento)..... | 16 |
| 6.5. Adoptando nuevos roles. (Nivel 3 Agrupamiento)..... | 18 |
| 7. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES..... | 21 |
| 8. APORTACIÓN PERSONAL..... | 23 |
| 9. BIBLIOGRAFÍA..... | 27 |

ÍNDICE DE FIGURAS.

| | |
|--|----|
| Figura 1. Pregunta PIO.. | 9 |
| Figura 2. Criterios de inclusión y exclusión | 10 |
| Figura 3. Resultados de la búsqueda bibliográfica..... | 11 |

1. INTRODUCCIÓN.

A lo largo de las últimas décadas hemos podido ver cómo la silueta de la pirámide poblacional correspondiente a nuestra Comunidad Autónoma, ha ido cambiando y modificándose hasta perfilarse otra estructura, en la cual la base se ha visto disminuida y el pico pierde su verticalidad. Traducido en datos, podríamos afirmar que de 2.189.257 personas censadas en el Padrón Municipal de Habitantes (INE, 2015) en el País Vasco, cerca de la tercera parte supera los 55 años. Y la población sobre-envejecida, es decir la de 80 o más años, representa algo más del 6% de la población total y un tercio de las personas mayores de 65 años (31,5%). (1)

Esta transformación se ha producido por cambios en importantes factores demográficos. Por un lado, el descenso de la tasa de natalidad, que tuvo lugar a partir de la década de los 70 como consecuencia de la crisis económica, y que en los 80 se vio agravada por la incorporación de la mujer al mercado laboral y el cambio de rol. Por otro, la disminución en las tasas de mortalidad, en especial de la mortalidad infantil, lo cual incide directamente en el aumento de la esperanza de vida. Y por último, los flujos migratorios, La inmigración de población joven rejuvenece temporalmente el conjunto, pero esta realidad no es compartida por algunos autores que consideran que muchos de los inmigrantes que llegan a nuestro país tienen una edad similar a la de los mayores sectores de edad de población. (2)

Además, el gran avance de las ciencias biomédicas, sociales y la gran importancia que han adquirido desde nuestro sistema sanitario prácticas como la prevención de la enfermedad y la promoción de la salud, han contribuido a un aumento del número de personas que superan la edad de 80 años, imprimiendo a nuestra sociedad cierto carácter envejecido a un ritmo acelerado.

El aumento de la esperanza de vida es un claro indicador de éxito de cualquier sociedad. A ello contribuye también que las instituciones y organismos locales facilitan recursos y lancen iniciativas y programas que hagan posible vivir más y mejor. Y por otro lado, la necesidad de cada individuo de implicarse en su propio bienestar manteniendo unos niveles adecuados de salud, mediante hábitos saludables, que repercuten directamente en su calidad de vida y en la de la comunidad a la que pertenece.

Envejecer bien es una labor que nos compromete a todos. Exige responsabilidades individuales y colectivas, y es para toda la vida (1). Precisamente este es el motor de este trabajo, mi deseo de implicación en el proyecto de un envejecimiento activo.

A lo largo del desarrollo de mis prácticas por diferentes centros y unidades, en los que tenía que atender a personas adultas mayores, notaba ciertas carencias o necesidades no cubiertas en nuestros pacientes con relación a aspectos psicosociales, aparte de aquellas biológicas que requerían su ingreso hospitalario. Estados de desánimo, de soledad o de baja autoestima, que en cuanto se les presta unos minutos de atención se expresan abiertamente. Una de las frases que más repetían era: “Dispongo de demasiado tiempo libre. Mis hijos ya tienen su familia y hacen su vida. Los veo muy de vez en cuando y me siento muy sola. Es como si ya no sirviera para nada. Si mañana me fuera, no me importaría y, además, no daría más guerra a nadie”.

Estas frases expresan sentimientos comunes de muchas personas mayores de nuestro entorno (personas mayores, personas adultas mayores, ancianas o de la tercera edad se considera a aquellas que tienen 65 años o más). Y cómo profesionales de enfermería ¿cuál es nuestra actuación ante esta problemática? ¿Analgesia? ¿Pruebas diagnósticas? ¿Vendajes propioceptivos?...No podemos olvidarnos de la visión holística de nuestros pacientes, si queremos que nuestros cuidados sean de calidad y obtengan óptimos resultados mantenidos en el tiempo.

El progreso de nuestra sociedad de carácter capitalista, nos ha llevado a la dispersión de los núcleos familiares y a contactos esporádicos insuficientes para la transmisión de valores, sentimientos y experiencias entre los mayores y los más jóvenes, éstos últimos conectados a diario a mundos virtuales y cibernéticos, casi perdiendo su perspectiva terrenal y el sentimiento identitario y de pertenencia a un grupo en el que uno más uno son tres.

Es en este punto, en el que quiero mostrar los Programas Intergeneracionales (a lo largo del trabajo se empleará PI como abreviatura del término), como un buen vehículo conductor en la promoción de un envejecimiento activo mediante la conexión con otras generaciones. No deberíamos construir sociedades para los mayores, sino aquellas en la que los mayores tengan voz, se sientan integrados, útiles, y reconocidos. Son portadores de un gran potencial de experiencia que nos lo han transmitido de generación en generación, sin pedir mucho a cambio, quizá alguna muestra de cariño y atención que otra. (3)

Las relaciones intergeneracionales, los programas y políticas que promueven la reciprocidad e interdependencia son vitales para el bienestar de las naciones y del mundo. En los Estados Unidos se están alcanzando grandes avances en la interconexión entre generaciones para mejorar la calidad de vida de todos. (4) En nuestro país se está abordando también la problemática de una población envejecida

y aislada socialmente a través de estos programas. Ante tal apremiante desafío, desde las instituciones se plantean estrategias para hacerle frente. Desde el año 2015 el Gobierno Vasco aprueba y lanza la Estrategia Vasca del Envejecimiento Activo (2015-2020) para la CCAA y en él se recogen los principios que presiden esta estrategia (Dignidad, Autonomía, Participación y Corresponsabilidad) y las áreas de acción: (Área 1) Adaptación de la sociedad al envejecimiento, un nuevo modelo de Gobernanza; (Área 2) Anticipación y prevención para envejecer mejor y (Área 3) Amigabilidad y participación en la construcción de una sociedad del bienestar. (1)

Dentro del Área 2, el punto de acción “Preparar la vivienda y el entorno doméstico para poder disfrutarla durante toda la vida”, hace referencia a los alojamientos intergeneracionales como promoción de una nueva forma de convivencia para las personas mayores en caso de necesitar apoyo en la propia vivienda. En otro punto de acción, dentro del mismo área, invita a “promover espacios intergeneracionales de aprendizaje a todos los niveles, para compartir el capital social y personal acumulado a lo largo de la vida”.

Dentro del Área 3, podemos encontrar dos líneas estratégicas de acción en relación a la intergeneracionalidad: el apoyo a iniciativas que la impulsen aumentando las oportunidades para establecer vínculos entre las generaciones, así como la transmisión de conocimiento, cultura y valores positivos; y fomentar la ciudadanía activa y la corresponsabilidad social entre personas de todas las edades. (1)

Desde Diputación Foral de Bizkaia hay editada una guía práctica: “Hacia un sociedad Intergeneracional ¿Cómo impulsar programas para todas las edades?”. En ella se recogen pautas para llevarlos a cabo y ejemplos ilustrativos tanto de la CCAA, como a nivel nacional e internacional (Gure Aiton-Amonak, Apadrina la Sabiduría, Encuentros interculturales e integradores de convivencia con personas privadas de libertad y personas mayores dependientes en residencias, etc.).

En Gipuzkoa, se llevan desarrollando experiencias intergeneracionales entre diferentes centros educativos y geriátricos, como es el caso de Fundación Matía con la Ikastola Axular o el Centro socio-sanitario Berra e Ikastola Arri-Berri, y, aunque se llevan realizando ya algún tiempo, no existe ningún registro de su actividad y resultados.

Recientemente, en la localidad de Andoain (Gipuzkoa), ha iniciado su andadura un centro intergeneracional en el que se da la coexistencia de una Guardería y un Centro de Día dentro del mismo establecimiento.

2. MARCO TEÓRICO.

En algunos de los documentos consultados para el desarrollo de este trabajo se dan una gran variedad de definiciones de lo que son los PI dependiendo de la perspectiva desde la que se enfocan, pero nos vamos a limitar a la que se dio en un curso organizado por el IMSERSO y la Agencia Española de Cooperación Internacional al Desarrollo, y que menciona Sánchez et al. en su “Guía Introdutoria de Programas Intergeneracionales”, ya que plasma de una manera completa y global su significado y matices:

“Los Programas Intergeneracionales son medios, estrategias, oportunidades y formas de creación de espacios para el encuentro, la sensibilización, la promoción del apoyo social y el intercambio recíproco, intencionado, comprometido y voluntario de recursos, aprendizajes, ideas y valores encaminados a producir entre las distintas generaciones lazos afectivos, cambios y beneficios individuales, familiares y comunitarios, entre otros, que permitan la construcción de sociedades más justas, integradas y solidarias”.

(5)

La evolución de los PI ha venido desarrollándose en varias fases. La primera surgió a finales de los años sesenta y a lo largo de los setenta en Estados Unidos por el distanciamiento que se había producido entre generaciones. La reubicación familiar de entornos rurales a núcleos urbanos por cambios en el mundo laboral, estaba provocando una escisión geográfica entre las relaciones personales de los miembros jóvenes y mayores en las familias. Este distanciamiento provocó la pérdida de interacción entre las dos generaciones, el aislamiento de los más mayores y la aparición de estereotipos y percepciones erróneas entre ellas.

En una segunda fase, dos décadas más tarde, la razón de ser de los PI fue la de dar salida a problemas sociales de carácter cultural, social y económico, que afectaban directamente a estos sectores de la población más vulnerables: el aislamiento social, el aumento en el consumo de drogas y alcohol, niveles muy bajos de rendimiento académico, la baja autoestima, el desempleo, desconexión con la sociedad y ausencia de estrategias de apoyo adecuadas por parte de las instituciones.

Europa se sumó a la integración de los PI como herramienta social para el bienestar de sus comunidades en una tercera fase. A finales de los noventa estos toman fuerza en nuestro continente como vehículo para hacer frente a la difícil integración de los inmigrantes en algunos países como Holanda, a ciertas necesidades políticas en relación a la inclusión y los nuevos roles a desempeñar por las personas mayores en

el Reino Unido, la percepción de una cierta decadencia de la solidaridad familiar tradicional y el aumento de la tendencia a impulsar un envejecimiento activo, en el caso de España. (6)

En el año 2012, desde Generations United (Organización sin ánimo de lucro que se fundó en Washington en 1986 para abogar por el bienestar mutuo de niños, jóvenes y personas mayores, creando puentes entre generaciones), se reconocen las primeras cinco mejores “comunidades intergeneracionales”, y las definen como aquellas que:

- ✓ Se proveen adecuadamente para la seguridad, la salud, la educación y las necesidades básicas de la vida para las personas de todas las edades.
- ✓ Promueven programas, políticas y prácticas que aumenten la cooperación, interacción e intercambio entre las personas de las diferentes generaciones.
- ✓ Permitan a todas las generaciones compartir su talento, recursos y les respalde en la consecución de beneficios individuales y en los de sus comunidades. (4)

De la misma manera que han surgido las comunidades intergeneracionales en este intento de acercar individuos de edades dispares, se habla del concepto de la “solidaridad intergeneracional”. Tanto en la primera asamblea mundial sobre el envejecimiento que tuvo lugar en Viena en 1982, como en la segunda y última celebrada en el año 2002 en Madrid, se habló de la solidaridad intergeneracional. En el Plan de Acción Internacional sobre el Envejecimiento de Madrid se hace referencia a este término como elemento fundamental para el logro de una sociedad para todas las edades y para la cohesión social, entendiendo esta última como la capacidad que tienen las sociedades para garantizar la minimización de las disparidades, el bienestar de todos sus miembros y suprimiendo la polarización de los mismos.

Los PI se muestran como herramientas para la práctica de acciones de ayuda, apoyo, cooperación y reciprocidad, conceptos que caracterizan la solidaridad intergeneracional. (6)

Independientemente de la perspectiva que queramos dar a los PI existen tres puntos comunes, *sin e qua non*, a todos ellos:

- ✓ Los participantes deben pertenecer a diferentes generaciones.
- ✓ Todas las actividades irán proyectadas a alcanzar objetivos beneficiosos para todas las personas participantes (y a la comunidad a la que pertenecen).
- ✓ Las personas que toman parte en un PI mantienen entre ellos relaciones de intercambio, bidireccionales. (6)

Una conclusión unánime en guías o manuales de PI, los cuales coinciden en los tres puntos anteriores, es la importancia en la rigurosidad de la implementación de estos para obtener verdaderos beneficios y la obtención de los objetivos marcados con éxito. Para ello, es necesario que reúnan las siguientes características:

- 1) Fomentar el desarrollo de relaciones: la duración del desarrollo de los PI debe permitir crear lazos y romper con estereotipos prefijados. Se realizarán actividades de naturaleza abierta y tolerante, sin hacer juicios de valor sobre el otro y favoreciendo la creación de relaciones interpersonales.
- 2) Contar con apoyos de organizaciones o instituciones de aquellas comunidades en las que se llevan a cabo los PI.
- 3) Poner al servicio de los participantes una gama de actividades que rompan el hielo y les lleven al acercamiento. A partir de ese momento las personas que participan se sienten más capaces de llevar a cabo cualquier actividad del programa y con roles bien definidos.
- 4) Deben ser programas dinámicos, adaptándose a aquellas circunstancias no deseadas presentadas en su ejecución, como pueden ser la pasividad de algunos grupos, la ausencia de innovación o falta de percepción de la relevancia que el género y la cultura tienen en las relaciones que se forman y en los roles de liderazgo. (7)

Partiendo de estas características primordiales, se han venido vislumbrando diversas formas de clasificación de los PI, y la más común es aquella en la que tomamos como criterio la dirección en que se prestan y se reciben los servicios. En este caso, obtenemos tres categorías:

- a) Programas en los que personas mayores adultas prestan servicio a jóvenes y/o niños. (Como cuidadores, amigos, mentores o tutores).
- b) Programas en los que jóvenes y/o niños prestan servicios a personas mayores. (Tutorizan algunas labores llevadas a cabo por los mayores, les acompañan o les visitan).
- c) Programas en los que los mayores colaboran con niños y/o jóvenes para realizar actividades en beneficio de la comunidad. (Trabajos medioambientales o experiencias de índole cultural relacionadas con la comunidad). (8)

No obstante, este tipo de categorización ha sido criticada por algunos autores por cierto carácter simplista, ya que hoy en día se enfatiza en la importancia del sentido de bidireccionalidad de beneficios de estos programas o relaciones de intercambio intergeneracional, y no queda muy claro quién es el que realiza la acción y quién el

que obtiene los resultados.

En la actualidad se propone otra forma de categorización más ajustada a las características de las prácticas intergeneracionales que se han realizado en esta última década. La clasificación se realiza según el nivel de interacción que favorezcan y serían los siguientes:

- **Nivel 1 (yuxtaposición):** los grupos generacionales participantes comparten espacio y mantienen contactos esporádicos. Se pretende que se sientan seguros y se vaya dando un acercamiento entre ellos y colaboren.
- **Nivel 2 (intersección):** en este nivel, los participantes no solo comparten espacio sino que llevan a cabo actividades en conjunto. El nivel de interacción todavía no es muy alto, ya que los participantes tienen como referente a su propio grupo generacional. Aquellas actividades en las que jóvenes o niños visitan a personas adultas mayores en centros socio-geriátricos, sería un ejemplo de un programa de este nivel.
- **Nivel 3 (agrupamiento):** los mayores, niños y/o jóvenes se unen formando parejas o grupos para realizar las actividades conjuntamente, pero en este nivel la interacción es constante a lo largo de todo el programa. Un buen ejemplo es la mentorización o tutorización de personas mayores a niños o jóvenes en escuelas a lo largo de todo el curso académico, realizando actividades de lectura, o ayudando a niños con dificultades en el aprendizaje, por ejemplo.
- **Nivel 4 (convivencia):** este nivel se da en espacios físicos en los que se lleva a cabo una convivencia intergeneracional. Son los denominados centros intergeneracionales. Las diferentes generaciones se organizan y deciden sobre la marcha tareas, objetivos y relaciones intergeneracionales. (5)

La realización de PI no conlleva *a priori* el cumplimiento de los objetivos marcados y la obtención de beneficios para sus participantes. Las relaciones humanas son variables y sujetas a circunstancias de espacio, tiempo, carácter y personalidad en las que se desarrollan. Lo que sí consiguen los programas intergeneracionales es eso, que se den relaciones interpersonales, que las generaciones se interrelacionen, pero el fruto obtenido no siempre coincide con la semilla germinada. De esta manera, seremos prudentes y a la hora de hablar del impacto de los PI y sus beneficios, no olvidaremos los retos y limitaciones a los que nos podemos enfrentar.

Como identifica MacCallum et al. en su proyecto “Community Building Through Intergenerational Exchange Programs” (7), esas limitaciones o dificultades que

dificultan el alcance de objetivos marcados serían:

- ✓ Estereotipos negativos de los jóvenes y de las personas mayores. (Estigmatización de ambos sectores generacionales).
- ✓ Circunstancias sociales, personales, históricas y económicas que contribuyan al distanciamiento de las generaciones. (Situaciones de crisis, de desempleo, ideologías políticas, etc)
- ✓ Diferencias de lenguaje. (Lenguaje juvenil y empleo de términos despectivos como “viejos” o “carrozas”).
- ✓ Minimización de riesgos culturales en un mundo global como en el que vivimos, y en el que el respeto al otro pasa por licencias personales, que no todos están predispuestos a entregar.
- ✓ Problemas operativos específicos. Estos pueden ser singulares de un PI determinado y ajustado a condiciones del lugar en que se desarrolla, como por ejemplo, desconfianza de las personas que participan, tensiones entre la planificación de las relaciones planteadas y los objetivos marcados, o falta de espacios físicos públicos para llevarlos a cabo.
- ✓ Y, por último, problemas en la tarea de orientación y formación de los participantes, debido a la no consideración de sus necesidades y expectativas sobre su papel y el conocimiento de las actividades previstas a desarrollar.

3. OBJETIVO.

- Identificar los beneficios psicosociales que se obtienen con la implementación de los Programas Intergeneracionales en personas mayores.
- Conocer la labor de Enfermería en el desarrollo de los Programas Intergeneracionales.

4. METODOLOGÍA.

Se lleva a cabo una revisión narrativa de la bibliografía existente, con metodología sistemática, en la que se delimita la información necesaria y se realiza la búsqueda más eficiente siguiendo la estructura que nos marca la pregunta PIO:

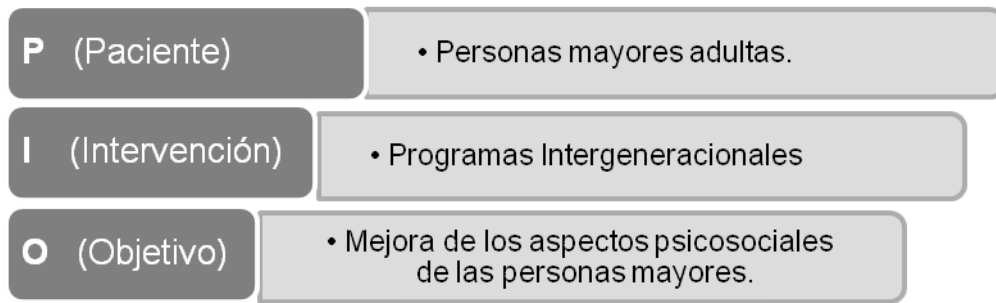


Figura 1. Pregunta PIO. Fuente: Elaboración propia.

4.1. Estrategia de búsqueda.

Para dar respuesta a la pregunta PIO planteada, se realiza la búsqueda siguiendo los siguientes pasos:

- 1) Los descriptores utilizados para efectuar las búsquedas son: intergenerational programs, intergenerational program, intergenerational relation, intergenerational relations, aged, child y adolescent.
- 2) Las palabras claves empleadas en algunas bases de datos que no poseen tesauros son: intergenerational relationships, intergenerational relations, aged-80 and over, aged, family relations, grandparents, grandchildren, relaciones intergeneracionales, ancianos y aspectos psicosociales.
- 3) Estos se combinaron con los operadores booleanos "AND", "OR" y "NOT".
- 4) La búsquedas se llevan a cabo en bases de datos fiables de referencia (Pubmed, ProQuest, BVS, PsycINFO...), revistas especializadas. (Informació Psicológica, Gerokomos, Journal of Intergenerational relationships).
- 5) Se consultan libros y o revistas especializadas de la Biblioteca de la Universidad del País Vasco. (Soporte papel)
- 6) El acceso a algunos artículos y guías se realiza por su aparición en la bibliografía de otros consultados.
- 7) Se marcan los siguientes límites o filtros: idioma español e inglés, y aquellos documentos publicados a partir del año 2000.
- 8) La búsqueda y selección se realizó entre los meses de octubre a diciembre de 2015.

4.2. Criterios de selección.

Para la selección de los artículos se establecen los siguientes criterios de inclusión y exclusión reflejados en la figura 2:

| INCLUIDOS | EXCLUIDOS |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Estudios que tengan como objetivo principal o secundario evaluar los beneficios psicosociales de los PI, tanto en Centros socio-geriátricos, en centros educativos o en centros pertenecientes a la comunidad. • Estudios que evalúen la realización y resultados de PI. • Estudios que relacionen personas mayores y/o niños y/o jóvenes adolescentes sin lazos familiares en PI. | <ul style="list-style-type: none"> • Estudios que relacionen personas mayores y/o niños y/o jóvenes adolescentes con lazos familiares en PI. • Estudios sobre PI llevados a cabo entre generaciones próximas. • Estudios que evalúen beneficios físicos de los PI. • Texto con acceso al resumen, y no al texto completo. • Textos completos que no sean de acceso gratuito. |

Figura 2. Criterios de inclusión y exclusión. Fuente: Elaboración propia.

Los jóvenes adolescentes, a los que se hace referencia en el cuadro de criterios de inclusión y exclusión, son aquellos hasta la edad de 18-19 años.

5. RESULTADOS.

En el cuadro siguiente se exponen las búsquedas bibliográficas realizadas y sus resultados siguiendo las pautas anteriormente indicadas en el apartado de estrategia de búsqueda:

| BASE DE DATOS | DESCRIPTORES- PALABRAS CLAVES | RESULTADOS OBTENIDOS | RESULTADOS SELECCIONADOS |
|---------------|---|----------------------|--------------------------|
| PUBMED | "Intergenerational relations AND Aged" | 1194 | 10 |
| | "Intergenerational relations" OR "Intergenerational relation"(ALL FIELDS) AND aged (ALL FIELDS) | 45 | 0 |
| | "Intergenerational programs (ALL FIELDS)" OR "Intergenerational program"(ALL FIELDS)" | 37 | 5 |

| | | | |
|---------------------------------|---|-----|---|
| PUBMED | Aged AND Intergenerational relations AND Child | 290 | 7 |
| | Aged AND Intergenerational relations AND Adolescent | 243 | 2 |
| PsycINFO | Aged AND Intergenerational relations NOT Family relations NOT Grandparents NOT Grandchildren | 339 | 2 |
| BVS | Relaciones Intergeneracionales AND anciano | 22 | 1 |
| | Programas intergeneracionales | 2 | 0 |
| | Relaciones intergeneracionales AND aspectos psicosociales | 24 | 0 |
| BIOMED CENTRAL | Intergenerational relations | 189 | 1 |
| TAYLOR AND FRANCIS GROUP | Intergenerational relations | 435 | 2 |
| ProQuest | “Intergenerational relationships” OR “Intergenerational relations” AND “Aged, 80 & over” AND “Aged” | 618 | 6 |

Figura 3. Resultados de la búsqueda bibliográfica. Fuente: Elaboración propia.

En la segunda búsqueda indicada se delimitó por fecha la búsqueda, siendo esta del 01 de enero de 2015 al 12 de enero de 2016.

Tras la selección definitiva de 38 artículos, se eliminan los duplicados quedando un total de 17.

Uno de los artículos seleccionados es del año 1998, y aunque en principio sería motivo de exclusión, se ha incluido ya que pertenece a una serie de 3 artículos de investigación realizados por el mismo autor sobre la repercusión del método Montessori en PI.

El artículo denominado “Campo de trabajo voluntariado: Alacant trobada intergeneracional” se seleccionó tras una búsqueda intuitiva en Google Scholar para localizar programas en desarrollo a nivel nacional. Este se localizó dentro de una

revista especializada denominada “Informació Psicológica”. Ninguno de estos dos artículos mencionados anteriormente se encuentran incluidos en el cuadro de resultados.

Los resultados de algunas búsquedas han sido realmente amplios, ya que no era posible acotarlas por medio de descriptores, palabras claves o filtros existentes. No obstante, cada búsqueda ha sido explorada y revisada para la selección de documentos válidos para el estudio.

6. DESARROLLO.

El análisis de los datos de los artículos consultados y seleccionados para este trabajo se expondrá agrupándolos siguiendo ciertas características de los diferentes PI sobre los que se realizan, por ejemplo, el espacio compartido, actividad o método impartido, características de las personas mayores como la demencia o el carácter voluntario de los integrantes.

6.1. Compartiendo recuerdos. (Nivel 2 Intersección)

Una de las actividades sobre las que giran algunos grupos intergeneracionales es la transmisión de experiencias vividas en el pasado por las personas mayores. Es una actividad potencialmente efectiva para mejorar el bienestar psicológico y la calidad de vida de estas personas. En particular, la intervención de este tipo de actividad intergeneracional, ha repercutido positivamente en la autoestima, en el estado de bienestar, ha disminuido el sentimiento de soledad y se presentan como herramienta válida en el tratamiento de la depresión, de la demencia y en desórdenes severos mentales en la población mayor.

En dos estudios llevados a cabo en Milán (Italia) y Hong Kong (China) entre 32 y 49 personas mayores y 114 niños y 117 jóvenes respectivamente, con este modelo de intervención, en el que los items a recordar más típicos fueron las tradiciones locales, eventos históricos, experiencias vividas y trabajos o profesiones del pasado y en el que no se marcaron unos beneficios concretos sino hipótesis, se observó una clara disminución de estados emocionales como la soledad y mejoría en el humor. Sin embargo, en lo referente al sentimiento de soledad social o pertenencia a redes sociales, no se registraron cambios. El aumento en la percepción de calidad de vida recogida en las valoraciones realizadas tras las intervenciones viene dado por la actitud más positiva hacia el futuro que presentan los participantes y el dar nuevos significados de carácter positivo a eventos previos de su vida y que comparten con los jóvenes. Sin embargo, no hubo cambios significativos al final del programa en relación

con la autoestima de las personas mayores, ya que resaltan que sería preciso mantener la actividad durante un período de tiempo más largo del que se invirtió, para obtener algún cambio al respecto.

El potencial de estos grupos como intervención para promocionar la salud y el bienestar en las personas mayores no ha sido investigado ampliamente. Tan solo se han encontrado estos dos estudios. En el segundo de ellos las personas mayores sufrían de demencia en un estado muy incipiente y se demostró no solo el efecto positivo en aspectos psicosociales, sino también en su capacidad cognitiva. En los jóvenes participantes en ambos proyectos se detectó una percepción más positiva tanto en relación a la figura de la persona mayor como de aquellas afectadas por algún tipo de demencia, al mismo tiempo que enriquecieron sus conocimientos sobre la enfermedad. (9) (10)

6.2. Compartiendo espacios. (Nivel 3 Agrupamiento)

E. Shannon y Cynthia L. Smith, profesores de la Universidad de Virginia (Departamento de Humanidades), llevaron a cabo un proyecto a través de PI en espacios compartidos para observar los cambios en la conducta de las personas mayores. Se observaron dos espacios intergeneracionales diferentes en paralelo. En uno de ellos, el grupo experimental, hubo una preparación teórica previa del personal encargado en su desarrollo, siguiendo las pautas necesarias y establecidas para una correcta implementación (recursos, tipo de actividades, escalas de evaluación, adecuación de espacios físicos, preparación del personal...). El otro tuvo un desarrollo más tradicional, simplemente se compartía espacio y actividades, sin dirigir constantemente los movimientos de personas mayores y niños a través de las mismas. Los ítems a valorar eran, por un lado, conductas de interacción intergeneracional y, por otro, de solidaridad. Se dieron, en ambos espacios, un aumento en conductas de interacción, pero con alguna diferencia. Mientras en el espacio con preparación teórica la interacción era intergeneracional, en el tradicional era más entre pares. En este último caso, consideramos que se obtiene también una mejora en la actitud de los mayores en cuanto al interés por relacionarse, pero la otra generación no se ve beneficiada, ya que no existe relación intergeneracional. Y en cuanto a conductas de solidaridad, hubo un aumento más definido en el espacio más teórico que en el tradicional. Este modelo de PI es más efectivo en cuanto a promocionar conductas de compromiso activo y disminuir niveles en actitudes de observación. En este proyecto queda reflejado que caminar juntos con un mismo propósito facilita el proceso de los PI, y que lo reafirma como uno de sus principios. Y

que no se puede dejar en manos del azar o del simple contacto la obtención de beneficios de estas intervenciones, sino que es necesario todo un proceso de organización, planificando todas las etapas de preparación previa a la intervención (personal, recursos, actividades, apoyos), ejecución del programa siguiendo pautas determinadas y adaptándose a los retos que se vayan presentando y evaluando los resultados, mediante herramientas idóneas. (p.e. escalas observacionales, de dependencia, de depresión, de conducta...) (11)

Eva Marie Kessler y Ursula M. Staudinger, investigadoras de la Universidad de Bremen (Berlín), realizaron un estudio con el fin de analizar el potencial intergeneracional en las personas mayores, en sus niveles de rendimiento cognitivo y complejidad cognitiva afectiva. Se reclutaron 90 mujeres mayores (70-74 años) y 90 jóvenes adolescentes (14-15 años). Se distribuyeron aleatoriamente en tres grupos experimentales formando parejas de jóvenes y adultos mayores (grupo 1), adultos mayores y adultos mayores (Grupo 2) y jóvenes y jóvenes (grupo 3) La intervención tuvo lugar en la Universidad Jacobs en Bremen-Alemania, en una única sesión de 90 minutos para cada grupo entre las 2.30 p.m. y las 7.00 p.m. La actividad consistía en plantear a cada grupo una situación con un nivel de dificultad determinado (alto o medio). Aquellas personas mayores que se vieron expuestas a mayores niveles de dificultad mejoraron en cuanto a la fluidez y velocidad de expresión verbal. No hubo diferencias significativas en funcionamiento cognitivo. Al contrario de lo que se esperaba, se dieron niveles más altos de generatividad en el grupo formado por parejas de personas mayores. Las autoras identifican situaciones de competitividad entre pares, como un impulsor para mejorar los recursos cognitivos de los ancianos. Sin embargo, se observó que la interacción entre los jóvenes y personas mayores facilitaba la regulación de emociones en los mayores. Concluyen señalando que el desarrollo de este tipo de intervenciones intergeneracionales conlleva un único potencial psicológico y es su naturaleza motivadora. (12)

6.3. Compartiendo método contra la demencia. (Nivel 3 Agrupamiento)

En una serie de artículos consultados se realizaron experiencias intergeneracionales utilizando el Método Montessori. (Este método fue creado por María Montessori, educadora italiana, a finales del S.XVIII y principios del S.XIX. Consiste en un conjunto de técnicas de aprendizaje, basado en la estimulación y el respeto. Promueve el desarrollo de habilidades sociales, el crecimiento emocional y el desarrollo cognitivo necesaria para hacer frente a retos académicos. Se trata de experimentar la alegría por aprender, al tiempo que disfrutas del proceso y se desarrolla la autoestima. Todo

esto, gracias a la exposición a ambientes, entornos y materiales diseñados para estimular).

En 1997, Cameron J. Camp et. al. realizaron un primer proyecto de estas características con personas mayores con demencia y niños preescolares, y en el que el objetivo era medir si las personas mayores eran capaces de enseñar a los niños a realizar las actividades establecidas para la sesión del programa; así como, si la intervención reducía la apatía o episodios de desconexión de los mayores. Pudieron observar que conforme avanzaban las sesiones los niños conseguían realizar las actividades con más éxito, siendo realizadas, al final del proyecto, 22 de las 39 propuestas. Además, los períodos de desconexión de los mayores debidos a la demencia, disminuyeron progresivamente en las sesiones. (13)

En 2007, el mismo autor, volvió a repetir la misma experiencia pero comparando dos grupos intergeneracionales. El Grupo 1 realizaría 6 meses de sesiones con actividades tradicionales y 6 meses de sesiones con el método Montessori. Y el grupo 2, primero Montessori y luego actividades tradicionales, como cantar, dibujar, realizar manualidades, etc. El objetivo era comprobar el nivel de compromiso e implicación de las personas mayores con demencia leve y moderada en los diferentes grupos y se comprobó que no hubo diferencias relevantes entre los dos grupos, pero que las sesiones que se llevaban a cabo siguiendo el método Montessori conseguían niveles más altos de aproximación constructiva (el mayor toma parte en la actividad y se interrelaciona con el niño) entre las generaciones y que a pesar de la larga duración del programa (12 meses), esta no se vio afectada por los cambios físicos y cognitivos de los participantes, ya que el método Montessori permite adaptarse a ellos. (14)

Y en 2011 se llevó a cabo otra actuación con este mismo método, pero a través de la transmisión de conocimientos, habilidades y de la experiencia de los residentes de un centro de día a niños de preescolar, que compartían edificio. En este caso, la conclusión a la que llegan es que se crean altos niveles de compromiso, de empatía y respeto entre las dos generaciones mejorando la calidad de vida de los mayores; pero que esos beneficios no perduran en el tiempo después de participar en el programa y que sería conveniente contar con los recursos y apoyos necesarios para poder implementarlos de una manera constante, con el fin de mantener los beneficios con su práctica y desarrollo. (15)

Bethany Galbraith y otros tres componentes del departamento de investigación de la Univesidad de Trabajos Sociales de Toronto (Canadá), llevaron a cabo una revisión de la bibliografía publicada durante 19 años sobre PI para personas con demencia y su

repercusión psicosocial. En él se concluye que en la mayoría de los artículos se recogen beneficios positivos: aumento en la autoestima, en la confianza en uno mismo, en sentimientos de aceptación y reciprocidad, de sentirse útiles, más jóvenes y con ganas para vivir; disminución de la ansiedad y ,en referencia al humor, se recoge un aumento en la alegría, especialmente realizando actividades con el método Montessori y en las que recordaban experiencias pasadas. No se recogen cambios significativos en la conducta, pero en algunos de los programas sí cierto descenso en conductas de agitación o perturbación. También se recogen cambios respecto a expresiones de compromiso social como sonrisas, abrazos, extensión y choque de manos, interacción verbal, contacto visual y ofrecimientos de ayuda con los niños o jóvenes. (16)

6.4. Acercando generaciones en la comunidad. (Nivel 3 Agrupamiento)

Como podemos ir observando a lo largo de este trabajo, existen diferentes modelos de intervención de PI, y también una gran abanico de actividades que se realizan en su desarrollo. En Carolina del Norte, se realizó un PI entre personas mayores con bajos ingresos y jóvenes adolescentes con desórdenes emocionales. A lo largo de 11 meses hacían sesiones de contacto intergeneracional bimensualmente, en el que se realizaban diversas actividades con relación a momentos estacionales con cierta relevancia como La Navidad, la llegada de la primavera, Halloween, celebración del 4 de Julio...) Se pudo apreciar el cambio de actitud de un sector generacional respecto del otro. Cambios severos en la conducta, resultando al final más apropiadas, correctas y respetuosas. Ambos desarrollaron habilidades sociales. Aumentaron sentimientos de afecto en mayores que padecían depresión crónica y fueron capaces de superar el estereotipo de “chicos malos” de aquellos jóvenes con desórdenes mentales. (17)

Un grupo de enfermeras pertenecientes a la Escuela de Enfermería de la comunidad de Chuo-Ku en Tokio, realizaron un estudio cualitativo-cuantitativo a través de un PI de 22 sesiones a lo largo de 6 meses llamado “St. Luke`s Nagomi-no-Kai”, en el que participaron 16 personas mayores y 8 niños escolares y realizaban diferentes actividades en una sala de la misma universidad adecuada para el programa. Las evaluaciones se hicieron al comienzo del PI, a los tres meses y al final del mismo mediante diferentes escalas. Uno de los propósitos del mismo era comprobar el efecto de los PI en la mejora de la calidad de vida y en la depresión de las personas mayores, y los valores de los dos ítems se vieron mejorados en las últimas valoraciones. Más del 50% de los mayores que participaron eran mujeres viudas y se

pudo comprobar una disminución en su sentimiento de aislamiento social, soledad y en los síntomas de depresión. Tanto su interacción con los niños como las relaciones que generaron contribuyeron a ello, así como el compartir actividades en las que disfrutaron de su mutua compañía y ayuda. La disminución de síntomas depresivos se vio favorecida por el resurgimiento de sentimientos de pertenencia a una comunidad en la que se sentían integrados y a la que podían aportar su experiencia y habilidades, lo que hizo renacer en ellos el sentimiento de personas aptas para la sociedad. (18)

Otro de los artículos consultados habla de un proyecto realizado entre 21 personas mayores de un hogar de retiro y 26 niños de 4º curso de primaria, todos voluntarios, en el Norte de Florida (EEUU). Se realizaron dos grupos, uno experimental y otro de control. Las reuniones tuvieron lugar en el salón de actividades del hogar de retiro y se desarrollaron actividades relacionadas con la música (cantar, coreografías, tocar instrumentos y sesiones de conversación). Entre otros objetivos, se pretendía valorar los cambios producidos en relación a aspectos psicosociales sobre las personas mayores como la calidad de vida, autoestima, generatividad y autosuficiencia. Tanto en las evaluaciones pre y post intervención no hubo diferencias significativas entre los componentes de ambos grupos. Se observó una mayor interacción intergeneracional y surgieron relaciones más estrechas en actividades de grupos más reducidos como el baile y las conversaciones estructuradas, que se realizaban en parejas. Sin embargo, se comprobó que tanto la autoestima como la generatividad se vieron levemente aumentados en las personas mayores que participaron en el grupo experimental. Así como en su sentimiento de ser útiles para la otra generación y para la comunidad a la que pertenecen, y de haber mejorado su calidad de vida, expresando emociones de alegría y felicidad. Se destaca como posibles factores que marcan esta diferencia entre los grupos, y a tener en cuenta en experiencias posteriores, la actitud voluntaria de los integrantes del grupo experimental y la selección de los niños participantes voluntarios que presentaban una actitud positiva hacia las personas mayores, debido a un mayor contacto con ellos y por los valores transmitidos por sus familias. (19)

La gran mayoría de las intervenciones intergeneracionales se llevan a cabo poniendo en contacto dos generaciones de edades dispares, pero en los últimos años se están realizando este tipo de programas aproximando tres generaciones (mayores, niños o jóvenes y adultos de mediana edad). Este es el caso de un proyecto realizado por Margaret Skropeta et al. en una región de Sidney (Australia) a lo largo de 6 meses, en sesiones semanales de una hora y media. En este estudio mixto cualitativo-cuantitativo trataba de explorar los beneficios de participar en un PI a través del juego por medio de la socialización e interacción intergeneracional dentro de la comunidad.

La evaluación se realizó antes y después de la intervención mediante la escala de la depresión (Geriatric Depression Scale) y la de la calidad de vida (SF36). Se detectaron cambios significativos en los niveles de calidad de vida debido a un aumento de la energía y disminución de la fatiga. En lo que respecta a los resultados post evaluación con relación a la depresión, no se detectaron cambios reseñables. En aquellas personas mayores sin relaciones familiares, se crearon lazos fuertes de amistad y de compromiso con los miembros de otras generaciones y fue uno de los factores que más atrajo al grupo de participantes. Valores como la pertenencia a una comunidad o a una familia surgieron de nuevo aportando grandes beneficios a los integrantes de la experiencia. Compartir momentos de diversión, de ayuda a otros, de observación, de transmisión de experiencias y conocimientos, y de aprecio hacia otras generaciones han formado parte de una contribución tridireccional, brindando a todos la oportunidad de un crecimiento personal impensable, y que se ve reflejado en el cambio de conceptos prefijados sobre las distintas generaciones, el romper con ciertos estereotipos y la creación de puentes de acercamiento mediante actitudes de tolerancia. (20)

6.5. Adoptando nuevos roles. (Nivel 3 Agrupamiento)

Otro tipo de intervención intergeneracional es aquel en el que las personas mayores adoptan el rol de mentores o tutores de niños o jóvenes en las escuelas o institutos de manera voluntaria. Dos profesores de Ciencias de la Humanidad realizaron un estudio de una intervención intergeneracional en Cleveland, entre 15 personas mayores con demencia leve a moderada y dos clases de una escuela intergeneracional con niños de 5-6 años y 11-14 años respectivamente. Se formaron dos grupos, uno experimental y otro de control, y el programa se realizó durante 5 meses. Durante una hora, en semanas alternas, los mayores ejercieron de mentores con los niños preescolares realizando actividades como cantar, escribir o leer historias; y con la clase de 6º grado, en pequeños grupos de 2-3 estudiantes, contaban sus experiencias e historias vividas. El grupo de control realizó 12 horas de actividades en torno al amor, la espiritualidad, el bienestar, creatividad, ética o belleza, en su centro geriátrico y dirigido por el propio personal. El objetivo marcado era evaluar si la intervención estructurada intergeneracional con personas mayores voluntarias, con leve o moderada demencia, mejoraba su calidad de vida. Las variables a evaluar fueron el estrés, depresión, sentimiento de determinación, funciones cognitivas y percepción de sentirse personas útiles. Los resultados reflejaron que no hubo cambios significativos, ni diferencias entre los dos grupos en variables como la depresión, en la determinación o en sentirse útiles. En lo que respecta a las funciones cognitivas, no se observó ningún cambio en

el grupo experimental, pero en el de control hubo un leve empeoramiento. Lo que si fue significativo fue la mejoría del grupo experimental en relación al nivel de estrés, que se vio mejorado tras la experiencia. Los autores hacen especial referencia a esta circunstancia, ya que uno de los factores que inciden directamente en la calidad de vida de los mayores, y en concreto en la enfermedad de Alzheimer, son los niveles de estrés de la persona. De esta manera, presentan a este tipo de intervenciones intergeneracionales como una herramienta válida para la prevención de dicha enfermedad o para la promoción de la salud de las personas afectadas, evitando la progresión de la misma. No obstante, incide en la necesidad de realizar proyectos de este tipo con muestras mayores y de mayor duración, coincidiendo con otros autores, como ya hemos visto anteriormente. También mencionan la repercusión biológica que podrían tener en las personas afectadas por la enfermedad, a nivel celular, como por ejemplo en los niveles de serotonina, metabolismo de la glucosa, o presión arterial. (21)

Las más recientes investigaciones en PI basados en la mentorización se centran en los llamados Grupos de Experiencia (Experience Corps), los cuales son considerados de alto impacto e intensidad. En escuelas públicas elementales de EEUU, durante 15 horas semanales, parejas formadas de estudiantes y personas mayores voluntarias y entrenadas, tienen como fin el aumento o mantenimiento de la actividad cognitiva y social de los mayores y mejorar los rendimientos académicos de los niños. Los voluntarios ven aumentado su círculo de amistades y se sienten más comprometidos con sus comunidades. (22)

En un instituto de Indiana, dentro de la asignatura de Geriátrica desarrollaron este proyecto piloto en el que un grupo de 25 estudiantes y 5 personas mayores adultas colaboraban en el desarrollo de una actividad para estudiar el efecto que tenía sobre los participantes este programa intergeneracional. Al final del mismo se evaluaron los cambios en las personas mayores del grupo y se comprobó un aumento de la satisfacción por el papel desempeñado, recogido en expresiones como “me siento útil” y “me gustaría seguir compartiendo y ayudando a los estudiantes”, y reconocerse capaces de poder seguir enseñando gracias a su experiencia y conocimientos adquiridos a lo largo de sus vidas. (23)

En España el acceso a artículos o proyectos publicados en bases de datos fiables, sobre PI que se hayan realizado o estén en marcha, ha sido casi nulo. Se han localizado diferentes programas en comunidades como Andalucía, Asturias, Castilla-León, Valenciana, Murciana, Extremadura o País Vasco, pero no existe un registro de

los mismos, tan solo se ven reflejados como experiencias intergeneracionales y no como proyectos o estudios revisados y publicados con una determinada evidencia científica. Tan solo se han localizado un par de artículos publicados en las búsquedas realizadas. Uno de ellos es un campo de trabajo de voluntariado intergeneracional en Alicante y llevado a cabo por María Clara Aguado, psicóloga clínica de la Residencia de personas mayores dependientes “La Florida” en Alicante. Era una muestra de 90 personas mayores (30 autónomos y 60 con diversos grados de dependencia) y 20 jóvenes procedentes de distintas provincias españolas e incluso del extranjero con buen nivel de castellano, seleccionados por el Instituto Valenciano de la Juventud en Alicante. El proyecto se llevó a cabo durante dos semanas de 9,00 h a 14,00 h realizando tanto actividades dentro de la Residencia de mayores como excursiones locales. Para su evaluación se realizaron encuestas a las personas mayores en torno a los objetivos planteados, como favorecer una convivencia intergeneracional y crear vivencias gratificantes. En relación al primer objetivo las personas mayores comentaron que la relación con los jóvenes había sido fácil, que no encontraron dificultades para relacionarse, que les habían hecho rejuvenecer, les enseñaban cosas nuevas, y que los recibían con mucha alegría. Y respecto al segundo objetivo, refirieron haber cambiado su opinión con relación a los jóvenes, que los conocían más, que se divertían con ellos y que se sentían acompañados. (24)

El otro se llevó a cabo en la isla de Lanzarote. Es el proyecto de intercambio intergeneracional “Aprendamos juntos”. Esta iniciativa se gestó en el Departamento de Enfermería del Hospital Insular. El grupo de trabajo interdisciplinar estaba formado por una enfermera, una trabajadora social, un animador sociocultural y un inspector de la Consejería de Educación. Se realizaron cuatro sesiones de enero a junio de 2005, dos en el centro de enseñanza y las otras dos en la residencia pública de Yaiza. La muestra estaba formada por 20 adultos mayores y 45 niños y niñas de 5º de primaria. Se realizaron diferentes actividades, desde charlas y entrevistas para conocerse mejor y establecer vínculos de relación con el otro, hasta sesiones de teatro, talleres de música, de pintura y de lectura. Se recogieron datos como el alto nivel de satisfacción y de afinidad entre los participantes, y un aumento de la motivación. La preparación previa de las sesiones les supuso un aliciente para acabar con la rutina y la monotonía diaria. Las relaciones interpersonales durante los diferentes talleres reportó una mejoría en el estado de ánimo y en el entusiasmo de los mayores, refiriendo que les habían ayudado a superar la soledad que sienten las personas institucionalizadas. (25)

Respecto a las experiencias intergeneracionales correspondientes al Nivel 1 Yuxtaposición, no se realiza ninguna mención ya que, en la actualidad, se han visto

absorbidas por los otros niveles como una primera etapa o fase de contacto en la que se pretende generar lazos de confianza y compromiso para que se puedan realizar las diferentes actividades posteriormente de una manera más satisfactoria.

Tampoco se han incluido programas del Nivel 4 Convivencia, ya que este tipo de intervenciones se realizan con estudiantes universitarios, y uno de los criterios de inclusión eran niños y/o jóvenes adolescentes. Además, a pesar de que en nuestro territorio se llevan a cabo un gran número de alojamientos de estas características de convivencia intergeneracional, en la cual las personas mayores comparten su vivienda gratuitamente con estos estudiantes durante el curso académico a cambio de compañía nocturna y ayuda en actividades como la compra o en desplazamientos, no se recoge evidencia científica de sus beneficios.

7. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.

El impacto logrado en las personas mayores adultas por el intercambio intergeneracional, fuera del ámbito familiar, queda reflejado por la modificación en actitudes como el aumento de la vitalidad, cambios en el humor, incremento de la autoestima, de la determinación y de la motivación o aumento de la resiliencia. También se observan cambios en las emociones, superación del sentimiento de aislamiento al dedicar tiempo a los demás y aumento de otros como el de valía personal, sentirse apreciado por el otro al compartir experiencias o sentimientos positivos hacia experiencias propias de la vida pasada.

Respecto al desarrollo de nuevas habilidades, especialmente sociales en el empleo de nuevas tecnologías, o capacidades para superar estados de enfermedad física y mental, se detectan importantes progresos.

Se verifica que los PI se presentan como una oportunidad para aprender, desarrollar la amistad con gente joven y/o niños, transmitir tradiciones, cultura y lenguaje, exponerse a la diferencia, mejorar conocimientos acerca de otras generaciones, reintegración en la familia y en la vida comunitaria. Del mismo modo, se constata que también reciben ayuda práctica en actividades como el transporte o realizar compras, disfrutan de buenos momentos por la implicación en actividades como el ejercicio físico o de ocio y logran el reconocimiento, honor y respeto hacia su contribución a la comunidad.

Aunque nuestro objetivo era reconocer aquellos beneficios psicosociales que reportan los PI, cabe resaltar otro tipo de beneficios para la salud a nivel físico de nuestros mayores, aspecto en que se detecta una mejora en la percepción de salud de las personas mayores pasando de mala a buena o muy buena, al referir que sienten

menos dolor y, además, mejoran en variables físicas como la fuerza o andar más rápido.

La elaboración de proyectos intergeneracionales es llevada a cabo por una amplia gama de profesionales (trabajadores sociales, psicólogos, psiquiatras, profesores...) y, a pesar de que en sus inicios en EEUU fueron promovidos por profesionales de enfermería, hoy en día son escasos los ejemplos. En este trabajo se citan un par de intervenciones intergeneracionales dirigidos por profesionales enfermeros, pero es todo un campo de acción por descubrir para la Enfermería Geriátrica, Escolar o de Atención Primaria, y con el que se reportarían importantes beneficios a nivel profesional como la satisfacción de participar en este tipo de proyectos, aunque no novedosos sí insuficientes y necesarios, que aumentan la calidad de trabajo y que son tan provechosos para generaciones de mayores con olor a alcanfor y de niños o jóvenes de cuarta generación 2.0. Estos últimos mencionados, también se ven favorecidos por una mayor autoestima y aprecio hacia sí mismos, mejoras en su comportamiento, más implicación en las tareas escolares y progresos en sus resultados académicos, sienten respeto hacia otras generaciones, hacen un menor consumo de drogas y alcohol e incrementan su sentido cívico, de responsabilidad hacia la comunidad y fortalecimiento frente a la adversidad.

Contar con programas de prevención e intervención dirigidas a mantener la salud de las personas mayores es necesario. El esfuerzo de los programas de investigación en el ámbito de la educación y en el sanitario deben comenzar a integrar al joven y al adulto mayor en un modelo de prevención que se ocupe de las necesidades físicas, psíquicas y sociales de los mayores que residen en la comunidad, de los comportamientos de riesgo de los adolescentes, y de la necesidad de que ambas generaciones permanezcan interconectadas. Necesitamos que esos dos sistemas, sanitario y educativo, fomenten una visión más amplia de la comunión entre relaciones intergeneracionales y envejecimiento activo. Educamos en alimentación, hábitos saludables, como evitar el contagio de enfermedades o promover nuestra propia salud. ¿Cómo no sentir soledad ante la pérdida de seres queridos con los que hemos compartido nuestra vida y superarla? ¿Cómo evitar el aislamiento social y su tristeza? ¿Cómo educar para aumentar la autoestima, la alegría, las ganas de vivir o motivar ante el último paréntesis de la vida? Estos son aspectos psicosociales de nuestros mayores a los que hacer frente con ganas, con todos los conocimientos y las armas tradicionales o innovadoras, que poseen los profesionales de enfermería.

Desde la aparición de los primeros PI en Estados Unidos, estos han tenido un gran

impacto en las personas que han participado en ellos, aunque varios autores coinciden en que la calidad de las herramientas de evaluación de los mismos no hayan sido quizás las correctas y los resultados no sean definitivos; que la única forma de conseguirlo es seguir intentándolo y asentando unas bases teóricas firmes y basadas en el metaanálisis de todo el proceso, incluida la evaluación, parte fundamental de los Programas Intergeneracionales. La evaluación es vista por las personas como algo amenazante y cuanto más se incorpore junto con la supervisión, adaptadas a formas más acordes con la naturaleza interrelacional de las mismas, más se aceptará como una herramienta para la mejora de la práctica intergeneracional.

Los programas intergeneracionales permiten cubrir necesidades básicas humanas y reintegran a los adultos mayores en la sociedad. Promover el desarrollo de estos programas es beneficioso para todos y está garantizado. No obstante, sería conveniente no dejarse llevar por la necesidad de alcanzar estos beneficios, ya que el hecho de conseguir que las relaciones intergeneracionales broten con naturalidad y fluidez es todo un logro, *per se*.

8. APORTACIÓN PERSONAL.

Las conclusiones a las que me han llevado las labores de investigación para la elaboración de este trabajo de fin de grado, han sido la prueba definitiva de que mi hipótesis, sobre la influencia positiva que tienen las interrelaciones entre niños o jóvenes y personas mayores, era cierta. Residir en un barrio donostiarra en el que encontrarte en media hectárea una cuadrilla de ancianos, con gesto serio o mirada perdida sentados al sol en sus sillas de ruedas, y decenas de niños correteando sin fin cualquier tarde, te hace reflexionar sobre la sociedad en que vivimos, cómo vivimos y cómo podríamos vivir mejor hasta que nuestras energías decidan teletransportarse a otros planos del infinito y más allá. Y de la misma manera que nos pasamos la vida compartiendo momentos con nuestra familia, nuestros amigos, con nuestra pareja e hijos, por qué no seguir haciéndolo en la parte final de nuestro ciclo vital con aquellas personas que nos puedan necesitar, que quieran oír nuestro devenir por la vida, que nos enseñen como aprenden a hablar, a andar, a dibujar o a comer, que nos muestren como ven el mundo y cómo lo sienten, y que nos hagan sonreír con sus actuaciones improvisadas de piruetas imposibles y nos encojan el corazón o lo revienten de alegría con el contacto de sus manos en nuestras manos, con una minicaricia en nuestras mejillas o con un beso sabor a Chupachups. Nadie puede resistirse ante semejantes ofrendas. Ni todo el oro, incienso o mirra de este mundo podrían pensar en alcanzar las cimas de tales montañas. Agitemos en una coctelera el combinado perfecto,

mayores y niños, y no solo las alcanzaremos sino que conseguiremos moverlas.

No desisto y con estas palabras intento no perder la ilusión por conseguirlo y reafirmarme. La idea de crear un lugar de convivencia intergeneracional ronda mi cabeza y cada vez es más real. Un centro de día y una guardería en un mismo emplazamiento. Y cada día conseguir que las dos generaciones convivan y compartan momentos inolvidables. Momentos que a unos les prepararán para enfrentarse a una vida que ni imaginan, en la que todas las personas, cual sea su edad, sean respetadas y bienvenidas, y a otros a dejar esa vida con la satisfacción de haber hecho tan bien las cosas que partan con una sonrisa.

El centro estaría abierto todo el día y el contacto entre las generaciones sería continuo. Se formarían grupos dependiendo de las edades de los niños y de las capacidades de los mayores. Pero rotarían para llegar a conocerse todos y crear lazos de compromiso. Se realizarían diferentes actividades cada día de la semana (Cuentacuentos, pintura, musicoterapia, manualidades, excursiones, bingo, teatro, cocina, etc) aparte de otras actividades de la vida diaria como comer, recoger la mesa o echar la siesta.

Compartir, compartir, compartir... Muchos de los PI que he revisado para este trabajo se realizan durante períodos de tiempo muy breves, o los que se prolongan más en él los encuentros son tan espaciados que los beneficios obtenidos no se mantienen después de la experiencia.

Además, un dato curioso es que la mayoría de las personas que se seleccionaban o prestaban para formar parte de un PI era de género femenino. Quizá la mujer disponga de más instinto para el cuidado, pero todos podemos enseñar y compartir. Todos tenemos capacidad para escuchar, ver, sentir, sin distinción de sexo. ¿Cuántos abuelos cuidan de sus nietos al llegarles la etapa de la jubilación, cuando casi ninguno de ellos cuidó de sus hijos, probablemente? Así que contemos con ellos y que compartan su experiencia, habilidades profesionales y toda su sabiduría.

Compartir espacios bien diseñados y habilitados para todos, suprimiendo barreras arquitectónicas. Salas polivalentes para actividades, para el descanso, para comer, para jugar, salón de actos, baños adaptados para niños y mayores discapacitados, cafetería para todos, cocina, zonas para los diferentes profesionales, botiquín, almacén....

Y todo dirigido por un equipo multidisciplinar de profesionales suficientemente preparados e implicados en el proyecto. Nadie es más que nadie, tan solo las

competencias son diferentes. Todos forman parte de una cooperativa en la que arrimar el hombro no es solo actitud de algunos, sino de todos. La recompensa no será una cantidad a final de mes, sino palabras de agradecimiento y cualquier muestra de afecto. Todos soñamos con la misma realidad y ante la adversidad seremos todos a una y una para todos.

Y como profesionales de enfermería volveremos a recoger el testigo de aquellas que impulsaron los primeros movimientos intergeneracionales y que creyeron en ellos. Tenemos el arma perfecta para abordar a nuestros mayores, niños y jóvenes de una manera holística y no errar en el blanco.

Parece demasiado fácil y no lo es ni lo será. Tendremos que enfrentarnos a duras críticas, falta de apoyos y a alguna que otra zancadilla. No sería la primera vez en que algunos padres se niegan a que sus hijos se relacionen con personas con discapacidades o simplemente “viejos”. Siempre tendrán la puerta abierta para comprobar cómo sus hijos les dan una lección de respeto y de naturalidad, y poder romper con estereotipos que tanto daño hacen a nuestros mayores y a nosotros mismos, en un futuro cada vez menos lejano.

Buscaremos la implicación de nuestras instituciones, y no nos podrán decir que no porque estamos remando siguiendo la misma estrella. Conocemos el plan estratégico del Envejecimiento Activo, cuáles son sus objetivos, áreas y acciones y estamos reflejados en él. Algunos autores destacan la inversión que supone, que no el gasto, para las naciones plantear programas de acción para promover la salud ante el reto demográfico que se vislumbra mundialmente. Vivimos más y el gasto sanitario aumenta proporcionalmente. Y si a las enfermedades crónicas le sumamos depresiones, insomnio, soledad, tristeza, baja autoestima, aislamiento social, el gasto no hace más que incrementar. Es tan fácil como invertir en el factor humano, y ahí estamos otra vez, es nuestra bandera.

La misión de esta empresa será superar diagnósticos de enfermería tan poco reflejados en la historia clínica de nuestros pacientes como (00124) Desesperanza, (00120) Baja autoestima situacional, (00053) Aislamiento social, (00052) Deterioro de la interacción social, (00114) Síndrome del estrés de traslado, (00257) Síndrome de fragilidad del anciano o (00231) el Riesgo, (00137) Aflicción crónica o (00210) Deterioro de la Resiliencia.

La visión, conseguir que nuestro centro se convierta en un espacio de referencia de intercambio intergeneracional para otros muchos de estas características a nivel

autonómico. También, poder crear un sistema de evaluación único y válido para los programas intergeneracionales, generando al mismo tiempo una base sólida de registro de la evidencia de sus beneficios.

Y todo bajo la batuta de nuestros valores de respeto, compromiso, ímpetu, responsabilidad, implicación, compañerismo, participación e ilusión.

Una vez más tengo esa sensación de ir con cierto retraso en el tiempo, de que esto ya debería estar en marcha. Pero también sé que para hacer realidad un sueño nunca es demasiado tarde.

9. BIBLIOGRAFÍA.

(1) Dpto. de Empleo y Políticas Sociales, Fundación Matía; Estrategia vasca de envejecimiento activo: 2015-2020. [Monografía en internet]. Vitoria-Gasteiz: Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia = Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco; 2015. [acceso 13 de Octubre de 2015]. Disponible en: <http://www.bibliotekak.euskadi.eus/WebOpac>.

(2) Abades M, Rayón E; El envejecimiento en España: ¿un reto o problema social?; Gerokomos [Internet] 2012. [acceso 13 de Octubre de 2015]; 23(4):151-155. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4321/S1134-928X2012000400002>.

(3) De La Torre, FJ, Cabrera PJ; Bioética y ancianidad en una sociedad de cambio; Universidad Pontificia Comillas; 2015.

(4) Burke S, Henkin NZ, Butts DM; Intergenerational practice in the United States: past, present and future. Quality in Ageing and Older Adults [Internet] 2012. [acceso 19 de Octubre de 2015]; 13(4):249-256. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1108/14717791211286913>

(5) Sánchez M, Kaplan M, Sáez J; Programas intergeneracionales. Guía introductoria. [Monografía en Internet]. Madrid: Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO); 2010. [acceso 17 de Octubre de 2015]; 31009. Disponible en: http://www.aepumayores.org/sites/default/files/Programas_Intergeneracionales_Coleccion_Manuales_Guias_IMSERSO_%202010.pdf

(6) Martínez MS; Programas intergeneracionales: hacia una sociedad para todas las edades. [Monografía en Internet]. Barcelona: Fundación "La Caixa"; 2007. [acceso 19 de Octubre de 2015]; 23. Disponible en: http://www.aepumayores.org/sites/default/files/Programas_Intergeneracionales_Coleccion_Estudios_Sociales_vol23_es.pdf

(7) MacCallum J, Palmer D, Wright P, Cumming-Potvin W, Northcote J, Brooker M, et al.; Community building through intergenerational exchange programs. [Monografía en Internet]. Perth: Australian Government Department of Families, Community Services and Indigenous Affairs (FaCSIA) on behalf of National Youth Affairs Research Scheme (NYARS); 2006 [acceso 23 de Noviembre de 2015]. Disponible en: <http://www.facs.gov.au/internet/facsinternet.nsf/aboutfacs/programs/youth-nyars.htm>

(8) Martínez MS, Conde PD; Los programas intergeneracionales. [Monografía en Internet]. Madrid: Ministerio de Sanidad y Política Social, Secretaria General de Política

Social y Consumo;2010.[acceso 17 de Octubre de 2015].Disponible en:
<http://www.riicotec.org/InterPresent1/groups/imsero/documents/binario/0c07sanchezzydaz-pearson.pdf>

(9) Gaggioli A, Morganti L, Bonfiglio S, Scaratti C, Cipresso P, Serino S, et al.; Intergenerational group reminiscence: A potentially effective intervention to enhance elderly psychosocial wellbeing and to improve children's perception of aging; Educational Gerontology[Internet]; 2014.[acceso 23 de Octubre De 2015];40(7):486-498.Disponible en:

<http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/03601277.2013.844042>

(10) Chung JC; An intergenerational reminiscence programme for older adults with early dementia and youth volunteers: values and challenges;Scandinavian Journal of Caring Sciences[Internet];2009.[acceso 30 de Octubre de 2015];23(2):259-264.

Disponible en: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1471-6712.2008.00615.x/abstract>

(11) Jarrott SE, Smith CL; The complement of research and theory in practice: contact theory at work in nonfamilial intergenerational programs; Gerontologist[Internet]; 2011 Feb.[acceso 30 Octubre de 2015]; 51(1):112-121.Disponible en: <http://gerontologist.oxfordjournals.org/content/51/1/112.long>

(12) Kessler E, Staudinger UM; Intergenerational potential: effects of social interaction between older adults and adolescents; Psychology and Aging[Internet]; 2007.[acceso 14 de Noviembre de 2015];22(4):690. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18179289>

(13) Camp CJ, Judge KS, Bye CA, Fox KM, Bowden J, Bell M, et al.; An intergenerational program for persons with dementia using Montessori methods; Gerontologist[Internet];1997 Oct.[acceso 11 de Noviembre de 2015];37(5):688-692.Disponible en: <http://gerontologist.oxfordjournals.org/content/37/5/688.long>

(14) Lee MM, Camp CJ, Malone ML; Effects of intergenerational Montessori-based activities programming on engagement of nursing home residents with dementia; Clinical Interventions in Aging[Internet];2007.[acceso 30 de Noviembre de 2015]; 2(3):477-483.Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2685273/>

(15) Camp CJ, Lee MM; Montessori-based activities as a transgenerational interface for persons with dementia and preschool children; Journal of Intergenerational Relationships[Internet];2011.[acceso 1 de Diciembre de 2015]; 9(4):366-373.Disponible

en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3298115/>

(16) Galbraith B, Larkin H, Moorhouse A, Oomen T; Intergenerational Programs for Persons With Dementia: A Scoping Review; *Journal of Gerontological Social Work*[Internet];2015.[acceso 1 de Diciembre de 2015];58(4):357-78.Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25748444>

(17) Jones ED, Herrick C, York RF; An intergenerational group benefits both emotionally disturbed youth and older adults; *Issues in Mental Health Nursing*[Internet]; 2004.[acceso 1 de Diciembre de 2015];25(8):753-767.Disponible en: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/01612840490506329>

(18) Kamei T, Itoi W, Kajii F, Kawakami C, Hasegawa M, Sugimoto T; Six month outcomes of an innovative weekly intergenerational day program with older adults and school-aged children in a Japanese urban community; *Japan Journal of Nursing Science*[Internet];2011.[acceso 16 de Diciembre de 2015];8(1):95-107.Disponible en: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1742-7924.2010.00164.x>

(19) Belgrave M; The effect of a music therapy intergenerational program on children and older adults' intergenerational interactions, cross-age attitudes, and older adults' psychosocial well-being; *Journal of Music Therapy*[Internet];2011 Winter.[acceso 15 de Diciembre de 2015] 48(4):486-508. Disponible en: www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22506301

(20) Skropeta CM, Colvin A, Sladen S; An evaluative study of the benefits of participating in intergenerational playgroups in aged care for older people; *BMC Geriatrics*[Internet]; 2014.[acceso 16 de Diciembre de 2015];14(1):109.Disponible en: <http://bmcgeriatr.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2318-14-109>

(21) George DR, Singer ME; Intergenerational volunteering and quality of life for persons with mild to moderate dementia: results from a 5-month intervention study in the United States; *The American Journal of Geriatric Psychiatry*[Internet];2011.[acceso 16 de Diciembre de 2015]; 19(4):392-396.Disponible en: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1532-5415.2010.02790.x/epdf>

(22) Thompson KT, PIRE Team; Pacific Institute for Research and Evaluation; Intergenerational Mentoring and the Benefits of Mentoring for Older Adults [Monografía en Internet]. Louisville: Pacific Institute for Research and Evaluation; 2014 [acceso 18 de Diciembre de 2015]. Disponible en:

<http://www.serverhodeisland.org/Portals/0/Uploads/Documents/Senior%20Volunteeris>

m%20Planning%202015/Intergenerational%20Mentoring.pdf

(23) Borrero, L; Intergenerational Service Learning: Bringing Together Undergraduate Students and Older Adult Learners to Engage in Collaborative Research; Journal of Intergenerational Relationships[Internet]; 2015.[acceso 18 de Diciembre de 2015]; 13(2):188-192. Disponible en: <http://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/15350770.2015.1025679>

(24) Barahona, MCA; Campo de trabajo de voluntariado: Alacant, trobada intergeneracional; Informació Psicológica[Internet]; 2013.[acceso 28 de Diciembre de 2015];(105):78-90.Disponible en: <http://dx.medra.org/10.14635/IPSIC.2014.105.5>

(25) Fariña E, Montilla M, Durán A, Estévez GJ, Perera I; Proyecto de intercambio generacional: Aprendamos juntos. Gerokomos[Internet]; 2007.[acceso 28 de Diciembre de 2015]; 18(1):8-15.Disponible en: <http://scielo.isciii.es/pdf/geroko/v18n1/08rincon.pdf>