

Trabajo Fin de Grado

GRADO DE EDUCACIÓN SOCIAL

Curso 2016-2017

**LA PARTICIPACIÓN SOCIAL DE LAS MUJERES MAYORES DE
65 AÑOS: BARRERAS, POSIBILIDADES Y PROPUESTAS DE
ACTUACIÓN DESDE LA EDUCACIÓN SOCIAL**

Autor/Autora: Julia Hoyo Carballo

Director/Directora: Naiara Berasategi Sancho

En Leioa, a 29 de mayo de 2017

“Nuestra conciencia social no finaliza con una edad determinada; somos una sociedad, somos comunitarios y tenemos unas relaciones con unas comunidades diferentes a la nuestra, y tenemos que tener preocupaciones por lo que pasa a nuestro alrededor. La generación joven me puede dar a mi unos valores, pero yo también puedo aportar otros valores (...) la vida no se acaba con las edades. Eso es lo que hay que transmitir. Debemos compartir nuestra historia, lo que hemos vivido, para que se pueda comprender lo que vivimos ahora”.

Mujer, 88 años, participante de la Entrevista en Profundidad.

ÍNDICE

0. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN	3
1. MARCO TEÓRICO	4
1.1 ¿Qué se entiende por “persona mayor”? ¿Qué es la participación social?	4
1.2 Una mirada a la mujer mayor de hoy: el perfil sociodemográfico de la mujer mayor en España y en el País Vasco.....	7
1.3 Estudios en los que se analizan las dificultades y las barreras que poseen las mujeres mayores para la participación social.....	11
1.4 Mecanismos de participación y empoderamiento social de las mujeres mayores desde la Educación Social.....	13
2. MARCO METODOLÓGICO	14
2.1 Objetivos de la investigación	14
2.2 Descripción de la muestra.....	15
2.3 Instrumentos utilizados	16
2.4 Procedimiento y análisis de los datos	16
3. RESULTADOS	18
4. CONCLUSIONES Y PROPUESTAS.....	26
5. LÍMITES DEL ESTUDIO	29
6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	29
ANEXOS.....	34
Anexo 1: Determinantes del envejecimiento activo	34
Anexo 2: Niveles de participación.....	34
Anexo 3: Características sociohistóricas de la generación actual de mujeres mayores.....	35
Anexo 4: Tablas.....	39
Anexo 5: Mitos y estereotipos más habituales en las personas mayores.....	42
Anexo 6: Algunas experiencias de envejecimiento activo y participación social desde la perspectiva de género.....	43
Anexo 7: Guión para el desarrollo del Grupo Focal	49
Anexo 8: Guión para el desarrollo de las Entrevistas en profundidad.....	50
Anexo 9: Transcripción de la sesiones de grupo focal y de las entrevistas en profundidad.....	52
Anexo 10: Cuadros de categorización	92

LA PARTICIPACIÓN SOCIAL DE LAS MUJERES MAYORES DE 65 AÑOS: BARRERAS, POSIBILIDADES Y PROPUESTAS DE ACTUACIÓN DESDE LA EDUCACIÓN SOCIAL.

Julia Hoyo Carballo
UPV/EHU

Existen marcadas diferencias de género entre las personas mayores de 65 años a la hora de participar en la sociedad. Estas se explican por la acumulación y persistencia de distintos estereotipos que han acompañado a las mujeres mayores a lo largo de su trayectoria vital. Este trabajo de investigación cualitativa tiene por principal objetivo detectar cuáles son las diferentes barreras con las que se encuentran estas mujeres a la hora de querer participar, además de ofrecer propuestas de actuación. Los instrumentos utilizados han sido el grupo focal y la entrevista en profundidad. Los principales resultados revelan que las barreras que afectan principalmente a las mujeres mayores para participar en la sociedad se encuentran relacionadas con los roles de género, con el edadismo y con las actitudes personales.

Participación social, personas mayores, mujer mayor, barreras, educación social

Gizartean parte-hartzeko orduan, markatuta ageri dira genero desberdintasunak 65 urtetik gorakoentzako pertsonen kasuan. Hau, emakume hauek bizitza guztian zehar jasan izan dituzten estereotipo finko eta iraunkor batzuen ondorioz gertatzen da. Lan ikerketa kualitatibo honen helburu nagusia, gaur egun emakume hauek parte-hartzeko orduan izaten duten barrerak detektatzean eta jarduteko bideak eskaintzean datza. Erabilitako tresnak talde fokalak eta elkarrizketa sakonak izan dira. Ondorioetan aipatu beharko litzateke, 65 urtetik gorakoentzako emakumezkoek, parte-hartzeko orduan izaten duten barrera nagusienak hauek direla: genero rola, jarrera pertsonalak, adin horretakoa izateagaitik jasandako ondorio negatiboak.

Gizarte parte-hartzea, persona nagusiak, emakume nagusia, barrerak, gizarte heziketa.

When it comes to participating in society, there are noticeable gender differences amongst people ages 65 and older. These differences could be explained by the persistence of stereotypes associated to women of that age throughout their lives. The main goal of this qualitative study is to detect the barriers these women face when they want to participate in society and give some proposal for intervention. The analytic tools that have been used are the focus group and in-depth interviews. The results show that the most significant impediments that affect this collective to participate in society are related to gender roles, ageism, personal behaviour and excessive self-demand.

Social participation, elder people, elder woman, barriers, social education.

0. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

Hoy en día es indudable afirmar la gran importancia que tiene la participación social de todas las personas sea cual sea su edad, género, raza, cultura o etnia, y como ésta contribuye al desarrollo personal y a la transformación social. En este sentido, la participación social ha representado una temática que desde diferentes entidades y, sobre todo en aquellas formadas por los colectivos más excluidos de la sociedad, se ha estado reivindicando e intentando impulsar. Uno de los ejemplos se encuentra en las asociaciones de personas mayores que llevan ya años trabajando en la promoción del envejecimiento activo y la participación social. Sin embargo, en el informe publicado por el Instituto de Mayores y Servicios sociales –IMSERSO– en el año 2008 sobre las personas mayores y la participación social se plantea lo siguiente: mujeres y hombres mayores llevan consigo una carga social asignada a su género que se representa en una forma de participación social muy diferente entre unos y otras –hablamos de hombres jubilados que han sido trabajadores remunerados frente a mujeres que han sido trabajadoras del hogar y del cuidado de los hijos/as: personas jubiladas con distinto poder económico, desiguales relaciones sociales, diferentes perspectivas, etc–. Asimismo, podemos encontrar con importantes diferencias que afectan más particularmente a las mujeres mayores ya sólo por el hecho de serlo, pues la acumulación de estereotipos por razones de género se extienden en la mujer más allá de la edad de jubilación (IMSERSO,2008).

Existen diferentes investigaciones que estudian el envejecimiento desde un enfoque de género –Freixas, 2008; IMSERSO, 2011; Ramos, 2015–, pero aun así siguen siendo insuficientes los estudios que se centran en analizar, entre otras cuestiones, las barreras y los obstáculos que las mujeres mayores se encuentran a la hora de participar en la sociedad en igualdad de condiciones. Por todo ello, es relevante abordar este asunto y estudiar por qué las mujeres llegan y sobrepasan la edad de jubilación con marcadas diferencias respecto a los hombres en su misma situación vital en relación a la participación. Es decir, ¿Dónde y cómo participan? ¿Con qué dificultades se encuentran? ¿Existen experiencias o proyectos orientados a favorecer su participación y empoderamiento social? ¿Qué se puede aportar desde la Educación Social?

Para abordar todas estas cuestiones, se plantea un trabajo empírico cuyo objetivo principal consiste en la detección de los diferentes obstáculos que las mujeres mayores de 65 años se encuentran a la hora de participar en la sociedad, así como en la elaboración de diferentes propuestas de actuación que contribuyan a minimizar las barreras, y que partan de las voces y experiencias de dichas mujeres. De lo que se trata es de conocer la situación actual de las mujeres mayores en relación a cuál es su nivel de contribución, de identificar

los ámbitos en donde intervienen, y de señalar los posibles aspectos que han posibilitado su participación en la sociedad. Para todo ello, en el primer apartado de este trabajo, que recoge el marco teórico, se definen algunos términos básicos relacionados con el ámbito de esta investigación: las personas mayores, en particular las mujeres, y su participación social. Seguidamente, se ofrece un breve recorrido histórico con el propósito de dar a conocer cuál ha sido el desempeño social de la mujer desde los comienzos del franquismo hasta la Transición democrática. Tras esta perspectiva histórica, se presentan los perfiles sociodemográficos que en nuestros días caracterizan a la mujer mayor, tanto en España como en el País Vasco, lo que permitirá acotar cuáles son las principales barreras que estas mujeres se han encontrado a la hora de participar socialmente. Finalmente, se analizan algunas iniciativas que desde diferentes entidades se han desarrollado para fomentar su empoderamiento y participación social. En el segundo apartado, se recoge la metodología de la investigación, describiendo los objetivos, los instrumentos utilizados y la muestra. En el tercer apartado, se exponen los resultados. Y en el último, se presentan las conclusiones; así como, algunas propuestas de futuro.

1. MARCO TEÓRICO

Este apartado tiene por objetivo conocer y explicar la situación en la que se encuentra la mujer mayor en la actualidad, las barreras a las que tiene que hacer frente, y las aportaciones que, desde la Educación social, se ofrecen para fomentar la participación social de las mujeres mayores.

1.1 ¿Qué se entiende por “persona mayor”? ¿Qué es la participación social?

Numerosos autores/as coinciden en sus investigaciones en que la *edad* ha de ser entendida como una construcción social, es decir, “como una propiedad variable de los sistemas sociales, como una parte integral de los sistemas culturales y simbólicos que definen y organizan la vida social dentro de una sociedad” (Ramos, 2015,p.64). Esta consideración conceptual permite comprender cómo las sociedades difieren en el tratamiento de la edad. Podemos, así, distinguir cuatro tipos diferentes de edad que se encuentran interrelacionados entre sí: la *edad cronológica*, que consiste en contar los años transcurridos desde el nacimiento, y que sirve para marcar la edad objetiva; la *edad biológica-fisiológica*, que se expresa a través de nuestro estado de salud, y que al hacer referencia a los cambios físicos y biológicos varía mucho en cada persona; la *edad social*, que hace mención a las actitudes y conductas adecuadas a la edad cronológica; y por

último, la *edad psicológica- afectiva*, que está relacionada con los cambios psicológicos y emocionales vinculados al transcurso de la edad cronológica. El estudio de estos elementos de la edad es muy importante, pues ayuda a explicar cómo viven los hombres y las mujeres mayores su proceso de envejecimiento (Ramos, 2015). Pero, ¿de qué estamos hablando exactamente cuando nos referimos al concepto de envejecimiento? ¿Es lo mismo la vejez que el envejecimiento?

El IMSERSO (2008, p.22) define el concepto de *envejecimiento* como un “proceso vital y dinámico en el que se va ganando edad con implicaciones multidimensionales, especialmente biológicas, sociológicas y culturales”. Así, desde la perspectiva científica, envejecer supone una transformación física y biológica irreversible del organismo, y desde la perspectiva sociológica envejecer supone desempeñar una serie de funciones y roles dentro de la dinámica social. A su vez, el IMSERSO (2008) entiende el concepto de *vejez* desde diferentes puntos de vista. Desde una postura cronológica está definido legalmente cuando se supera la línea en la que hay que abandonar el mercado laboral, pasando a disfrutar de una serie de beneficios económicos y sociales. Pero, la vejez también es una categoría social construida que cambia y se transforma a lo largo del tiempo, pues su definición y contenido varía según las épocas y los territorios. Además, la utilización del término de viejo/a se ha vinculado como sinónimo de incapacidad y limitación, por lo que desde diferentes entidades se trabaja por suprimir esta conceptualización. Sin embargo, no solamente a la hora de referirnos a las personas mayores utilizamos la denominación de viejo/a, sino que este colectivo es llamado y conocido por muchas otras terminologías. En primer lugar, podemos identificar a las personas mayores según la edad, para ello utilizamos términos como tercera edad¹ –que hace referencia al conjunto de población mayor de 65-70– y ancianos/as –concepto que diferencia entre las personas mayores que han superado el límite de la esperanza de vida y las que no– (Martínez, 2011). Asimismo, en función de la actividad, se denomina a las personas mayores como: jubilado/a, pensionista y retirado –estos conceptos hacen referencia a aquellas personas que perciben una pensión por el trabajo realizado–; y en relación al género se les identificaría, más comúnmente, como viudo y viuda (Martínez, 2016).

Hartu-Emanak (2009, p.16) define *persona mayor* como “aquella que, tras haber dedicado una parte de su vida al trabajo profesional y/o procreación y el cuidado de una familia,

¹ A raíz del aumento de la esperanza de vida, este concepto se ha quedado obsoleto para el conjunto de la población a la cual hacía referencia. Así, la Unión Europea a finales del siglo pasado ya señaló que se debía de incorporar otro tramo de edad: la cuarta edad. De esta manera, la tercera edad comprendería el intervalo de los 65-80 años, y la cuarta edad haría referencia a las personas mayores de 80 años (IMSERSO,2008,p.23)

esta actividad cesa total o parcialmente, e inicia una nueva etapa en la vida”. De este modo, hablamos de un nuevo espacio en la vida de las personas mayores donde el concepto de envejecimiento toma un papel importante. Si el envejecimiento ha de considerarse como una experiencia positiva, ésta ha de verse acompañada por continuas oportunidades de salud, participación y seguridad. Es aquí donde cobra un interés fundamental el concepto de *envejecimiento activo*. De esta forma, a finales de los años 90 del siglo pasado la Organización Mundial de la Salud adoptó este término para acotar este periodo vital. Así, entendió por tal expresión “el proceso de optimización de oportunidades de salud, participación y seguridad con el objetivo de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen” (IMSERSO, 2011, p.80). Este proceso permite a las personas hacer que el potencial bienestar físico, social y mental se desarrolle plenamente durante el transcurso vital y participar en la sociedad en función de sus necesidades, deseos y posibilidades, a la vez que les proporciona la protección adecuada, seguridad y cuidados cuando precisen de asistencia –Ver Anexo 1– (IMSERSO,2011). De este modo, se puede observar cómo este término está muy centrado en promover la *participación* en la sociedad de las personas mayores. En este sentido, cabría preguntarse sobre qué podemos entender por este concepto tan amplio.

Desde el campo de la sociología han sido varios los autores que han intentado proporcionar una idea sobre la conceptualización de la participación social. Gyarmati (1992, cit por IMSERSO 2008) asocia este término a la toma de decisiones en los asuntos que directa o indirectamente nos afectan. McDonald (1996, cit por IMSERSO, 2008) señala, por su parte, que este concepto engloba tres dimensiones: el vecindario, la implicación en actividades organizadas o de asociaciones y la amistad. Otros autores, como Michael y Kemp (2000, cit por IMSERSO, 2008), han vinculado la participación social a la calidad de vida y a la satisfacción vital. Según el IMSERSO (2008) es apropiado mencionar varios niveles de participación: participación como información, como consulta no vinculante, como consulta vinculante, como co-gestión, como control y la participación del tipo co-implicación o codirección –Ver Anexo 2–.

Participar en la sociedad es “implicarnos en la vida de nuestra comunidad, sentirnos responsables, como derecho y como deber (...) es un acto individual que adquiere mayor trascendencia cuando se realiza de modo colectivo, a través de las organizaciones sociales” (Cuerda, 2004, p.31). Así, la participación social se configura como una herramienta colectiva, inclusiva y necesaria para tomar parte en la deliberación de los asuntos públicos cuyo objetivo fundamental es la transformación social (Susó et al. 2013).

1.2 Una mirada a la mujer mayor de hoy: el perfil sociodemográfico de la mujer mayor en España y en el País Vasco.

Una vez definidos los diferentes conceptos básicos que se encuentran asociados a cualquier estudio relacionado con las personas mayores y el envejecimiento activo, es necesario conocer con una mayor perspectiva las características sociohistóricas de las mujeres. Ello nos va a permitir comprender mejor a la generación actual de mujeres mayores de 65 años, ya que ha marcado la experiencia vital de ellas, con unos rasgos y comportamientos muy particulares. Estos aún pueden observarse en nuestros días, tanto en el conjunto de España como, especialmente, en el País Vasco. Hablamos de mujeres que vivieron en una sociedad en manos de la dictadura franquista y que se socializaron en un sistema patriarcal, caracterizado principalmente por la asignación del rol que una persona debía de ejercer en función del sexo. Así, algunos de los fundamentos ideológicos del patriarcado, abanderados por el régimen dictatorial, son los siguientes: *la mujer cómo fundamento y piedra angular de la familia patriarcal* –el hombre es el sostén de la mujer –, *la cultura de la no participación* –el discurso de la domesticidad y el apartamiento del ámbito público– y *la enseñanza segregada en clave femenina*. –instrucción de la mujer, principalmente, en el ámbito privado– (Peinado, 2012). Sin embargo, aunque la sociedad ha ido transformándose paulatinamente –la Constitución de 1978 reconoce, por primera vez, la igualdad entre hombres y mujeres; la creación del Instituto de la mujer y la elaboración de políticas de igualdad de oportunidades–, la herencia de los ideales del sistema patriarcal siguen estando muy presentes en la vida cotidiana. Por tanto, es esencial que tengamos en cuenta que contextualizar y deconstruir la herencia cultural femenina en la que nacemos, pensamos y vivimos es indispensable para hacer posible la igualdad en todos los ámbitos de la realidad social existente (Peinado, 2012) –Ver Anexo 3–.

No cabe duda que el perfil estructural de la demografía española, al igual que en el conjunto de países de nuestro entorno europeo, se ha ido transformando de manera rápida (Leyra & Roldán, 2013). Cada vez son más los datos que constatan un crecimiento demográfico significativo del grupo de personas de edades más longevas. Se puede decir, como apunta Bazo (2005, p.241), que “vivimos en lo que se denomina sociedades envejecidas (...); un término que hace referencia a los cambios en la distribución de la edad de la población, en la que la proporción de personas mayores en relación a los jóvenes está aumentando rápidamente”. Todo ello se refleja en los últimos datos del Padrón de 2015 del Instituto Nacional de Estadística –INE–, en el que se indica que las personas mayores de más de 65 años suponen el 18,4% del total de la población (Abellán & Pujol, 2016). Dentro de este conjunto, la Comunidad Autónoma Vasca destaca por

presentar uno de los mayores índices de envejecimiento poblacional, con un 21,1% de personas mayores. Asimismo, una característica esencial asociada a este proceso de envejecimiento señalado es también la alta feminización, como indica el dato de que existe un 33% más de mujeres que de hombres en España (INE, 2015).

Centrándonos ahora en las características del colectivo de mujeres mayores de 65 años, y en relación al *nivel sociocultural*, es importante destacar que, en España, este indicador representa un claro ejemplo de la desigualdad que ha marcado a las generaciones de mujeres mayores actuales. El nivel educativo del 83% de las personas mayores no traspasa los estudios primarios. Dentro de esta cohorte de edad, las mujeres poseen una mayor tasa de analfabetismo y su presencia es muy escasa dentro de la educación superior. Aun así, se ha podido observar una cierta mejoría en el nivel educativo de las mujeres en los últimos años, pues en los niveles más altos de educación se van acercando progresivamente a los hombres (IMSERSO, 2011).

En el caso del País Vasco, según los últimos datos sobre el nivel de instrucción aportados por el Eustat en el año 2015, se puede observar cómo se ha producido un aumento en el número de mujeres mayores de 65 años que poseen estudios primarios y secundarios en relación a lo indicado para los hombres. Esto ratifica lo que se señalaba en líneas anteriores: las mujeres mayores han mejorado en los últimos años sus niveles formativos básicos. Sin embargo, también son visibles las diferencias existentes en los niveles superiores, pues son más los hombres mayores que tienen estudios superiores. Un dato importante a destacar es el número de analfabetos/as, ya que la desigualdad entre mujeres y hombres mayores analfabetos sigue siendo importante. La diferencia más significativa se encuentra en la franja de edad de mujeres mayores de 74 años, pues existen actualmente 3.422 mujeres analfabetas frente a 839 hombres analfabetos en el País Vasco –Ver Anexo 4. Tabla 1–.

Según el IMSERSO (2011) el *nivel socioeconómico* de las mujeres mayores viene marcado por dos situaciones relacionadas entre sí: la baja participación en el mercado laboral a lo largo de su vida y la mayor dependencia de las pensiones no contributivas y de viudedad. En relación a la primera, es importante destacar que, al igual que en la educación formal, existe una diferencia notable entre la participación en el mercado laboral que han tenido los hombres mayores durante su trayectoria vital, así como la participación laboral que han podido desarrollar las mujeres de 40 y menos años respecto a las mujeres de 65 y más años. Esta cuestión condiciona la segunda situación, a la que se une la mayor esperanza de vida femenina respecto a la masculina y las diferencias de edades usuales en las parejas, lo que explicaría la incidencia de las pensiones de viudedad

(IMSERSO,2011). Así, según los datos aportados por la Seguridad Social (2014, cit. por Fundación 1º de Mayo, 2014), el ingreso de las mujeres mediante las pensiones contributivas representa de media un 61% de lo que ingresan los hombres. En este sentido, se puede saber que la cuantía recibida por las mujeres como pensión de jubilación supone un 60% de la pensión media recibida por los hombres, es decir, “la jubilación media de las mujeres es de 662€ al mes, lo que implica 50€ al mes por encima del umbral de la pobreza del mismo año” (2014, cit. por Fundación 1º de Mayo, 2014, p.38). En el caso del País Vasco los datos sobre la renta media total de hombres y mujeres jubilados difiere mucho entre sí, pues la renta media total de los hombres mayores representa el doble de la renta media total de la que disponen las mujeres mayores (Eustat, 2011).

Otro aspecto fundamental que se ha de tener muy en cuenta es lo que está relacionado con el reparto de las *tareas en el hogar*, en donde sigue estando presente la asignación de roles tradicionales de género. Es más, para la gran parte de las mujeres mayores la entrada a la edad de jubilación no difiere demasiado en sus ocupaciones, pues el 62,9% de las mujeres mayores continúan desarrollando actividades en el hogar sin remuneración. Además, aunque los hombres se han ido incorporando a la realización de las tareas del hogar una vez entrada a la jubilación, sigue prevaleciendo un reparto de funciones caracterizado por la división del espacio público y privado. En este sentido, los hombres mayores se ocupan más de las pequeñas reparaciones domésticas, gestiones externas, acompañamiento a la compra. Y las mujeres mayores siguen realizando, en gran parte, las tareas del hogar en relación a la limpieza y los cuidados (IMSERSO, 2011). En el País Vasco, en un estudio impulsado por el Emakunde (2013), se indica que son las mujeres mayores de 65 años las que realizan cotidianamente las tareas del hogar –95,3%–, y el 53% de ellas han señalado que sus prácticas cotidianas están relacionadas, principalmente, con el entorno doméstico –Ver Anexo 4. Tabla 2– (Masa, Alija, Ibáñez, Berroeta & Alonso, 2013).

Atendiendo a la *salud* de este colectivo, y según la Encuesta Nacional de Salud (INE, 2012) las mujeres perciben su salud de una forma más negativa que los hombres. Más de la mitad de las mujeres mayores tienen una percepción subjetiva de su salud como regular, mala o muy mala, alcanzándose estos valores en los hombres mayores a partir de los 85 años de edad. Esta visión subjetiva posee una cierta correspondencia con la salud real, pues el diagnóstico de enfermedades relacionadas con las limitaciones para la realización de las actividades cotidianas muestra una mayor prevalencia en las mujeres mayores. Así, una de cada cuatro mujeres de más de 65 años dice tener algún problema para el desarrollo de estas tareas. Además, se puede observar cómo estas limitaciones van incrementándose

con la edad –Ver Anexo 4.Tabla 3– (Fundación 1º de Mayo, 2014). Asimismo, en cuanto a la Comunidad Autónoma Vasca se refiere, los datos apuntan a que los hombres mayores poseen un mejor estado de salud que las mujeres. Estaríamos hablando de un 70,8% de buena salud en hombres entre el intervalo de los 65-74 años y un 55% de buena salud en aquellos hombres mayores de 75 años. Sin embargo, las mujeres mayores pertenecientes al intervalo de los 65-74 años se encuentran casi 9 puntos por debajo de lo indicado para los hombres. Además, se observan diferencias de hasta 13 puntos por debajo en aquellas mujeres mayores de 75 años – Ver Anexo 4. Tabla 4–. Se puede, por tanto, concluir que, en su conjunto, estas perciben su salud peor que los hombres, y que los indicadores que inciden en un buen estado de salud y, por lo tanto, en una mejor calidad de vida, ofrecen resultados inferiores en relación a los hombres mayores (Eustat,2015).

Respecto a la *participación social*, según datos del IMSERSO (2011), cuando las mujeres mayores desarrollan actividades de ocio o de participación en el ámbito público prefieren realizar aquellas que están asociadas a un fin social, como por ejemplo ir a actividades formativas, acudir a la iglesia o el voluntariado social. Así, en la Encuesta sobre la participación de la población adulta en actividades de aprendizaje –EADA– (INE, 2007), de las personas mayores encuestadas entre la franja de edad de los 65 a los 74 años el 6,8% de las mujeres tenía intención de aprender y de seguir participando en actividades formativas frente al 3,8% de hombres que manifestaban este mismo interés. Esto puede explicar, también, el aumento del nivel de formación en las mujeres mayores de 65 años, pues son ellas las que muestran un mayor interés por participar en cuestiones relacionadas con el aprendizaje –Ver Anexo 4. Tabla 5–. Así, en el País Vasco podemos observar, gracias al estudio del Emakunde (2013) –Ver Anexo 4.Tabla 5–, cómo la presencia de esta generación de mujeres en organizaciones de participación institucional –política, sindical, asociativa– es ciertamente residual. No obstante, en este estudio se afirma que, “la participación en organizaciones de voluntariado parece que viene adquiriendo una acogida creciente entre esta generación de mujeres, el 6,2% del total, en especial aquellas que consideran que han ganado autonomía en esta etapa vital” (Masa et al. 2013, p.75).

En definitiva, las desigualdades que históricamente han soportado las mujeres tienen una cierta incidencia real en la vida cotidiana de las mujeres mayores, pues hablamos de mujeres que se socializaron en un modelo patriarcal que, hoy en día, sigue estando presente en muchas de nuestras acciones de la vida cotidiana (IMSERSO,2011). Además, y aunque los datos nos indiquen que son un colectivo de mujeres que participan más en cuestiones relacionadas con el ámbito social, su presencia en algunos espacios públicos sigue alejándose de la de los hombres, debido a que aún siguen existiendo barreras que

las impiden participar, en muchas ocasiones, en igualdad de condiciones con respecto a los hombres mayores. En este sentido, cabría preguntarse sobre ¿cuáles son estas barreras?, y ¿en qué sentido dificultan la participación social de las mujeres mayores?

1.3 Estudios en los que se analizan las dificultades y las barreras que poseen las mujeres mayores para la participación social

Existen una serie de barreras que de forma general dificultan la participación social de las personas mayores, y otras que de manera más particular afectan al ejercicio de la participación social de las mujeres mayores de 65 años.

La escasa formación recibida, como consecuencia de haber tenido que vivir en contextos en los que no se ha contado con la oportunidad de acceder a la educación, ha sido una gran limitación para que este colectivo pueda participar en la sociedad. Así, el bajo nivel educativo que poseen la mayoría de las personas mayores supone una barrera que impide, en muchas ocasiones, el derecho a participar en la sociedad actual. Como apuntan Alonso, Arandia y Martínez (2004, p.51) “la formación se constituye en un elemento clave de división y dualización social”.

Otra de las cuestiones que afectan a la participación social de este colectivo es la que está relacionada con las consecuencias derivadas de las diversas transformaciones económicas y sociales que se produjeron con la llegada, en los años 80, de la Sociedad de la Información: nuevas formas de acceso, utilización, difusión de la información y modalidades de comunicación (De Pablo Pons, 2008). Todo ello, ha ocasionado que las personas mayores hayan tenido que adaptarse de manera rápida a los cambios que han ido apareciendo, produciéndose en algunos casos dificultades para su integración. Es decir, a pesar de que las tecnologías de la información y la comunicación –TIC– pretendan lograr un avance y una mejora de la calidad de vida de las personas, estas no alcanzan por igual a aquellas personas que por su nivel socioeconómico no pueden acceder a ellas o aquellas que no están suficientemente alfabetizadas digitalmente para amoldarse a estos cambios. A este hecho se le conoce como “brecha digital” (Cabero, 2004). Existen diferentes tipos de brechas digitales. Entre ellas se encuentran la de género y la generacional. La brecha digital generacional hace referencia al distanciamiento que se produce en el uso y apropiación de las tecnologías entre diferentes grupos de personas según la edad, afectando a las de más edad (Cabero, 2004). Esto se agrava en el colectivo de mujeres mayores que, además de vivir las consecuencias derivadas de la brecha digital generacional, se encuentran sumergidas en aquellos obstáculos provenientes de la brecha digital de género, la cual sigue estando presente en la actualidad.

Asimismo, uno de los aspectos más importantes que dificultan la participación social de las personas mayores, está relacionado con los estereotipos asociados a la vejez. Es decir, la imagen social negativa de la vejez afecta no solo a las actitudes de los demás hacia las personas mayores, sino también a la propia autopercepción que tienen estas personas sobre sí mismas. Además, cuando esta imagen negativa se ve acompañada de conductas discriminatorias hacia las personas mayores por cuestiones de edad se estaría hablando de “edadismo”, término que aúna los mitos y estereotipos asociados al envejecimiento, por razón de la edad, las actitudes y los prejuicios que hay contra ellos –Ver Anexo 5.Tabla 6–. El edadismo se ha señalado como la tercera forma de discriminación en nuestra sociedad, tras el racismo y el sexismo (IMSERSO & Consejo Superior de Investigaciones Científicas, 2012).

Las mujeres mayores, a parte de las barreras señaladas, también sufren una serie de dificultades que obstaculizan, en muchas ocasiones, el ejercicio de la participación social, como señalan los estudios de Anna Freixas (2008), Mónica Ramos (2015) y el IMSERSO (2011).

No es lo mismo envejecer siendo mujer que hombre, sobre todo si se tiene en cuenta los aspectos de tipo personal, social y profesional que a lo largo de las trayectorias vitales ha hecho significativamente diferentes la vida de las mujeres y de los hombres mayores. Freixas (2008, p.47) señala que estas circunstancias vitales tienen un “denominador común que se concreta en la entrega gratuita del tiempo personal, a través de las tareas de crianza y cuidado, que está en el origen de la débil posición económica con que muchas de ellas se encuentran en su edad mayor”. Igualmente, el IMSERSO (2011, p.617) indica que “la responsabilidad de estas tareas, en muchas ocasiones, dificulta o impide una mayor relación con el espacio público, elemento esencial en el logro de un envejecimiento activo” y, por lo tanto, de la participación social. Pero, si ya está poco valorada la labor de las mujeres cuidadoras en general, mucho más cuando éstas son, además, mayores. Como apunta Ramos (2015) la sociedad debe un reconocimiento a las mujeres que han contribuido con su trabajo al bienestar de sus familias y de la sociedad en su conjunto. Asimismo, Freixas (2008, p.47) señala que las privaciones más importantes con las que se encuentran las mujeres al envejecer tienen su origen en los “estereotipos sociales acerca de la vejez que las limitan e invisibilizan, y en las ideas que ellas mismas tienen acerca de la edad mayor”. Esto se ve acompañado de la imagen estereotipada de la mujer, pues uno de los mandatos que marca la vida de las mujeres es el de demostrar la identidad femenina: la belleza y la sumisión. Esta definición de feminidad, como cualidad de la

juventud, rechaza a las mujeres mayores el derecho a ser definidas como tales más allá de los cambios físicos propios de la edad (Freixas, 2008).

En definitiva, las mujeres mayores sufren una doble discriminación por razón de edad y por razón de género. Todo ello dificulta que estas mujeres puedan participar en la sociedad y tengan que afrontar más barreras en comparación con los hombres en su misma situación vital. Además, desde las instituciones, en muchas ocasiones, tampoco se desarrollan acciones encaminadas a minimizar estas barreras y a promover el derecho a la participación de estas mujeres. En este sentido, ¿qué se puede aportar desde la Educación social?

1.4 Mecanismos de participación y empoderamiento social de las mujeres mayores desde la Educación Social

Los estereotipos y los prejuicios existentes sobre las personas mayores, y concretamente sobre las mujeres, están muy arraigados en la sociedad actual. Sin embargo, es posible modificar esta visión tan negativa, así como aquellos ideales, propios de la coyuntura patriarcal, que afectan más particularmente a las mujeres mayores. Como decía Freire (1997) cambiar es difícil pero es posible, pues los seres humanos somos sujetos de transformación, capaces de convertir las dificultades en potencialidades con el objetivo de, entre todos, construir un mundo mejor. Se trata de luchar contra el discurso pesimista que niega la posibilidad de cambio (Flecha, 2004). En todo ello, la educación social, por su carácter pedagógico y transformador, juega un papel fundamental, tanto en la erradicación de estas ideas negativas, así como en la construcción de herramientas que contribuyan a desarrollar procesos de empoderamiento y participación social en el colectivo de personas mayores y, más concretamente, en el de mujeres mayores. Así, la intervención socioeducativa se plantea como el espacio de la praxis del profesional de la educación social, en el cual se enmarcan las acciones específicas para cada individuo o grupo. De este modo, la intervención socioeducativa con personas mayores se fundamenta, en gran parte, en la pedagogía gerontológica, en la cual cuestiones tales como la promoción de un envejecimiento activo hacia una actitud participativa ante la vida, el reconocimiento de los saberes y experiencias de las personas, la valoración de la pluralidad y la facilitación de herramientas para que las personas puedan mantener las riendas de su vida, configuran una base fundamental dentro de las prácticas socioeducativas con personas mayores (Bermejo, 2012).

Asimismo, Serdio y Garcia Arroyo (2007) afirman que las acciones socioeducativas con mujeres mayores centradas en el reconocimiento del papel de la mujer como depositaria

y transmisora de saberes exclusivos derivados de sus propias experiencias vitales, favorece a la participación y al empoderamiento social de estas. Además, se contribuye a la percepción positiva de la vejez, lo que influye sobre su autopercepción acerca de la capacidad de aprender. Para ello, es preciso crear un ambiente que permita expresar sus pensamientos, saberes y sentimientos, desarrollar proyectos socioeducativos que partan de sus necesidades y propuestas, y colaborar para que sean protagonistas de las acciones que van a repercutir en su bienestar y en su proceso de desarrollo personal y social (Salmerón, Martínez & Escarbajal, 2014). A la hora de desarrollar acciones socioeducativas, es necesario tener en cuenta las experiencias que se hayan realizado en este ámbito, ya que conocer otras prácticas socioeducativas contribuye a mejorar la calidad de la intervención y nuestro papel dentro de ella. Por este motivo, se ha llevado a cabo una recopilación de algunas experiencias de participación y envejecimiento activo dirigidas a la mujer mayor. Principalmente, la búsqueda ha girado en torno a proyectos y programas que introdujesen la perspectiva de género. De este modo, las iniciativas que se han encontrado a nivel internacional están orientadas a trabajar las relaciones intergeneracionales y a incorporar la perspectiva de la mujer en la planificación de las políticas públicas municipales. A su vez, los programas y proyectos a nivel nacional se encuentran dirigidos, principalmente, hacia la creación de espacios que permitan la formación en diferentes áreas pero especialmente en las nuevas tecnologías y a trabajar los lazos relacionales entre diferentes generaciones. Por último, a nivel de la Comunidad Autónoma del País Vasco, se plantean propuestas centradas en la construcción de redes entre las mujeres del ámbito rural y hacia la creación de espacios intergeneracionales que favorezcan la transmisión de experiencias vitales –Ver Anexo 6. Tablas 7,8 y 9–.

2. MARCO METODOLÓGICO

En este apartado se especifica la metodología de la investigación empleada, donde se describen los objetivos, la muestra, los instrumentos utilizados para la recogida de información y el procedimiento seguido en el análisis de los datos.

2.1 Objetivos de la investigación

Objetivo general

Detectar los diferentes obstáculos que se encuentran las mujeres mayores a la hora de participar y elaborar propuestas de actuación, a través de las voces de dichas mujeres dentro de un proceso dialógico y participativo.

Objetivos específicos

- Conocer la situación actual de las mujeres mayores de 65 años en lo que respecta a cuál es su nivel de participación social.
- Identificar los ámbitos o espacios de participación de las mujeres mayores, señalando dónde y cómo participan en la sociedad.
- Analizar las principales barreras o dificultades que las mujeres mayores se encuentran a la hora de participar en la sociedad; así como, señalar los posibles aspectos que han posibilitado su participación.
- Elaborar una serie de líneas de actuación encaminadas a minimizar las dificultades de participación social de las mujeres mayores, favoreciendo su participación y su proceso de desarrollo personal y social.

2.2 Descripción de la muestra

La investigación está conformada por un total de 8 mujeres, de las cuales 5 han participado en el grupo focal –GF– y 3 de ellas en las entrevistas en profundidad –EP–. Se ha optado por contar con las aportaciones de las mujeres mayores de 65 años, ya que corresponde con el perfil de mujer objeto de esta investigación.

Todas las mujeres mayores que han participado en este trabajo son residentes de la provincia de Bizkaia. Además, como se puede observar en la Tabla número 10, la media de edad de las mujeres participantes es de 72,25 años. La mayoría de ellas participa en diferentes asociaciones y entidades de ámbito social, concretamente en Hartu-emanak –5 mujeres–, Askabide –2 mujeres–, Caritas –2 mujeres– y Bagabiltza –2 mujeres–. Además, algunas de ellas participan en otro tipo de actividades de la comunidad, como son las Parroquias –3 mujeres–, la Escuela de Personas Adultas de Iturribide –3 mujeres– y la Universidad de personas mayores –2 mujeres–. El nivel de estudios es medio-bajo, pues la mayoría de ellas solamente cursaron los estudios primarios –6 mujeres– y solamente son 2 las mujeres que han podido cursar estudios universitarios. También, es importante destacar que una de las mujeres mayores que forma parte del estudio no participa de manera activa en la comunidad, sino que acude a grupos parroquiales de manera esporádica.

Tabla 10. Características de la muestra

Participantes	Edad	Participación activa	Nivel de estudios
Mujer 1	79 años	Participante	Primarios
Mujer 2	66 años	Participante	Primarios
Mujer 3	66 años	Participante	Superiores
Mujer 4	69 años	Participante	Primarios
Mujer 5	67 años	Participante	Primarios
Mujer 6	75 años	No participante	Primarios
Mujer 7	68 años	Participante	Superiores
Mujer 8	88 años	Participante	Primarios

Fuente: Elaboración propia

2.3 Instrumentos utilizados

De entre las diversas técnicas cualitativas disponibles, se han utilizado los *grupos focales* y las *entrevistas en profundidad*. El primer instrumento se caracteriza por recoger, en una o varias sesiones, las experiencias personales aportadas por un grupo de personas que han sido seleccionadas a partir de unos criterios especificados en la muestra (Monzón & Gaintza, 2015). El propósito principal del grupo focal es que queden reflejadas las actitudes, sentimientos, creencias, experiencias y reacciones de los participantes. Es importante destacar que esta técnica se centra en la interacción entre las personas participantes del grupo, la cual gira alrededor del tema propuesto por el investigador (Gibb, 1997). Se ha elaborado un guión para la realización de los grupos focales –Ver Anexo 7–.

Por su parte, la entrevista en profundidad es entendida como una conversación entre dos personas, un entrevistador y un informante, dirigida y registrada por el entrevistador con el propósito de favorecer la producción de un discurso conversacional, continuo y con una cierta línea argumental del entrevistado sobre un tema previamente definido en el marco de la investigación (Alonso, 1995). Este instrumento representa una vía fundamental para explorar la forma en la que las personas experimentan y comprenden la realidad que les rodea. Proporciona un acceso único al mundo vivido de los sujetos, que describen en sus propias palabras sus actividades, experiencias, perspectivas y opiniones (Kvale, 2011). Se ha elaborado también un guión para el desarrollo de las entrevistas en profundidad –Ver Anexo 8–.

2.4 Procedimiento y análisis de los datos

El proceso seguido para la realización del grupo focal y de las entrevistas en profundidad se ha desarrollado en varias fases. En primer lugar, y una vez que se tuvieron claros cuáles eran los objetivos del estudio, se decidió contactar con una asociación de personas

mayores que, de alguna forma, pudiesen facilitar la participación de las mujeres mayores de 65 años en el estudio. La asociación elegida fue Hartu-emanak, ya que esta es una entidad que trabaja por la promoción del aprendizaje permanente y la participación social de las personas mayores del País Vasco y que, además, participa y colabora con la Facultad de Magisterio de Bilbao en varias actividades. De este modo, se contactó con Arantza Urquiano –Vicepresidenta de la asociación–, con el objetivo de presentarle el trabajo de investigación y plantearla la posibilidad de realizar un grupo focal con mujeres mayores de 65 años participantes de esta entidad. Desde Hartu-emanak aceptaron la propuesta y se comenzó a contactar con las mujeres mayores para proponerlas participar en el grupo. Por último, y con el fin de contar con más experiencias y opiniones de mujeres mayores, se decidió llevar a cabo entrevistas en profundidad a mujeres participantes de otras entidades, así como a mujeres no participantes. Para ello, también se contactó con la Asociación Askabide.

El grupo focal se desarrolló en una de las aulas de usos múltiples del edificio de Bolunta. Participaron 5 mujeres mayores de 65 años, todas ellas vinculadas a la asociación Hartu-emanak. Además, se intentó cuidar el espacio de realización del grupo focal, es decir, al no ser muchas personas se colocaron la mesa y las sillas en forma de círculo, se intentó que fuese una sala sin sonidos externos y en la que las mujeres pudiesen estar lo más cómodas posibles. Antes de comenzar con la dinámica de debate, se explicó a las mujeres el propósito del encuentro, se dejó claro que se iba a respetar su anonimato a la hora de analizar los resultados, y se les pidió el consentimiento para que la sesión pudiese ser gravada. También, durante el desarrollo del grupo se tomaron algunas notas de campo, con la finalidad de facilitar el posterior análisis de los datos. Igualmente, se contó con la participación de 3 mujeres para las entrevistas en profundidad –1 mujer no participante y 2 mujeres participantes de la asociación Askabide–. La entrevista con la mujer no participante se llevó a cabo en la misma aula que el grupo focal y las entrevistas con las dos mujeres participantes de Askabide se desarrollaron, en diferentes días, en una de las salas de usos múltiples que dispone la asociación. Al igual que en el grupo focal, se intentó cuidar el espacio y se comunicó la preservación del anonimato y se gravaron las entrevistas con el consentimiento de las mujeres.

Asimismo, es importante señalar que, tanto el grupo focal como las entrevistas en profundidad, han estado enfocadas hacia la obtención de información de las siguientes *categorías*:

- *Participación social de la mujer mayor*: categoría que agrupa aquellas preguntas que hacen referencia a cómo y cuándo participan las mujeres mayores en la comunidad.
- *Tipos, formas y cauces de participación*: con esta dimensión se trata de obtener información sobre dónde, cómo y cuándo participan las mujeres mayores en la sociedad.
- *Barreras y dificultades a la hora de participar en la sociedad*: hace referencia a los diferentes obstáculos que las mujeres mayores se encuentran a la hora de querer participar en la sociedad.
- *Reconocimiento y aportaciones*: se trata de analizar, por un lado, si existe un reconocimiento social sobre el papel de la mujer mayor; por otro lado, se pretende conseguir información sobre el tipo de aportaciones de las mujeres mayores a la sociedad.
- *Propuestas de actuación*: dimensión mediante la cual se pretende obtener un conjunto de propuestas de acción destinadas a promover la participación social de las mujeres mayores.

Una vez que se llevó a cabo el grupo focal y las entrevistas en profundidad se comenzó con el procedimiento de análisis de los datos. Éste se caracteriza por ser un proceso de sistematización categorial en el que se han seguido los siguientes pasos: En primer lugar, se procedió a la transcripción de la sesión del grupo focal y de las entrevistas en profundidad –Ver Anexo 9–. Posteriormente, se comenzó a categorizar los diferentes datos obtenidos según una serie de preguntas enmarcadas dentro de las 5 dimensiones expuestas anteriormente. Y finalmente, se elaboraron unos cuadros de categorización, en los cuales figuran cada una de las aportaciones de las participantes que hacen referencia a las categorías y subcategorías analizadas –Ver Anexo 10–.

3. RESULTADOS

Este apartado tiene el objetivo de recoger, de forma exhaustiva, la información obtenida del grupo focal y de las entrevistas en profundidad. Las participantes de este trabajo son conscientes de que la diversidad de las vivencias y las opiniones propias enriquece la visión que se tiene respecto a un tema específico. Por ello, han decidido compartir sus historias y experiencias de vida:

“ (...) Es que cada uno opina de una manera...cuantas veces oigo yo a mis amigas comentar, cuando tomamos el café, que las cosas no tienen nada que ver, es decir, yo lo puedo ver blanco y ellas lo pueden ver gris. Y eso no es ni mejor ni peor” (Mujer, 75 años, No Participante, EP).

“Hay que dar, hay que contar nuestra historia y hay que estar también actualizado para poder compartir más entre todos” (Mujer, 66 años, Participante, GF).

- La participación social de la mujer mayor

En general, las mujeres participantes en este estudio opinan que las personas mayores participan poco en la comunidad. Además, sale reflejada la idea de que son estas quienes participan, en comparación con los hombres, menos en la esfera pública, pues se ven más sujetas a las responsabilidades relacionadas con las tareas de cuidados. Asimismo, los espacios de participación de las mujeres y los hombres mayores son totalmente diferentes; la mujer mayor, cuando participa en la comunidad, lo hace en cuestiones relacionadas con el ámbito social y formativo, y los hombres mayores participan más en el ámbito político y en actividades de ocio:

“Yo creo que en general existe muy poca participación en la esfera pública por parte de las persona mayores, y de las mujeres menos” (Mujer, 66 años, Participante, GF).

“Hay un sector de mujeres mayores que participa mucho y hay otro sector de mujeres mayores que está muy cogido por su propia familia, es decir, abuelas con los nietos, muchísimas mujeres hay ahí” (Mujer, 88 años, Participante, EP).

“Yo creo que hay hombres que participan y mujeres mayores que participan, pero los espacios de participación son diferentes (...) las mujeres, yo pienso, que participamos más en lo social y en aprender más, y los hombres quizá más en la política o en ir al monte...” (Mujer, 67 años, Participante, GF.).

Llama la atención también la opinión de las mujeres mayores que consideran que la participación activa en la comunidad depende de uno mismo, es decir, de la vida que uno haya llevado y de los tipos de relaciones sociales que se hayan tenido, pues todo ello repercute, de alguna forma, en el nivel de participación que las personas tenemos cuando llegamos a una edad más avanzada:

“La gente que ha sido activa de joven, o que ha podido ser activa de joven, de mayor quiere seguir teniendo esa actividad” (Mujer, 66 años, Participante, GF).

“(...) Si tú tienes una forma de vivir al final actúas condicionado por ello. A mí alrededor yo tengo personas muy inquietas, mujeres que hacen muchísimas cosas” (Mujer, 68 años, Participante, EP).

- Tipos, formas y cauces de participación propias

En la muestra se observa cómo los cuatro grandes ámbitos de participación social de las mujeres mayores son los siguientes:

En primer lugar, uno de los espacios de participación más señalado es la *Iglesia*. Según las opiniones de las participantes, las mujeres mayores participan más asiduamente en este espacio: forman parte de los grupos parroquiales, colaboran en el mantenimiento de la iglesia y cooperan en cuestiones o acciones sociales promovidas desde esta institución. En segundo lugar, las participantes destacan la implicación de las mujeres mayores en las *actividades formativas y de ocio*, principalmente la participación en cuestiones relacionadas con el ámbito formativo. De ahí que las Escuelas de Personas Adultas – EPA– se hayan convertido en espacios muy importantes para la formación y el aprendizaje continuo de estas mujeres. También se señala la participación de las mujeres mayores en diferentes talleres formativos –taller de utilización de las TIC–, en la Universidad de personas mayores y en diversas actividades de ocio y tiempo libre –excursiones, clases de gimnasia, etc.–. Finalmente, otro espacio de participación está muy relacionado con el *voluntariado social*, a través de diferentes asociaciones:

“Un sitio de participación de la mujer mayor es la iglesia. Las mujeres participan desde poner los santos, pasar el cesto, colaborar en las acciones sociales, hasta limpiar” (Mujer, 68 años, Participante, EP).

“Hay muchas mujeres mayores que se apuntan a grupos de gimnasia y a la EPA de Iturribide. En mi clase hay diez mujeres y dos hombres” (Mujer, 66 años, Participante, GF).

“Yo pienso que hay más mujeres mayores que quieren aprender que hombres. Tengo amigas que van a clases para aprender a utilizar el teléfono y el ordenador” (Mujer, 75 años, No Participante, EP).

“También hay muchas mujeres mayores en la ayuda al reparto de comidas, en el trabajo solidario de los barrios y en todo ese tipo de cosas...” (Mujer, 79 años, Participante, GF).

El último ámbito que señalaron las participantes, al cual dieron muchísima importancia, está relacionado con la *red social*, es decir, lo fundamental que es tener unas buenas relaciones sociales, la construcción de redes entre ellas, y lo esencial que es seguir manteniendo las relaciones personales. Además, llama la atención la dificultad de construir redes entre las mujeres del ámbito urbano, pues en la muestra se señala que las mujeres del contexto rural, de los pueblos, poseen unas relaciones sociales entre ellas más sólidas:

“Las relaciones sociales, la red social, es muy importante. Creo que este es un aspecto que cuidamos más las mujeres, nosotras necesitamos cuidar más las amistades creo yo” (Mujer, 69 años, Participante, GF).

“Pienso que las mujeres de los pueblos se ayudan más entre ellas, es más fácil que se relacionen y que formen redes. Aquí en la ciudad es más complicado, es que un pueblo es diferente un pueblo no es Bilbao” (Mujer, 75 años, No Participante, EP).

- Barreras y dificultades a la hora de participar en la sociedad

Se observa en la muestra cómo las principales barreras que las mujeres mayores se encuentran a la hora de participar en la sociedad tienen que ver, principalmente, con las *actitudes* de la propia persona –barreras actitudinales–, con los *estereotipos de género*, con el *edadismo*, con *roles de género* y con el *activismo* o la “sobreexigencia” con los diferentes tipos de participación.

En relación a las barreras actitudinales las participantes señalaron que, en la mayoría de las ocasiones, son ellas mismas las que se ponen los obstáculos al no verse capaces o no sentirse suficientemente preparadas para poder desempeñar una función o para querer ir a formar parte de un grupo o de cualquier actividad que se desarrolle en la comunidad. Además, se puede observar cómo, en algunas de estas mujeres, está muy presente el discurso de “yo no sé nada”, “no puedo aportar, porque no sé”, relacionado con la falta de autoestima, con asociar los saberes a los conocimientos académicos y, sobre todo, por no verse realmente capaces de poder participar fuera del ámbito doméstico:

“Yo creo que la principal barrera es el no querer, algo actitudinal. El no verte capaz, el no estar a la altura, las barreras que tú misma te marcas (...) si yo no sé nada, no puedo aportar, es decir, yo voy a la parroquia a escuchar y aprender de otros que saben mucho” (Mujer, 75 años, No participante, EP).

“A veces nos ponemos barreras nosotras mismas. Por ejemplo, lo de ir a participar a cuestiones sociales o alguna actividad de Hartu-emanak nadie te va a poner ninguna barrera, sino que igual eres tú la que dices: ¿Qué voy hacer yo allí si no se nada? ¿Qué voy aportar?...” (Mujer, 66 años, Participante, GF).

En cuanto a las barreras relacionadas con los estereotipos de género, las mujeres coinciden en que esta es una de las más influyentes que sigue estando muy presente en la sociedad actual. Concretamente, y asociado con estos estereotipos, hablaron de lo predominante que son los roles de género en la mayoría de los ámbitos cotidianos, como, por ejemplo, el asociar las cuestiones relacionadas con la tarea de cuidados, de ayuda a los demás con el papel o la función que ha de desarrollar la mujer mayor. Asimismo, y muy vinculado con esto último, se habló también de la educación que la mujer ha recibido, enfatizando, sobre todo, en la educación que ellas mismas recibieron, ya que se criaron en la época franquista en la que la mujer tenía muy poca participación en la esfera pública, donde se entendía que su papel debía circunscribirse al ámbito doméstico. Además, y muy relacionado con todo ello, se comentó la dificultad que las mujeres mayores se encuentran a la hora de poder acceder a los puestos de liderazgo o a la toma de decisiones dentro de diferentes organizaciones:

“Una barrera son los estereotipos de género que siempre han predominado en la sociedad, por eso yo creo que las mujeres van a colaborar en tareas de ayuda a la comunidad. El tema es que la tarea de cuidados, de apoyo y de servicios sigue estando muy asociado a la mujer” (Mujer, 79 años, Participante, GF).

“Cuando te casabas te daban un finiquito pequeño, que era como un premio por el matrimonio y te ibas a casa. No te dejaban quedarte trabajando, porque se entendía que la mujer, una vez casada, tenía que quedarse en casa a cuidar del marido y de los hijos (...) A mí un día me dijo mi cuñado que el marido está para traer el dinero y la mujer para estar en casa. (...) Todo esto, va en nuestras mentes, en nuestra educación. No han enseñado eso” (Mujer, 75 años, No Participante, EP).

“Creo que para realizar funciones relacionadas con la tarea de cuidados no hay barreras. Pero, para escalar hacia arriba, para estar en las toma de decisión sí que las tenemos y, fundamentalmente, están asociadas a los estereotipos de género” (Mujer, 69 años, Participante, GF).

Otra de las barreras que se menciona, es la que se encuentra relacionada con el edadismo. Los mitos y estereotipos asociados a la vejez que siguen estando muy arraigados en la sociedad –perdida de capacidades, imposibilidad para aprender, los mayores son personas dependientes, entre otros–. Además, de esta imagen social negativa que se tiene de las personas mayores, también las participantes comentaron la otra percepción que socialmente se tiene de ellos/as, la de aquellas personas que son muy activas y participan en los viajes del IMSERSO. Igualmente, estos estereotipos se agravan más si eres mujer, pues las mujeres mayores sufren una doble discriminación por razón de edad y, cómo se ha podido observar, también por razón de género:

“La imagen social de las personas mayores siempre es la del dependiente, la de estar muy limitados físicamente y mentalmente, es la de la persona mayor deteriorada Y si no es la imagen de las personas mayores que no están deterioradas y se van de viaje con el IMSERSO. Estos son los dos tópicos” (Mujer, 66 años, Participante, GF).

“Hay más barreras si eres mayor y mujer. Además, la imagen de la mujer mayor es aquella que está en casa, incapacitada y si no que cuida a los nietos, que se dedica a cocinar... “la comida de la abuela” como se dice. Yo estoy aburrida de ver los letreros esos de la comida de la abuela en anuncios, parece que solo sabemos cocinar bien” (Mujer, 67 años, Participante, GF).

“Hay una serie de barreras que no dependen de una misma, digamos que son barreras que marca la sociedad, es decir, igual te apetece participar en alguna actividad de la comunidad y por la edad que tienes te miran raro o dicen que dónde vas con casi ochenta años...”(Mujer, 75 años, No Participante, EP).

En lo que respecta a las barreras relacionadas con la tarea de cuidados, se puede observar cómo las mujeres mayores, en muchas ocasiones, ven condicionado o acotado su tiempo para participar en la comunidad, ya que tienen que emplear ese espacio en cuidar a los nietos o en ayudar a sus familiares. Muchas de ellas explican las dificultades que se encuentran para disponer o disfrutar de un espacio propio que les permita el poder participar en actividades de la sociedad:

“A mí me encantaría que me dieran una lista de actividades, y yo me organizo mi lista; pero si luego tengo un nieto, tengo una hija con necesidades, pues estoy limitada de lo que creo que puedo hacer” (Mujer, 79 años, Participante, GF).

“Casi todas las tardes me toca ir donde las nietas, y varios fin de semanas andamos entre Navarra y la Rioja porque tengo dos hijos allí (...) A veces veo anunciar una película o un concierto interesante, pero miro la agenda y me doy cuenta que tengo todos los días ocupados” (Mujer, 69 años, Participante, GF).

“Muchas veces las mujeres se ven condicionadas por la familia; los hijos las ocupan mucho tiempo. En el momento en el que trabajan las dos personas y tienen niños la mano que se les echa es desde la abuela. Ven la necesidad de involucrar a los padres en el cuidado, pues no tienen recursos económicos para buscar otra alternativa. Yo tengo amigas que ven recortado su espacio porque tienen que asumir esta tarea” (Mujer, 88 años, Participante, EP).

Llama la atención la “sobreexigencia” relacionada con los diferentes tipos de participación, o como ellas lo denominaron, el activismo. Se observa cómo, en muchas ocasiones, el estar constantemente participando e implicándose en actividades de la comunidad, dificulta el poder disfrutar de otros espacios de participación, como es el caso de la red social. Además, se tiene la idea de que una vez que llegas a la etapa de la jubilación tienes que estar en una actitud activa todo el tiempo. Esto también se encuentra relacionado con la imagen o con uno de los tópicos que se tiene sobre las personas mayores: la imagen de persona mayor activa:

“Yo creo que también esta sociedad, este grupo de ahora de gente mayor hemos caído en el activismo” (Mujer, 66 años, Participante, GF).

“Miro la agenda y la tengo completa, y es que a veces también me apetece estar incluso sola, tomarme un café sola, leer el periódico sola...y claro y a veces llega lo que se llama el estrés del jubilado de hacer y hacer cosas sin tener tiempo para una misma” (Mujer, 66 años, Participante, GF).

“Yo no estoy de acuerdo con el concepto de envejecimiento activo. Parece que tienes que estar haciendo cosas constantemente” (Mujer, 79 años, Participante, GF).

-Reconocimiento y aportaciones

No existe un reconocimiento social del papel que ha desempeñado y que sigue desempeñando la mujer mayor. Así lo manifestaron las mujeres participantes en esta investigación. Los motivos expuestos sobre por qué no existe tal reconocimiento están muy relacionados con los estereotipos de género que siempre han predominado en la sociedad, pues se entiende que es en la “tarea de cuidados” donde reside el papel que ha de desarrollar la mujer mayor. Los medios de comunicación también siguen proyectando esa imagen social estereotipada de la mujer mayor:

“No hay un reconocimiento social, es invisible nuestro papel. Se ha dado por hecho que la mujer tiene que estar en la ayuda a los mayores, a los padres, a los hijos y hasta los nietos. Se da por hecho que es lo que nos toca” (Mujer, 69 años, Participante, GF).

“No existe un reconocimiento y ni siquiera un apoyo hacia nosotras (...) si las amamas no cuidaran en este momento de los nietos, si no les atendieran y no les pasarían parte de la pensión estarían ardiendo ya muchos sitios. Porque somos nosotras, en parte, las que estamos contribuyendo a que esta sociedad avance” (Mujer, 68 años, Participante, EP).

“La publicidad y los anuncios están enfocados a ese rol de mujer mayor... vamos que cuesta mucho cambiar. La sociedad va cambiando pero a paso lento y esto no ayuda a que se vea nuestro verdadero papel en ella, la pluralidad de mujeres mayores que hay en ella” (Mujer, 66 años, Participante, GF).

Son muchas las aportaciones que las mujeres mayores pueden ofrecer a la sociedad. En la muestra de estudio se identifican varios aspectos relacionados, principalmente, con la transmisión de valores, historias de vida y conocimientos derivados de las experiencias individuales de cada una de ellas. Se habla de democracia como la forma de distribución del poder entre los hombres y las mujeres, pues ello posibilita la construcción de sociedades más igualitarias. Además, se da mucha importancia a las relaciones intergeneracionales, es decir, a la transmisión de conocimientos y valores humanos que se están perdiendo, ya que no se le da la importancia necesaria a este tipo de relaciones:

“Yo pienso que las mujeres mayores podemos aportar democracia. El poder ha estado y sigue estando en los hombres y en la medida en la que lo compartamos con ellos vamos a hacer una sociedad más democrática e igualitaria” (Mujer, 66 años, Participante, GF).

“Yo creo que las mujeres mayores pueden aportar una visión histórica, siendo capaces de ver la evolución y para aprender de los errores, para que haya cosas que no vuelva a ocurrir. A mí me preocupan las chavalitas que con catorce años permiten que el novio las controle ¿qué educación hay ahí? Esas madres, esas amamas ¿Qué se ha transmitido? ¿Dónde están todos esos valores? ¿Dónde está la lucha que hemos hecho las mujeres de nuestra época?...” (Mujer, 68 años, Participante, EP).

-Propuestas de actuación

A través de las voces de las mujeres participantes de este estudio se han recogido diferentes propuestas de cara a fomentar y mejorar la participación activa de las mujeres en la sociedad. Estas propuestas se han agrupado en tres ámbitos diferentes: a nivel social e institucional, a nivel formativo y otros espacios de participación y empoderamiento social.

A *nivel social e institucional*, se sugieren acciones dirigidas a transformar la imagen negativa que se trasmite, a través de los medios de comunicación, de la mujer mayor. Además, se plantea la propuesta de desarrollar programas o iniciativas, desde las

instituciones, de participación y empoderamiento de la mujer mayor que permita visualizar el papel tan importante que desempeñan:

“Que se cuide la publicidad que se da la mujer mayor, que se desarrolle una publicidad en la que se elimine esa imagen de la mujer ama de casa, cuidadora de la familia y buena cocinera...que se proyecte la diversidad de mujeres mayores, por ejemplo, hay mujeres mayores más activas y las hay menos activas” (Mujer, 79 años, Participante, GF).

“Yo creo que se deberían de desarrollar, desde las instituciones, más programas de participación y empoderamiento, para darnos cuenta del papel tan importante que hemos desarrollado y que seguimos desarrollando en la sociedad” (Mujer, 66 años, Participante, GF).

A nivel formativo, se proponen acciones encaminadas a la creación de talleres específicos en los que se favorezca la transmisión de experiencias y conocimientos entre las mujeres mayores y las personas de otras edades, de otras culturas, etc. Asimismo, se da mucha importancia al hecho de que se tenga en cuenta, a la hora de elaborar proyectos o talleres, las opiniones, intereses y necesidades de las mujeres mayores:

“Talleres en los que poder compartir nuestras experiencias y conocimientos y, sobre todo, en los que estemos en contacto con otras generaciones para volcar nosotras, pero también para poder recibir algo de esta nueva sociedad en la que mandan las nuevas tecnologías” (Mujer, 67 años, Participante, GF).

“Talleres específicos para mujeres mayores en los que se trabajen sus necesidades e intereses” (Mujer, 66 años, Participante, GF).

Finalmente, en la muestra de este estudio se observa la identificación de *otros ámbitos de participación y empoderamiento* social para la mujer mayor. Se habla de favorecer nuevos espacios de reflexión sobre las necesidades y el papel de la mujer mayor. Para ello, se aportan experiencias que ya están funcionando en la actualidad, y se plantean nuevos espacios, como es el caso de la propuesta de “la casa de las mujeres”. Además, se destaca la importancia de que las mujeres mayores que ya estén participando animen a las demás a participar:

“Otra cosa importante que creo que puede ser una buena iniciativa, es lo de la casa de las mujeres. Hay pueblos donde existe la casa de las mujeres. Es como un sitio, para mujeres de todas las edades, de encuentro donde se puede, por ejemplo, reflexionar o hacer grupos de debate sobre diferentes temas” (Mujer, 66 años, Participante, GF).

“En la parroquia de los Franciscanos se reúnen mujeres mayores que viven solas en sus casas y se les proporciona un espacio, varios días a la semana, para que tengan la oportunidad de cambiar impresiones con otras gentes, y de poder participar en distintas asociaciones” (Mujer, 88 años, Participante, EP).

“Es importante que las mujeres mayores que estemos participando animemos también a otras mujeres a participar” (Mujer, 67 años, Participante, GF).

4. CONCLUSIONES Y PROPUESTAS

Los resultados obtenidos tras la realización del grupo focal y las entrevistas en profundidad, revelan cómo los espacios de participación de los hombres y las mujeres mayores son totalmente diferentes. Las mujeres cuando participan en la comunidad lo hacen en el ámbito formativo y social –Iglesia, EPA, Universidad de personas Mayores, asociaciones, red social, talleres y actividades formativas, entre otras–, y los hombres participan más en espacios relacionados con la política y el ocio. Asimismo, los resultados de este estudio indican que son muchas las aportaciones que las mujeres mayores pueden ofrecer a la sociedad. Principalmente, estas tienen que ver con aspectos relacionados con la transmisión de valores, conocimientos y experiencias de vida a las generaciones más jóvenes. Sin embargo, a pesar de sus aportaciones a la sociedad y a su mayor participación en los ámbitos formativos y sociales, la presencia de las mujeres mayores en algunos espacios públicos sigue siendo limitada, debido a que aún persisten, en muchas ocasiones, barreras que las impide participar en la sociedad.

Una de las grandes limitaciones para participar, está relacionada con los estereotipos de género aún muy presentes en la sociedad, y sobre todo con la dificultad que la mujer mayor se encuentra para poder acceder a los puestos de liderazgo y de toma de decisiones. A todo ello, también hay que sumar la asignación del papel de la mujer mayor en la tarea de cuidados del hogar y la familia. Este último aspecto representa una barrera para la participación, dado que deben destinar mucho de su tiempo personal a asumir unos cuidados que no están suficientemente reconocidos. Además, si una mujer mayor ya se encuentra con dificultades a la hora de participar por cuestiones derivadas de los estereotipos de género, el edadismo configura otro obstáculo muy presente en la vida de las mujeres de edad avanzada. Por último, hay que mencionar la que está relacionada con el activismo o la “sobreexigencia”, pues, curiosamente, el participar en actividades de la comunidad ocasiona que se pueda llegar a un punto en el que no se disponga de tiempo personal necesario para el disfrute, por ejemplo, en su red social. Asimismo, el propio concepto de envejecimiento activo puede llegar a dar a entender que una persona ha de participar para mantenerse activa, ya que se piensa que al estar activo no se envejece: *“(…) con el término de envejecimiento activo parece que llega la jubilación y tienes que estar haciendo cosas constantemente”* (Mujer, 68 años, Participante, EP). Esta idea es defendida por Freixas (2008, p.13), la cual afirma que “los conceptos de envejecimiento activo y envejecimiento satisfactorio, requieren de algunas matizaciones puesto que en ellos subyace la presunción de que para no envejecer hay que mantenerse activa”. Por ello, esta autora propone el término de “envejecimiento comfortable” que hace hincapié

en las ventajas que para envejecer ofrece la aceptación de la edad como un don que permite disfrutar del largo tiempo por delante y la incorporación de estilos de vida en lo que se combina la participación y la vida interior (Freixas, 2008). Además, si hay algo que actúa también como un obstáculo a la hora de participar en cualquier ámbito de la sociedad, son las barreras que las propias mujeres se marcan, al no verse capaces ni preparadas para ello. Muchas de estas barreras coinciden con las ya señaladas en los estudios del IMSERSO (2011), Freixas (2008) y Ramos (2015). En resumen, siendo conscientes de estas dificultades, deberíamos preguntarnos: ¿podemos hacer frente a estos obstáculos? ¿Cómo se puede contribuir al fomento de la participación y el empoderamiento social de la mujer mayor? ¿Qué propuestas se pueden desarrollar desde la educación social?

Es esencial que, desde la educación social, se elaboren propuestas de actuación que aúnen otras experiencias y recomendaciones y que atiendan las voces de las propias mujeres. Ello conduce a que el conjunto de acciones que van a guiar nuestra intervención socioeducativa adquiera una visión mucho más integral, sea de calidad, y perfil y dé sentido a nuestro cometido. A continuación se exponen las propuestas de actuación que se fundamentan en las voces de las mujeres participantes y en las investigaciones señaladas en este trabajo:

Propuestas a nivel institucional y social

- Potenciar en todos los niveles de la administración –estatal, autonómica y local– el conocimiento y las propuestas de actuación dirigidas al fomento de la participación social de las mujeres mayores de 65 años (IMSERSO, 2011).
- Las instituciones han de valorar si los programas y las actividades que se llevan a cabo son accesibles y tienen sentido tanto para mujeres como para hombres mayores, y si no es así analizar el por qué (Ramos, 2015).
- Elaboración de campañas de sensibilización y visualización sobre el papel que ha desempeñado y que sigue desempeñando la mujer mayor. Se trata de transformar su imagen estereotipada, promoviendo y dando a conocer la gran diversidad de mujeres mayores existentes. Todo ello, utilizando los medios de comunicación y las TIC como una herramienta fundamental para desarrollar actividades de información a la ciudadanía.

Propuestas a nivel formativo

- Vivimos en una sociedad en la que imperan las nuevas tecnologías, las cuales han posibilitado el acceso a nuevas formas y canales de comunicación y relación. Por ello,

es importante seguir desarrollando acciones formativas destinadas a alfabetizar digitalmente a las mujeres y hombres mayores, lo que conducirá a aumentar la participación de este colectivo, sobre todo de las mujeres, en la sociedad.

- Impulsar proyectos, programas y actividades en los que se trabajen las relaciones intergeneracionales. De este modo, se brinda la posibilidad a las mujeres mayores de poder transmitir, a las generaciones más jóvenes, sus saberes y experiencias de vida. Todo ello, se configura como un espacio de adquisición de aprendizajes mutuos, contruidos a través de los conocimientos y vivencias de las personas de ambas generaciones (IMSERSO, 2011).
- Promover programas y proyectos encaminados a la construcción y dinamización de redes sociales, entre mujeres, tanto en el ámbito urbano como en el rural. La “casa de las mujeres” representa una buena iniciativa, señalada por las mujeres participantes de este trabajo, en la que se posibilita un espacio de aprendizaje y reflexión que da cabida a mujeres de todas las edades. También, las “Escuelas de Empoderamiento” de la mujer, impulsadas por las administraciones públicas del País vasco, conforman otra propuesta de acción orientada a favorecer la creación de redes y la participación social de mujeres mayores.

Algunas claves para la intervención socioeducativa con personas mayores desde la perspectiva de género

- Es fundamental que las acciones socioeducativas planteadas estén orientadas bajo los intereses y las necesidades de las propias mujeres mayores. Siempre se ha de contar con la opinión de las personas a las que va dirigida la intervención, pues como educadores/as sociales se ha de contribuir a que los individuos sean los verdaderos protagonistas de su proceso de desarrollo personal y social.
- Debemos de posibilitar la creación de un ambiente abierto de respeto y de confianza, que permita, tanto a las mujeres como a los hombres mayores, participar en igualdad de condiciones, expresando sus sentimientos, saberes y experiencias vitales.
- Introducir la perspectiva de género como línea transversal en todos los proyectos de intervención socioeducativa con personas mayores.
- Desarrollar proyectos de intervención socioeducativa encaminados a visibilizar y reconocer el papel de la mujer mayor, así como a reivindicar la importancia de su participación en los espacios públicos. Asimismo, como educadores/as sociales debemos de favorecer espacios de reflexión que permitan a las mujeres mayores compartir intereses, inquietudes e historias de vida con otros grupos de personas y que, además, las conduzcan a poder tomar conciencia sobre su situación.

Finalmente, es necesario señalar que con la elaboración de todas estas propuestas de actuación no se pretende dar una solución inmediata a las barreras que las mujeres mayores se encuentran a la hora de participar, sino que lo que se pretende es contribuir a abrir el camino hacia una sociedad mucho más justa, solidaria e igualitaria que tenga en cuenta las voces y las aportaciones de todas las personas que la forman. Por todo ello, es fundamental que se trabaje por la visibilidad y el reconocimiento del papel tan importante que ha desarrollado, y aún desarrolla, la mujer mayor, pues hablamos de aquellas mujeres que han tenido una función muy importante a lo largo de la historia y que han contribuido al desarrollo de la sociedad. Ellas empezaron una lucha que las ahora más jóvenes debemos de seguir ¿Y qué mejor profesión para poder acompañar a las mujeres mayores en este proceso que la Educación social?

5. LÍMITES DEL ESTUDIO

Uno de los límites de este estudio es que la muestra que se ha seleccionado no es probabilística, por lo que los resultados no pueden ser generalizables. Por ello, y para futuras investigaciones, sería interesante ampliar el número de mujeres que conforman la muestra, con el objetivo de poder aumentar la representatividad de los resultados obtenidos.

Asimismo, se han encontrado dificultades a la hora de querer contar con la implicación de mujeres mayores de 65 años no participantes en asociaciones o en diferentes actividades de la comunidad –mujeres del ámbito doméstico–, pues han sido varias las que han mostrado una actitud reticente a exponer y aportar sus opiniones y experiencias. Por este motivo, solamente se pudo contar con la participación, a través de la entrevista en profundidad, de una mujer. De este modo, también, para futuros trabajos sería importante intentar que participasen un mayor número de mujeres del ámbito doméstico.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abellán, A., & Pujol, R. (2016). *Un perfil de las personas mayores en España, 2016. Indicadores estadísticos básicos*. Madrid: Informes de envejecimiento en red, nº14.
- Alonso, J., Arandía, M., & Martínez, I. (2013). Debate sobre la participación social de las mujeres mayores: dificultades, logros y oportunidades. En Hartu-Emanak (Ed.), *Las Personas Mayores en el umbral del siglo XXI. II Encuentro intergeneracional. La participación social de las mujeres mayores* (pp. 47-54). Bilbao: Lankopi. S.A.

- Alonso, M., & Furió, E. (2007). El papel de la mujer en la sociedad española. *Economía treball iterritorial* 1-41. Recuperado de <https://halshs.archives-ouvertes.fr/halshs-00133674>
- Alonso, L. E. (1995). Sujeto y discurso: El lugar de la entrevista abierta en las prácticas de la sociología cualitativa. En J. M. Delgado, & J. Gutierrez (Eds.), *Técnicas cualitativas de investigación en Ciencias Sociales* (pp. 225-240). Madrid: Síntesis.
- Asociación Salud y familia & Ayuntamiento de Barcelona. (2005). *Los bancos del tiempo como herramienta de participación social y diversidad cultural*. Ciudades para un futuro más sostenible. Recuperado el 14 de enero de 2017 de <http://habitat.aq.upm.es/dubai/04/bp1235.html>
- Ayuntamiento de Barakaldo & Hartu-emanak. (2015). *Proyecto Barakaldo, ayer. Memoria del curso 2014-2015*. Recuperado el 13 de noviembre de 2017 de <http://www.hartuemanak.org>
- Ayuntamiento de Getxo. (2016). *Escuela de empoderamiento de Getxo, curso 2016-2017*. Recuperado el 13 de enero de 2017 de <http://www.getxo.eus/es/igualdad/programas/escuela-de-empoderamiento>
- Bazo, M. T. (2005). Consecuencias del envejecimiento en la sociedad española actual. *Panorama social*, 239-255.
- Bermejo, L. (2012). Envejecimiento activo, pedagogía gerontológica y buenas prácticas socioeducativas con personas adultas mayores. *Educación Social* 51, 27-44.
- Cabero, J. (2004). Reflexiones sobre la brecha digital y la educación. En Soto, F y Rodríguez, J (Eds.), *Tecnología, educación y diversidad: retos y realidades de la inclusión digital* (pp. 1-24). Murcia: Consejería de Educación y Cultura.
- Cuerda, J. Á. (2004). La participación social: una ilusión y un deber. En Hartu-Emanak (Ed.), *Las Personas Mayores en el umbral del siglo XXI. I Seminario-Taller. El empoderamiento y la Participación social* (pp.27-32). Bilbao: Lamkopi. S.A
- De Pablos Pons, J. (2008). *Algunas reflexiones sobre las tecnologías digitales y su importancia social y educativa*. Recuperado de http://www.quadernsdigitals.net/index.php?accionMenu=hemeroteca.VisualizaArticuloIU.visualiza&articulo_id=10420
- Del Prete, A., Gisbert, M., & Camacho, M. d. (2013). Las TIC como herramienta de empoderamiento para el colectivo de mujeres mayores. El caso de la Comarca de Montsiá (Cataluña). *Revista de Medios y Educación*, 37-50.
- Díaz, E. (2013). Madres, suegras y abuelas. La representación de las mujeres mayores en la prensa femenina durante el franquismo. En P. Folguera, V. Maquieira, M. J. Matilla, P. Montero, & M. J. Vara (Eds.), *Género y Envejecimiento. XIX Jornadas Internacionales de Investigación Interdisciplinar* (pp. 681-701). Madrid: Ediciones de la Universidad Autónoma de Madrid.

- Dirección General de Igualdad y Mujer del Gobierno de Cantabria. (2016). *Programa de dinamización de las mujeres rurales*. Recuperado el 11 de enero de 2017 de <https://redcantabrarural.com/noticia-red/nosotras-mismas-nuevo-programa-para-las-mujeres-rurales-de-cantabria/>
- Emakunde. Instituto Vasco de la Mujer. (s.f.). *Antecedentes: Movimiento social de las mujeres*. Recuperado el 27 de diciembre del 2017 de www.emakunde.euskadi.eus/emakunde/-/informacion/antecedentes-emakunde/
- Eustat. (30 de mayo de 2014). *Renta personal media de población jubilada por tipo de renta, según territorio histórico y sexo (euros) ,2011*. Base de datos. Bilbao. Instituto Vasco de Estadística. Recuperado el 3 de enero de 2017 de http://www.eustat.eus/elementos/ele0002900/ti_Renta_personal_media_de_poblacion_jubilada_por_tipo_de_renta_segun_territorio_historico_ysexo_euros/tbl0002942_c.html
- Eustat. (20 de febrero de 2015). *Prevalencia de buena salud en la C.A de Euskadi por sexo y edad, 2002, 2007,2013*. Base de datos. Bilbao. Instituto Vasco de Estadística. Recuperado el 3 de enero de 2017 de http://www.eustat.eus/elementos/ele0002500/ti_Prevalencia_de_buena_salud_en_la_CA_de_Euskadi_porsexo_yedad_/tbl0002500_c.html
- Eustat. (29 de septiembre de 2016). *Población de 10 y más años de la C.A de Euskadi por el nivel de instrucción y la edad, según el sexo, 2015*. Base de datos. Bilbao. Instituto Vasco de Estadística. Recuperado el 3 de enero de 2017 de http://www.eustat.eus/elementos/ele0005900/ti_Poblacion_de_10_y_mas_años_de_la_CA_de_Euskadi_por_el_nivel_de_instruccion_y_la_edad_segun_elsexo_/tbl0005935_c.html
- Flecha, R. (2004). La pedagogía de la autonomía de Freire y la Educación Democrática de personas adultas. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 27-43.
- Freire, P. (1997). *Pedagogía de la Autonomía*. México: Siglo XXI.
- Freixas, A. (2008). La vida de las mujeres mayores a la luz de la investigación gerontológica feminista. *Anuario de psicología*, 41-57.
- Fundación 1º de Mayo. (2014). *Informe 2014. Envejecimiento activo en las mujeres mayores*. Madrid: Federación de pensionistas y jubilados de CCOO.
- Fundación Mempo Giardinelli. (2006). *Programa de abuelas cuentacuentos*. Ciudades para un futuro más sostenible. Recuperado el 14 de enero de 2017 de <http://habitat.aq.upm.es/dubai/06/bp0805.html>
- Gibbs, A. (1997). Focus group. *Social Research Update*. Recuperado el 30 de enero de 2017 de <http://sru.soc.surrey.ac.uk/SRU19.html>
- Gobierno Vasco. (2016). *Estrategía Vasca de Envejecimiento Activo 2015-2016*. Vitoria: Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco. Departamento de Empleo y Políticas sociales.
- Hartu-Emanak. (2009). *Aprendizaje permanente. Participación social. Una concepción del Envejecimiento activo desde la perspectiva de Hartu-Emanak*. Bilbao/ Bizkaia: Hartu- Emanak.

- Instituto de Mayores y Servicios Sociales. (2008). *La participación social de las personas mayores*. Madrid: Ministerio de Educación, Política social y Deporte.
- Instituto de Mayores y Servicios Sociales. (2011). *Envejecimiento activo. Libro blanco*. Madrid: Ministerio de Sanidad, Política social e Igualdad.
- Instituto de Mayores y Servicios Sociales & Centro superior de Investigaciones Científicas. (2012). Los mitos y estereotipos asociados a la vejez. *Revista60y más*, 314, 46-51.
- Instituto Nacional de Estadística. (2007). *Encuesta sobre la participación de la población adulta en actividades de aprendizaje (EADA)*. Base de datos. Madrid. Recuperado el 4 de enero de 2017 de <http://www.ine.es/prensa/np751.pdf>
- Instituto Nacional de Estadística. (2012). *Valoración del estado de salud percibido en los 12 últimos meses según sexo y grupo de edad*. Base de datos. Madrid. Recuperado el 4 de enero de 2017 de <http://www.ine.es/jaxi/Datos.htm?path=/t15/p419/a2011/p04/10/&file=04001.px>
- Instituto Nacional de Estadística. (2015). *Estadística del Padrón Continuo a 1 de Enero de 2015*. Base de datos. Madrid. Recuperado el 4 de enero de 2017 de <http://www.ine.es/jaxi/Datos.htm?path=/t20/e245/p04/a2015/10/&file=000pv002.px>
- Kvale, S. (2011) *Las entrevistas en Investigación Cualitativa*. Madrid: Ediciones Morata.
- Leyra, B., & Roldán, E. (2013). Reflexiones feministas sobre mujeres mayores, el envejecimiento y las políticas públicas. Aproximaciones al caso Español. *Ex aequo*, 103-117.
- Martínez, I. (2011). *La participación social de las personas mayores*. Bilbao: UPV/EHU. Recuperado de <http://cvb.ehu.es/ikd-baliabideak/ik/Martinez-04-2011-ik.pdf>
- Martínez, I. (25 de Marzo de 2016). Tema II. Las personas mayores: sujetos activos de intervención socioeducativa. Material no editado.
- Masa, M., Alija, P., Ibañez, E., Berroetea, E., & Alonso, A. (2013). La autonomía de las mujeres mayores en el País Vasco y su contribución a los procesos de empoderamiento. *Zerbitzuan. Revista de Servicios Sociales*, 69-81.
- Monzón, J., & Gaintza, Z. (2015). Experiencias de escolarización de alumnado con EERR. Un estudio desde la voz de los afectados y sus familiares. En Z. Gaintza, I. Arostegi, N. Berasategi, N. Ozerinjauregi, L. Darretxe, J. Orcasitas, & J. Monzón (Eds.), *La innovación escolar desde la perspectiva de personas con enfermedades raras en el País Vasco: Historias de vida, prácticas escolares, necesidades del sistema educativo y propuestas de mejora para una escuela y sociedad inclusiva* (pp. 18-26). Bilbao: FEDER Euskadi.
- Norwegian Association of Local Authorities. (1996). *La perspectiva femenina en la planificación pública y municipal según la mujer*. Ciudades para un futuro más sostenible. Recuperado el 14 de enero de 2017 de <http://habitat.aq.upm.es/dubai/06/bp0805.html>
- Peinado, M. (2012). *Enseñando a señoritas y sirvientas. Formación femenina y clasismo en el franquismo*. Madrid: Catarata.

- Ramos, M. (2015). *Mujeres mayores: estudio sobre sus necesidades, contribuciones al desarrollo y participación social*. (Tesis Doctoral). Recuperado de <https://repositorio.uam.es/xmlui/handle/10486/670040>
- Red de mujeres del mundo rural de Álava. (s.f.). *Proyecto: visibilidad y (re) conocimiento de los saberes de las mujeres rurales de Álava*. Recuperado el 13 de enero de 2017 de <https://mujeresruralesalava.blogspot.com>
- Salmerón, J. A., Martínez, S., & Escarbajal, A. (2014). *Vejez, mujer y educación. Un enfoque cualitativo del trabajo socioeducativo*. Madrid: Dykinson
- Serdio, C., & García Arroyo, M. J. (2007). Cultura, sabiduría y desarrollo personal: Un programa educativo para mujeres mayores. *Papeles Salmantinos de Educación*, 13-35.
- Suso, A., Arostegui, F., Hergueta, A., Conde, U., Moratella, V., & Maldonado, C. (2013). Una mirada intergeneracional a la participación en el barrio de Rekalde en Bilbao. En Hartu-Emanak (Ed.), *Las personas mayores en el umbral del siglo XXI. II Encuentro Intergeneracional. La participación social de las mujeres mayores* (pp.9-43). Bilbao: Lankopi. S.A.