La situación de las personas mayores

Provincia de Salamanca 2022

INFORME DEL
OBSERVATORIO
DE LA REALIDAD

REAL CAPILLA DE SAN MARCOS SALAMANCA

Cáritas Diocesana de Salamanca

OBSERVATORIO DE LA REALIDAD

Estudio realizado en 2022

Equipo estudios Cáritas Diocesana de Salamanca

Belén Santamaría Eraña

Equipo estudios Cáritas Española

Marina Sánchez-Sierra Ramos

Equipo técnico ZIES Investigación y Consultoría

Israel Gómez Rodilla

Ángel Martín Gómez

Natalia Arcajo Fuentes

Sara Galindo Pérez

Colaboradoras

Andrea Gallego Martín

Miriam Muñoz Martín

Asesor metodológico

Luis Mena Martínez

Índice

1. Introducción 5

2. Metodología del estudio 6

3. Una aproximación al proceso de envejecimiento de la población. 10

3.1. Tendencias demográficas a escala mundial 10

3.2. Las dimensiones del proceso de envejecimiento en el caso español 11

3.3. El envejecimiento de la población de Castilla y León 20

3.4. Las personas mayores en la provincia de salamanca 24

3.4.1. Distribución de la población en el territorio salmantino **..... 32**

4. El día a día de los mayores salmantinos 36

4.1. Actividad física 36

4.2. Participación en actividades 38

4.3. La familia: relaciones y cuidados 42

4.4. La vida en las residencias de mayores 46

4.5. Recopilando ideas 48

5. Identidad y relaciones intergeneracionales. 50

5.1. Recopilando ideas 65

6. Necesidades de las personas mayores en el ámbito urbano 66

6.1. Recopilando ideas 75

7. Necesidades de las personas mayores en el ámbito rural. 77

7.1. Recopilando ideas 86

8. La pandemia y los mayores 88

8.1. Recopilando ideas 98

9. La soledad en las personas mayores 100

9.1. Recopilando ideas 111

10. Secularización, religiosidad y espiritualidad 112

10.1. Recopilando ideas 134

11. En pocas palabras… 136

12. Bibliografía 139

13. Índice de gráficos 145

14. Índice de tablas 146

1. Introducción

El objetivo del presente estudio es aproximarnos a la realidad de los mayores salmantinos desde su propio punto de vista. Para ello, se ha diseñado una metodología de carácter cualitativo (grupos de discusión y entrevistas) en las que han participado más de cien personas mayores de 70 años. Este trabajo no habría sido posible sin su compromiso y desde el equipo investigador queremos resaltar nuestro agradecimiento.

Hemos tratado su cotidianeidad, su percepción de ser mayor y cómo son vistos en sociedad, los efectos de la pandemia, la soledad, la cercanía de la muerte, sus sentimientos religiosos y espirituales, etc. Asimismo, se han realizado grupos tanto en el ámbito urbano como en el rural y periurbano. Por su parte, las entrevistas se han realizado tanto a personas que viven en su propio hogar como a las que lo hacen en residencias de mayores.

Las voces que no están

El estudio ha recogido los discursos y opiniones de los mayores salmantinos. No obstante, es necesario recordar que hay personas que se han quedado al margen de este estudio. Aquellos mayores que viven en una mayor soledad, sin apenas relaciones sociales o sumidos en depresiones o convalecientes de enfermedades han participado de manera apenas testimonial. Su propia situación personal les hace menos proclive a formar parte de estas investigaciones que implican dinámicas fuera del hogar y en relación con otros mayores que, en muchos casos, no conocen.

La pandemia ha propiciado tanto un aumento de las personas que viven solas como de la prevalencia de trastornos de ansiedad, depresión, etc. En muchas ocasiones los mayores participantes en el estudio han hecho referencia a vecinos y conocidos que prácticamente no salen de casa, que pasan el día en soledad y que no tienen a nadie.

Un reto para Cáritas Diocesana de Salamanca es llegar a estos mayores y poder ayudarles a mejorar su calidad de vida.

2. Metodología del estudio

El estudio de los mayores salmantinos se ha realizado con una metodología mixta de investigación mediante el uso de técnicas cuantitativas y cualitativas. Sin embargo, hemos otorgado un mayor peso en el diseño metodológico a la aplicación de técnicas cualitativas al permitir obtener información sobre las opiniones, creencias y valores de una sociedad en un momento dado sin perseguir criterios de exhaustividad, extensión ni representatividad. Se trata de creencias que las personas no manifiestan espontáneamente en cualquier lugar y ante cualquier público.

Las técnicas utilizadas, interrelacionadas entre ellas, han sido las siguientes:

- Documentación con fuentes secundarias.
- Explotación de bases de datos estadísticas.
- Entrevistas abiertas de investigación.
- Grupos de discusión.

Documentación con fuentes secundarias

Se ha procedido a una completa revisión de la bibliografía crítica existente sobre el tema de estudio, especialmente los recursos elaborados por las instituciones y administraciones de Salamanca. Toda la información generada se ha trabajado mediante el análisis de contenido, que consiste en la lectura e interpretación del contenido de toda clase de documentos, y más concretamente de documentos escritos (libros, editoriales, periódicos, artículos, informes técnicos, etc.).

Explotación de bases de datos estadísticas

Asimismo, se han revisado las bases de datos y fuentes estadísticas relacionadas con el objeto de estudio: Censo de Población, Padrón Municipal, estadísticas propias del Ayuntamiento de Salamanca y de la Junta de Castilla y León. Este tipo de información se ha analizado

estadísticamente con el fin de caracterizar el objeto de estudio en las variables sociodemográficas y económicas.

Entrevistas abiertas de investigación

Se han realizado 4 entrevistas a personas que viven en su propio hogar y 5 a personas institucionalizadas en residencias de mayores en diferentes municipios de la provincia de Salamanca.

Grupos de discusión

Se han organizado un total 12 grupos de discusión. En 8 de los mismos, los integrantes han sido mayores salmantinos con la siguiente distribución:

1. Grupo exploratorio con mayores de Salamanca. 5 participantes.
2. Mayores residentes en municipio de tamaño grande. 10 participantes.
3. Mayores residentes en municipio de tamaño mediano. 9 participantes.
4. Mayores residentes en municipio de tamaño pequeño. 8 participantes.
5. Mayores residentes en zona centro de Salamanca capital. 8 participantes.
6. Mayores residentes en barrio de clase media de Salamanca capital. 8 participantes.
7. Mayores residentes en barrio tras Tormes de Salamanca capital. 8 participantes.
8. Municipio del alfoz de Salamanca capital. 9 participantes.

En total han participado 65 personas en 8 los grupos de discusión. Los **criterios de captación** que se siguieron para la composición de los grupos fueron los siguientes:

- Mayores de 70 años.
- Presencia de al menos 3 hombres por grupo.
- Diversidad de situaciones de convivencia (Solos/En pareja/Con la familia).
- Diversidad de situaciones de familia (Hijos residentes en la provincia/Hijos fuera de la provincia).
- Personas no muy implicadas en actividades de la parroquia.

Además, en el marco de un encuentro organizado por Cáritas Diocesana de Salamanca, se realizaron 4 grupos de discusión con 31 voluntarios mayores de 70 años. Uno de estos grupos no se pudo grabar en audio por lo que no se incluyen citas literales del mismo aunque sí se han tenido en cuenta sus aportaciones.

El total de personas que han participado en entrevistas y grupos de discusión para la elaboración de este estudio es de 105.

Se han seguido los siguientes pasos en el análisis de la información recopilada en las técnicas de investigación:

- Explotación estadística de bases de datos. En este caso, se ha procedido al análisis estadístico a través del programa SPSS. Una vez extraída la información, se han elaborado gráficos y tablas que permiten tener una visión global de la población. Posteriormente se ha interpretado por parte de los integrantes del equipo técnico para traspasar los límites de la cuantificación a los aspectos cualitativos, complementando los resultados cuantitativos con los cualitativos.

- Entrevistas y grupos de discusión han sido grabados digitalmente previo consentimiento. Posteriormente se han transcrito para facilitar el análisis cualitativo de los discursos recogidos. A tal efecto, se ha utilizado el método comparativo constante de la teoría fundamentada. Los discursos transcritos han sido analizados a partir de una codificación abierta. La constante comparación entre códigos ha permitido una interpretación más amplia de la información a través de la construcción de categorías. En los apartados dedicados al análisis de los resultados reproducimos de manera literal los verbatim[1] extraídos del análisis cualitativo efectuado.

[1] Se asigna un código a cada entrevista e integrante de grupo de discusión para garantizar el anonimato de los/as participantes en la investigación.

Código	Grupo de Discusión
GD1	Grupo exploratorio con mayores de Salamanca.
GD2	Mayores residentes en municipio de tamaño mediano.
GD3	Mayores residentes en municipio de tamaño grande.
GD4	Mayores residentes en barrio de clase media de Salamanca capital.
GD5	Voluntarios de Cáritas
GD6	Mayores residentes en zona centro de Salamanca capital.
GD7	Mayores residentes en bario tras Tormes de Salamanca capital.
GD8	Mayores residentes en Municipio del alfoz de Salamanca capital.
GD9	Voluntarios de Cáritas
GD10	Voluntarios de Cáritas
GD11	Voluntarios de Cáritas
GD12	Mayores residentes en municipio de tamaño pequeño.

Las entrevistas llevan el código E (vive solo) o ER (vive en residencia)

3. Una aproximación al proceso de envejecimiento de la población.

3.1. Tendencias demográficas a escala mundial

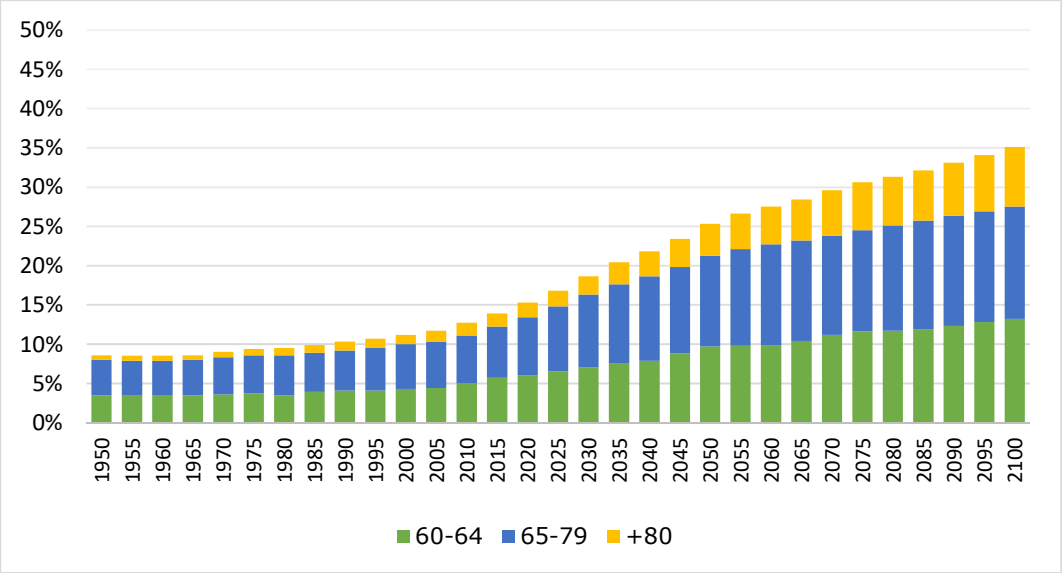
El envejecimiento es uno de los fenómenos demográficos que mayor controversia está originando en los últimos años. No en vano, a nivel mundial, la proporción de personas mayores[2] se incrementó del 9% en 1994 al 12% en 2014, y se espera que en 2050 alcance el 21% (ONU, 2014). De hecho, en el año 2018 los mayores de 65 años superaron por primera vez a los menores de 5 y, para el año 2050 el número de personas mayores superará al de adolescentes y jóvenes[3]. Siguiendo a Pérez (2005), podemos afirmar que lo que está aconteciendo es un cambio en la estructura por edades de la población. Los demógrafos señalan que las causas se deben a dos procesos: descenso de la natalidad y aumento de la esperanza de vida, acaecidos de forma simultánea en un período temporal amplio (Casado y López, 2001). En definitiva, se traduce en un progresivo aumento del peso relativo de la población mayor.

En los años ochenta parecía que este fenómeno demográfico sólo afectaría a los países desarrollados, los tradicionalmente denominados como del Norte. Sin embargo, a día de hoy, la comunidad científica ha constatado que el proceso se ha iniciado a nivel mundial. Como muestra la gráfica 1, desde la segunda mitad del siglo XX el proceso de envejecimiento a nivel mundial ha sido constante. En 1950 había un 3,5% de personas entre 60 y 64 años, un 4,5% entre 65 y 79 y 0,6% de mayores de 80, mientras que, en la actualidad, el 6% de la población se encuentra entre 60 y 64 años, el 7,4% entre 65 y 79 y el 1,9% supera los 80 años. Las perspectivas demográficas diseñadas por la ONU no ponen fin a esta tendencia y los porcentajes de población mayor de 60 años seguirán aumentado a lo largo del siglo XXI, de forma que, a mediados de la centuria, se prevé que habrá un 9,7% de población entre 60 y 64, un 11,5% entre 65 y 79 y un

[2] En este capítulo el envejecimiento se sitúa en los 60 años cuando se cita a los organismos internacionales para seguir el criterio fijado por las Naciones Unidas y en los 65 años en el caso español tal y como hacen las estadísticas de referencia.
[3] https://www.un.org/es/un75/shifting-demographics

4,1% de mayores de 80 años. Es decir, en un siglo, 1950-2050, la población envejecida pasará de representar el 8,6% de los habitantes mundiales al 25,3%, para llegar al 30% en el año 2100.

Gráfico 1. Evolución del envejecimiento a nivel mundial. 1950-2100



Fuente: elaboración propia a partir de datos de la ONU (2012).

Por tanto, se espera que, para finales del siglo XXI, la mayoría de las economías estén incluidas en la categoría de envejecidas, es decir, aquellas en las que el mayor porcentaje de gasto recae en los mayores de 60 años (Donehower, 2013).

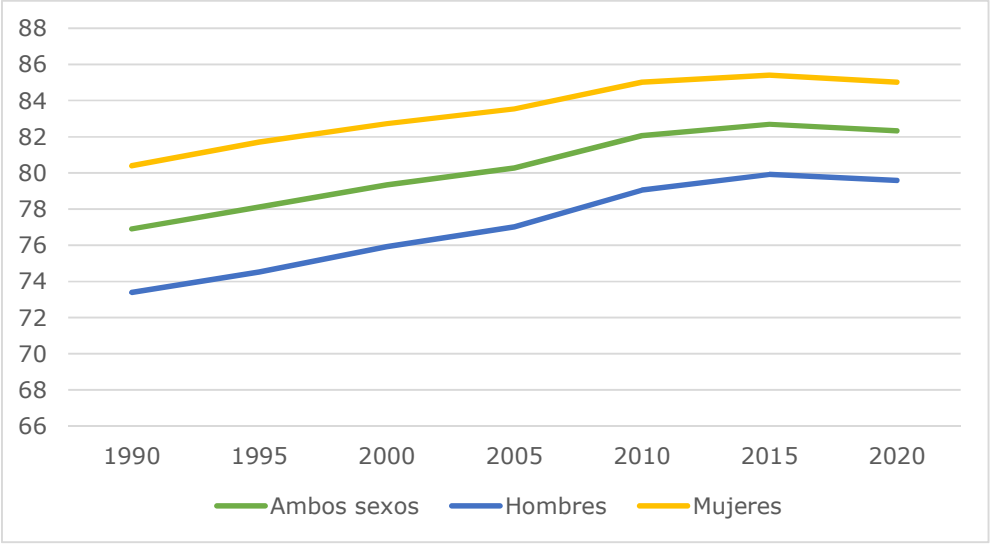
3.2. Las dimensiones del proceso de envejecimiento en el caso español

Para García y Martínez (2006), el envejecimiento en España es un hecho novedoso. Hasta 1950 el porcentaje de personas de 65 años y más apenas representaba el 7% de la población, desde entonces, este porcentaje ha crecido de forma ininterrumpida de modo que en 2017 ya superó el 19% de la población (IMSERSO, 2021). De esta forma, la población española se caracteriza por tener una estructura por edades en las que están ganando peso de manera progresiva e intensa las cohortes de mayor edad. Las causas son las mismas que en el resto de

los países: el aumento de la esperanza de vida y la disminución de las tasas de natalidad (García, 2003).

Gracias a los progresos de los últimos años (médicos, tecnológicos, económicos, higiénicos o alimenticios) en la actualidad se vive más tiempo y con mejor calidad de vida. En consecuencia, el número de nonagenarios, e incluso de centenarios, crece en progresión geométrica a la esperanza de vida. Así, mientras que la esperanza de vida al nacer en el año 1900 no alcanzaba los 35 años, en la actualidad la cifra alcanza los 83. De hecho, España es en la actualidad uno de los países con mayor esperanza de vida al nacer (IMSERSO, 2017), sin embargo, el descenso de la mortalidad comenzó con cierto retraso en relación al resto de países de su entorno, por ejemplo, a principios del siglo XX, la esperanza de vida era menor que la de la mayoría de los países europeos, en concreto, sólo Rusia y Portugal tenían una esperanza de vida inferior a la española (Abellán, Lorenzo y Pérez, 2012). Si tomamos como referencia la evolución desde la última década del siglo XX (gráfico 2), comprobamos cómo la esperanza de vida se ha incrementado, pasando de 76,9 a 82,33 en dos décadas.

Gráfico 2. Evolución de la esperanza de vida al nacer en España. 1990-2020



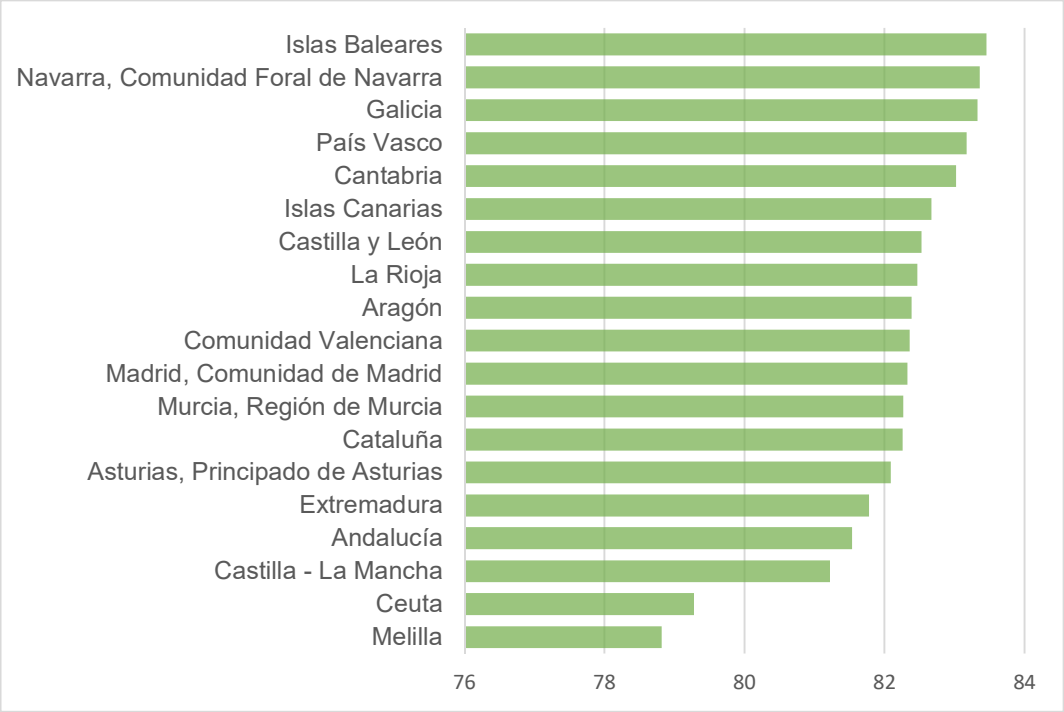
Fuente: elaboración propia a partir de los datos extraídos del INE.

Otra característica del proceso de envejecimiento en España ha consistido en la feminización de la población mayor. Diferentes motivos, biológicos y de estilos de vida, han llevado a una mayor esperanza de vida en el caso de las mujeres, no obstante, estas diferencias

se han reducido en los últimos cinco lustros. Las causas se encuentran en la difusión de hábitos de vida nocivos entre las mujeres, nos referimos, siguiendo a Abellán, Lorenzo y Pérez (2012), al estrés, al consumo de tabaco y alcohol, y a la discapacidad y las enfermedades degenerativas, características asociadas al proceso de envejecimiento. Las proyecciones de la ONU (2012) pronostican que la esperanza de vida seguirá en aumento a lo largo del presente siglo, sin embargo, las diferencias entre sexos se mantendrán estables.

En el caso español, la esperanza de vida de ellas al acabar el siglo alcanzará los 95 años y 89 en el caso de ellos. Si se realizan comparaciones entre comunidades autónomas (gráfica 3), las Islas Baleares, Navarra y Galicia registran una mayor esperanza de vida al nacer. Mientras que en el caso contrario se encuentran Castilla – La Mancha, Ceuta y Melilla.

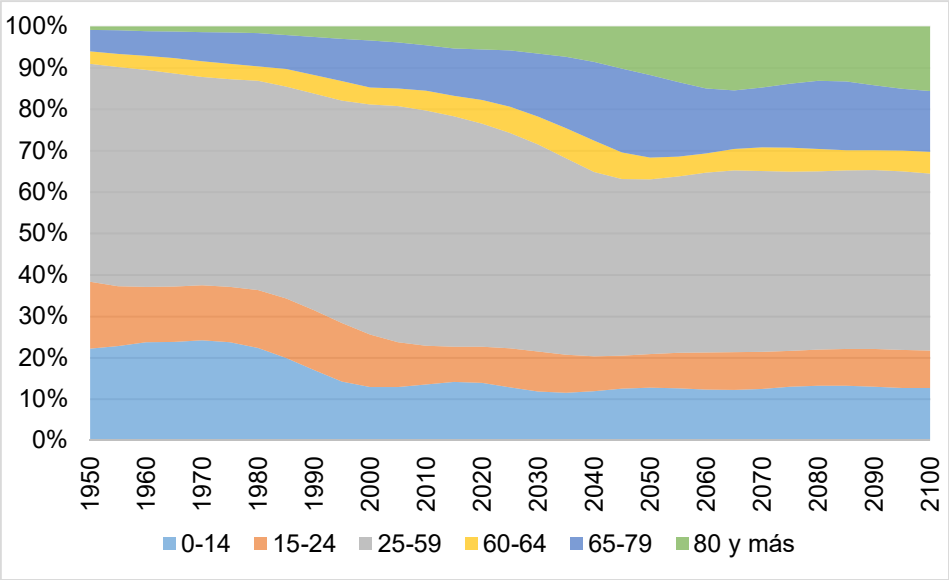
Gráfico 3. Esperanza de vida al nacer en España por Comunidad Autónoma. 2020.



Fuente: elaboración propia a partir de los datos extraídos del INE.

Como se puede apreciar en la gráfica 4, la llegada a edades muy avanzadas de sucesivas generaciones, unida a la mortalidad más tardía, aumenta el peso relativo de las personas que tienen más de 80 años, incluso entre el propio colectivo de los mayores. Según datos del padrón 2021, las personas de 80 y más años suponen en España un 6,04% del total de efectivos y un 19,64% de la población mayor de 65 años.

Gráfico 4. Evolución de los grupos de población históricos y previsiones de futuro en España. 1950-2100



Fuente: Elaboración propia a partir de datos de la ONU (2012).

La otra variable que influye en el envejecimiento de la población es la disminución de las tasas de natalidad. En España, esa tasa ha disminuido debido a la reducción experimentada en la tasa de fecundidad, lo que significa que cada vez hay menos nacimientos. Este decrecimiento de la natalidad puede ser debido a razones de diversa índole: económicas, culturales, existenciales, etc. España destaca por ser uno de los países no sólo de Europa, sino del mundo, con menor tasa de natalidad, una prueba de ello es que, en 1975, el indicador coyuntural de fecundidad, que mide el número medio de hijos por mujer en edad fértil, era de 2,77, mientras que en 2020 este valor descendió a 1,19.

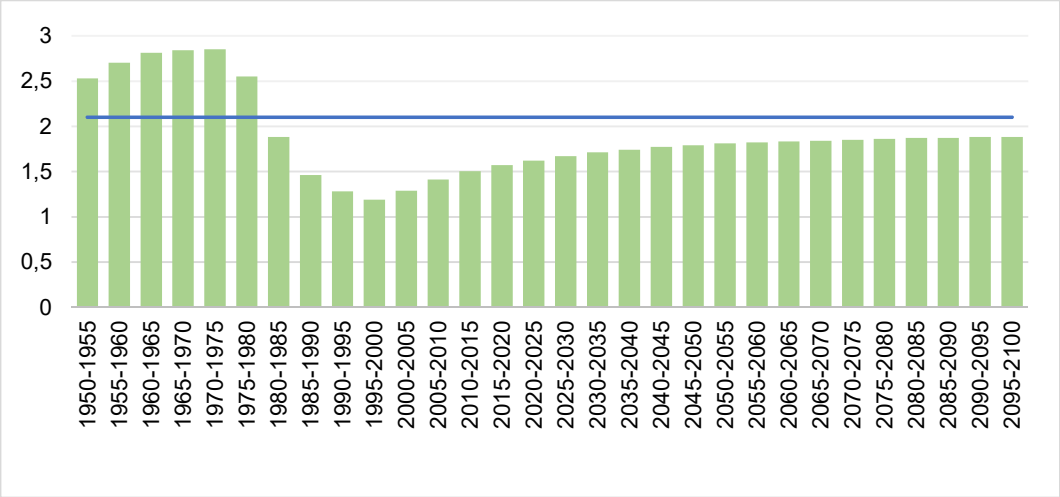
Tabla 1. Indicador coyuntural fecundidad en España. 1975-2020

Año	1975	1980	1985	1990	1995	2000	2005	2010	2015	2020
N.º dio de hijos por mujer	2,77	2,21	1,64	1,36	1,16	1,21	1,33	1,37	1,33	1,19

Fuente: elaboración propia a partir de los datos extraídos del INE.

En realidad, como muestra la gráfica 5, desde la finalización del fenómeno del *baby boom* a principios de la década de 1980, España nunca ha alcanzado la tasa de reemplazo generacional situada en los 2,1 hijos por mujer, si bien es cierto que desde el año 2000 se ha producido una leve recuperación que, según las proyecciones de la ONU (2012), parece que se mantendrá durante el siglo XXI. El repunte señalado se vio favorecido por la llegada de inmigrantes motivada por el crecimiento económico acaecido en el país en los primeros años del siglo, así, en apenas una década, la población extranjera pasó de representar el 2% en el año 2000 a superar el 12% en el 2010. La inmigración trajo consigo, entre otros fenómenos, estrategias reproductivas diferentes a las de la población española, aunque esta situación se vio truncada por la profunda crisis económica iniciada en 2008.

Gráfico 5. Indicador coyuntural fecundidad en España. 1950-2100



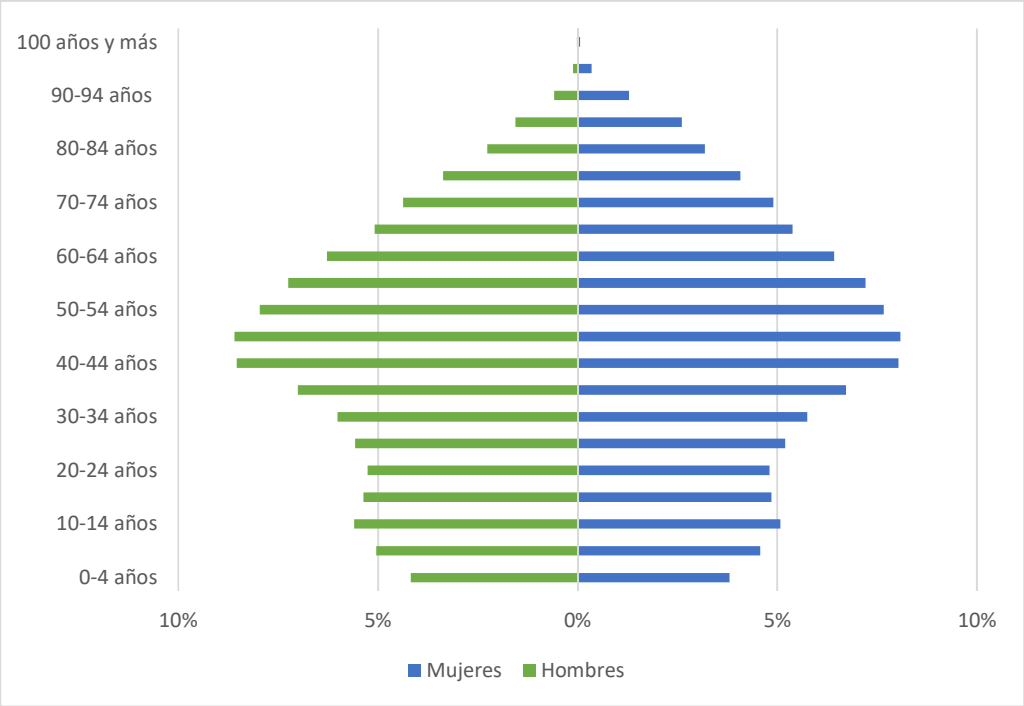
Fuente: ONU (2012).

El indicador coyuntural de fecundidad no es homogéneo y varía en función de las comunidades autónomas. Las Ciudades Autónomas de Ceuta y Melilla superan ampliamente la media española en 2020 (1,19) al registrar 1,52 y 1,71 hijos por mujer en edad fértil respectivamente, en el lado opuesto se sitúan Canarias (0,88), Asturias (0,92), Galicia (1,02), Cantabria (1,07) y Castilla y León (1,10).

Para el IMSERSO, los motivos de esta heterogeneidad se deben principalmente a los movimientos migratorios interregionales desiguales y no a diferencias en la mortalidad o natalidad (IMSERSO 2005). Del Rey, Cebrián y Ortega (2009) analizan la despoblación a lo largo del pasado siglo y principios del actual desde otro punto de vista, la migración femenina en edades reproductivas y la consiguiente disminución de nacimientos.

El descenso del índice de fecundidad y, por ende, de la tasa de natalidad, tiene un efecto inmediato en la pirámide de edades, de este modo, la pirámide poblacional, tal como muestran la gráfica 6, es típica de las sociedades fuertemente envejecidas, donde los estratos de mayor edad van ganando peso en detrimento de los más jóvenes.

Gráfico 6. Pirámide poblacional España. 2021



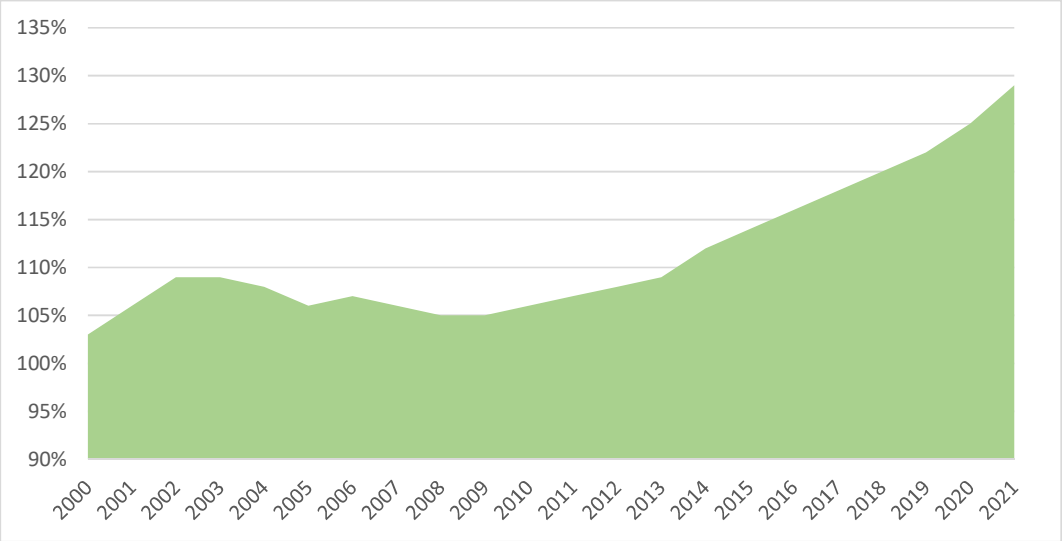
Fuente: INE

Por lo tanto, en las próximas décadas, el número de mayores aumentará de manera sustancial y, por el contrario, el grupo potencialmente reemplazador, que sería aquel que posee una edad comprendida entre los 15 y los 30 años, tenderá a disminuir en términos absolutos y relativos. En caso de cumplirse estas previsiones, la gráfica 6 podría evolucionar hacia representaciones con forma de pirámide invertida o incluso de T, donde el colectivo predominante sería el de mayores de 65 años.

El proceso de envejecimiento no se producirá por igual en todas las comunidades autónomas, de esta forma, según el Instituto Nacional de Estadística (INE), en el año 2021 las comunidades con una mayor edad media de la población son Asturias (48,78 años), Castilla y León (47,87 años) y Galicia (47,74 años); en el lado opuesto de las estimaciones se encuentran Melilla (35,99), Ceuta (38,30) y Murcia (41).

García y Martínez (2006) señalan la existencia de dos indicadores para medir la incidencia del envejecimiento sobre la estructura de la población: el índice de envejecimiento y el índice de dependencia. El primero se define como el cociente (en tanto por cien) entre la población mayor de 64 años y la población menor de 16 años; el segundo relaciona la población que no está en edad de trabajar (por ser menor de 16 años o mayor de 64) y la población que sí lo está (la comprendida entre los 16 y 64 años). El índice de envejecimiento en España ha aumentado en quince puntos desde el año 2000 al 2021 (gráfica 7), así, al inicio del siglo había 103,32 mayores por cada 100 menores de 16 y en el año 2021 la razón era de 129,11 mayores por cada 100 menores.

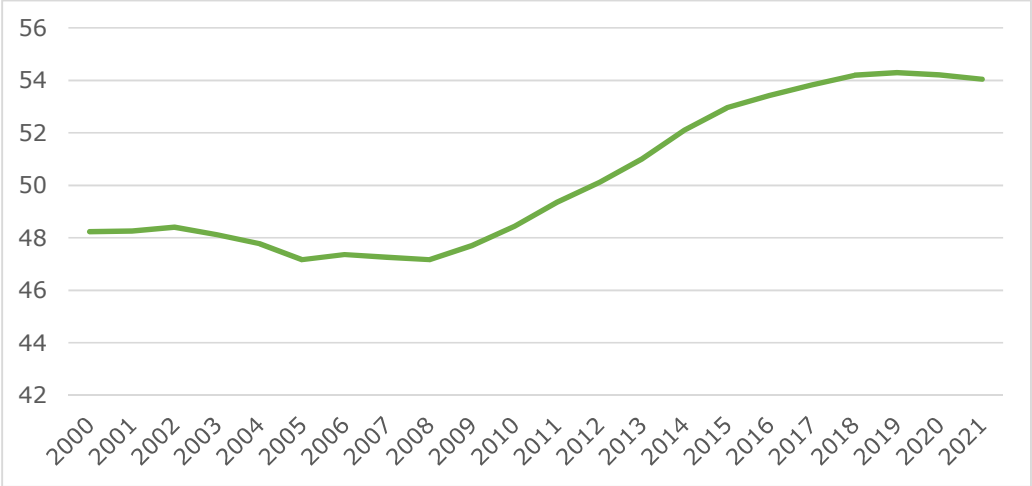
Gráfico 7. Índice de envejecimiento en España. 2000-2021



Fuente: INE

La tasa dependencia también se ha incrementado en el periodo comprendido entre 2000 y 2021. En el año 2000 había 48,23 dependientes por cada 100 individuos en edad de trabajar y el índice ha ascendido a 54,04 en el año 2021, así, desde el año 2012 es mayor el porcentaje de individuos fuera del mercado laboral que aquellos que potencialmente están edad de trabajar.

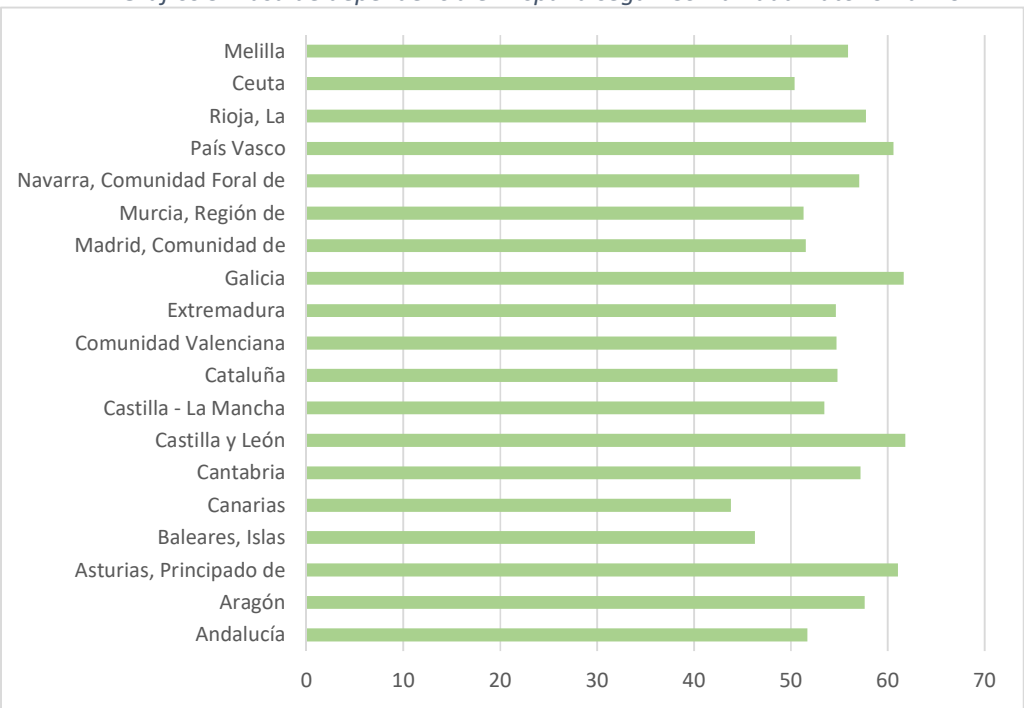
Gráfico 8. Tasa de dependencia en España. 2000-2021



Fuente: INE

En la mayoría de las comunidades autónomas ha habido un cambio en la estructura de la población dependiente porque el porcentaje de personas mayores ha crecido y el de las menores descendido.

Gráfico 9. Tasa de dependencia en España según Comunidad Autónoma. 2021

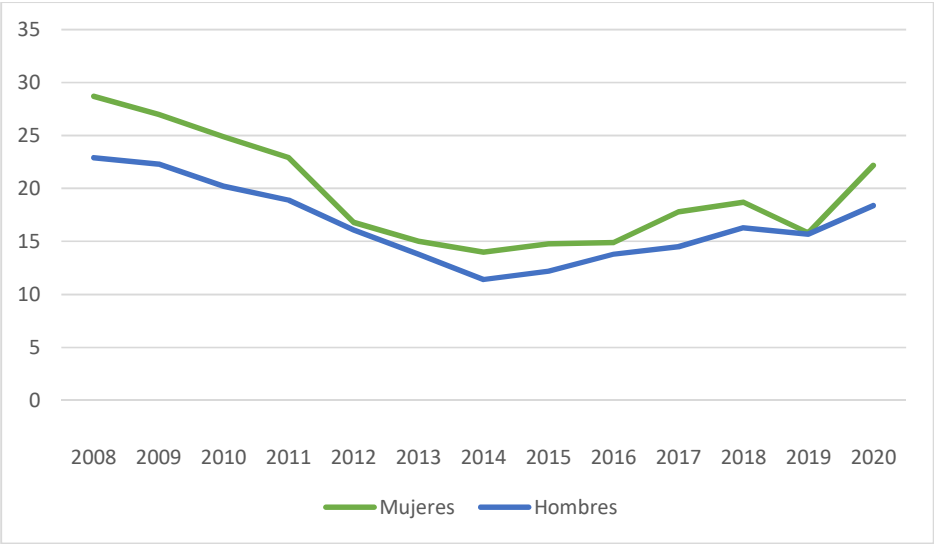


Fuente: elaboración propia a partir de los datos extraídos del INE.

En definitiva, tal y como se ha constado, el envejecimiento de la población española es un hecho que conlleva repercusiones a nivel social e individual. Dichas consecuencias, como analizaremos en el siguiente apartado, tienen una mayor incidencia en las áreas rurales.

En cuanto al nivel socioeconómico de las personas mayores en España, cabe destacar que según el INE[4] la tasa de riesgo de pobreza y/o exclusión social para las personas mayores de 65 años en 2020 era del 22,2% en mujeres y del 18,4% en hombres. Esta tasa obtuvo sus máximos en el año 2008 como consecuencia de la crisis económica (gráfica 10).

Gráfico 10. Evolución de la tasa de pobreza y/o exclusión social de las personas mayores de 65 años en España. 2008-2020



Fuente: elaboración propia a partir de los datos extraídos del INE. Indicador AROPE.

Si bien a pesar de que el VIII Informe sobre exclusión y desarrollo social en España realizado por la Fundación FOESSA (FOESSA, 2019) señala que la situación económica de las personas mayores ha mejorado respecto a los años anteriores a la crisis económica debido al aumento progresivo de la renta anual media.

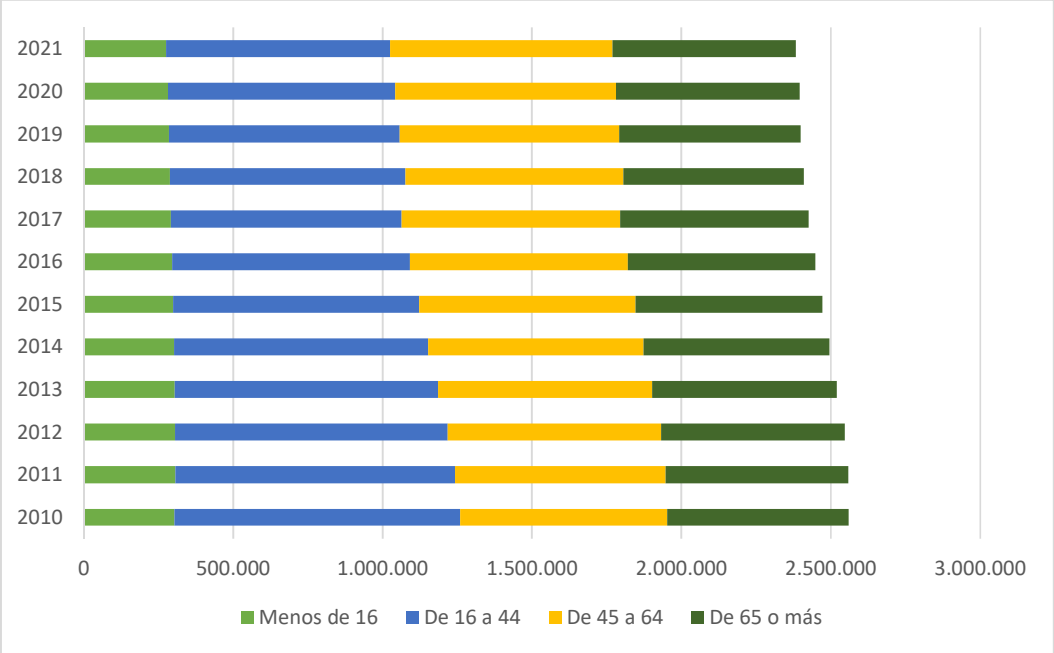
[4] https://www.ine.es/jaxiT3/Datos.htm?t=11201

3.3. El envejecimiento de la población de Castilla y León

El Consejo Económico y Social de Castilla y León (2010) apunta que los principales rasgos sociodemográficos que caracterizan la Comunidad Autónoma son: su extensión territorial, el elevado número de municipios, la dispersión geográfica, amplias zonas con baja densidad poblacional y una población envejecida con una alta esperanza de vida.

Gómez, Peláez y González (2011), afirman que dicho proceso de envejecimiento acaecido en la población castellano y leonesa se refleja en un continuado aumento de la edad media y en los cambios en el peso relativo de los grupos de edad. Así, como mostramos en la gráfica 11, desde el año 2010 los efectivos de ancianos duplican al de los jóvenes. Además, consideramos pertinente fijar nuestra atención en los grupos de edad intermedios. De este modo, comprobamos como la población comprendida entre los 16 y 44 años ha sufrido durante la última década un descenso de 205.976 individuos, mientras que el grupo formado por las personas entre 45 y 64 se ha incrementado en 51.414.

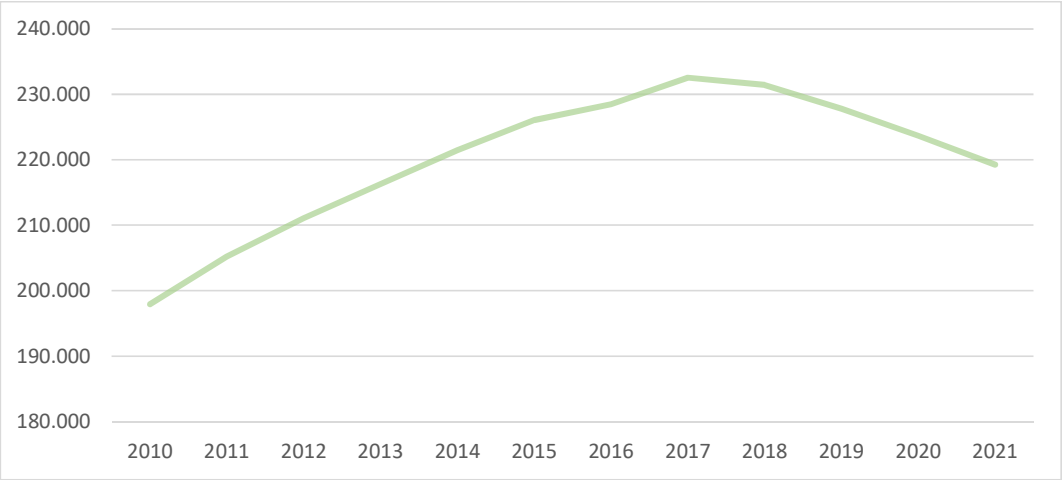
Gráfico 11. Número de personas pertenecientes a grupos de edad en Castilla y León. 2010-2021



Fuente: elaboración propia a partir de los datos extraídos del INE.

Asimismo, la Comunidad de Castilla y León ha alcanzado relevantes niveles de sobre envejecimiento, de esta forma, las cifras del gráfico 12 muestran que el número de personas que superan los 80 años ha sufrido un incremento de 34.619 efectivos en el periodo comprendido entre 2010 y 2017 y es a partir de entonces cuando la tendencia comienza a ser decreciente.

Gráfico 12. Evolución de las personas mayores de 80 años en Castilla y León. 2010-2021



Fuente: Elaboración propia a partir datos Padrón

Esparza (2011) también indica que la mayoría de los mayores dependientes en Castilla y León residían en los municipios clasificados como rurales, en concreto 54.440, o sea, el 55,9% de los mayores dependientes vivía en poblaciones inferiores a los 10.000 habitantes, mientras que el 44,1% restante tenía su residencia en los municipios de más de 10.000 habitantes. Por tanto, la dependencia en Castilla y León es un fenómeno con mayor porcentaje de casos en el medio rural que en el urbano, no coincidiendo esta situación con el resto de las comunidades autónomas.

El mayor porcentaje de las prestaciones reconocidas a nivel nacional son las de tipo económico para cuidados en el entorno familiar (30,68%) mientras que en Castilla y León son las prestaciones económicas vinculadas a servicios (32,45) (tabla 2). Siguiendo a Abellán, Esparza y Pérez (2011), podemos considerar, por tanto, que Castilla y León se enfrenta a varios retos: una elevada prevalencia en el medio rural, pero con pocos efectivos demográficos y recursos limitados para la provisión de cuidados.

Tabla 2. Porcentaje de prestaciones reconocidas sobre total solicitudes de ayuda dependencia Castilla y León. 2022

Tipo	2022
Prestación económica de cuidados en el entorno familiar	20,23%
Prestación económica vinculada a servicio	32,45%
Atención residencial	5,73%
Ayuda a domicilio	14,51%
Centro de día/noche	5,13%
Prevención y promoción autonomía personal	8,81%
Teleasistencia	11,96%
Prestación económica asistente personal	1,17%

Fuente: IMSERSO, estadística mensual SAAD.

Por lo que respecta a la atención residencial y los centros de día, la Junta de Castilla y León cuenta con un total de 68 centros, 20 residencias y 48 centros de día. En el caso de las residencias, la desigualdad entre el medio rural y urbano es enorme. Solo tres de las veinte residencias públicas para mayores se sitúan en el medio rural, en concreto, en las provincias de Burgos, León y Soria. Autores como Martín, Rivera y Gómez (2015) consideran que la atención residencial pública en las zonas rurales de la comunidad autónoma es insuficiente.

Tabla 3. Número de centros de día y residencias para mayores gestionados por la Junta de Castilla y León en Castilla y León.

	Centros de día		Residencias	
	Urbano	Rural	Urbano	Rural
Ávila	3	5	1	0
Burgos	5	0	4	1
León	2	4	3	1
Palencia	3	4	1	0
Salamanca	3	0	1	0
Segovia	3	4	2	0
Soria	3	2	1	1
Valladolid	1	2	2	0
Zamora	2	2	2	0
Total	25	23	17	3

Fuente: Estadísticas dependencia, Servicios Sociales, Junta de Castilla y León

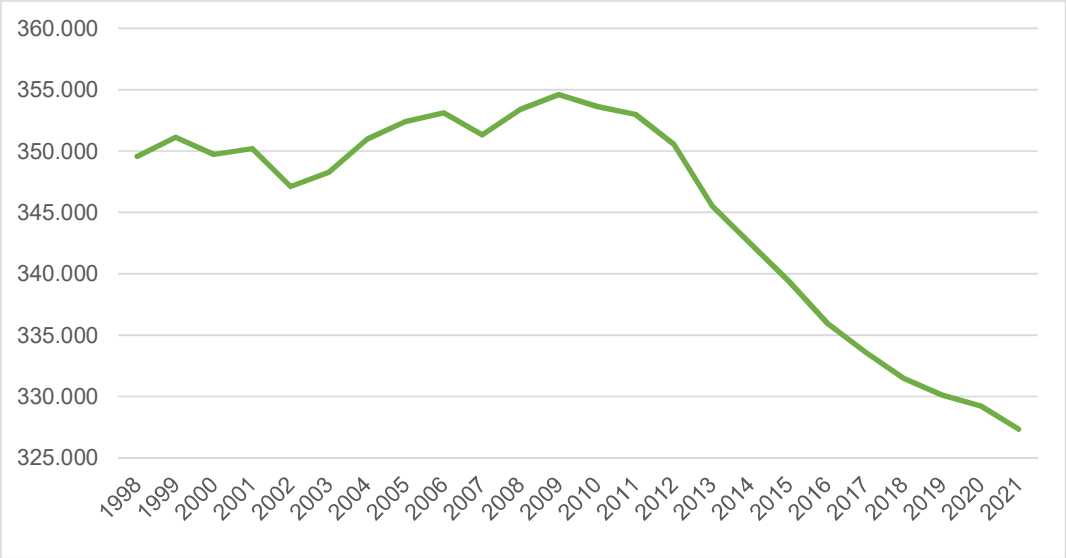
Es probable que el elevado coste y la baja rentabilidad que tienen las residencias y los centros de día en las zonas rurales repercuta en su implantación, así, en un contexto general de rentabilidad y competencia, suelen ubicarse en áreas más pobladas. De ahí, deducimos el motivo de su escasa presencia en el medio rural de Castilla y León. A esta escasa cobertura, se añade otro inconveniente: buena parte de las residencias y centros de día son gestionados por entidades privadas, de manera que las personas mayores de las áreas rurales, que suelen disponer de bajos ingresos, apenas pueden acceder a estos servicios (Martín, Rivera y Gómez, 2015). Esta situación conduce a que las prestaciones de servicios más extendidas en el medio rural de la comunidad sean la ayuda a domicilio y el sistema de teleasistencia como ya veíamos en la tabla 2.

3.4. Las personas mayores en la provincia de salamanca

La Provincia de Salamanca, situada en el suroeste de la comunidad autónoma de Castilla y León, cuenta con un total de 362 municipios y con una densidad de población de 27,1 hab/km^2. Esta cifra es ligeramente superior a la media de Castilla y León (25,42 hab/km^2), que ya de por sí es una de las más bajas del conjunto de España (93,55 hab/km^2 de media nacional).

La provincia contaba con 327.338 habitantes en 2021, de los cuales 158.874 eran hombres y 168.464 mujeres, que se corresponden con el 50,9% y 49,1% respectivamente. La evolución de la población de la provincia de Salamanca pone de manifiesto un doble fenómeno: la despoblación y el intenso envejecimiento de la misma. A partir del año 2009, fecha en que alcanzó el mayor dato de población con 354.608 habitantes, el número ha disminuido considerablemente, perdiendo más de 30.000 habitantes en los últimos 12 años (gráfica 13).

Gráfico 13. Evolución de la población en la Provincia de Salamanca. 1998-2021.

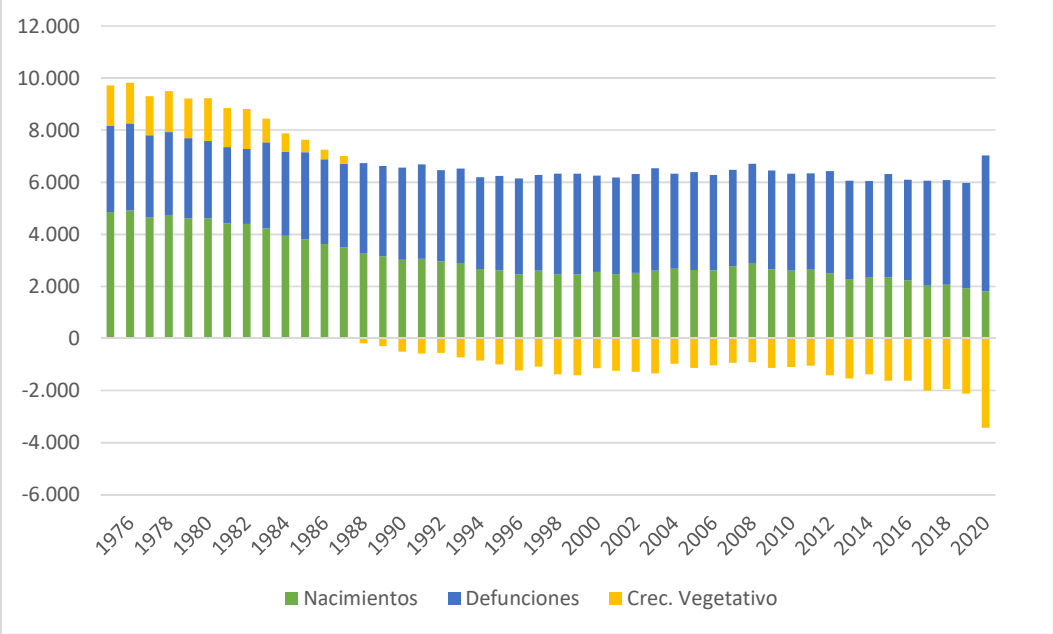


Fuente: elaboración propia a partir de los datos extraídos del INE.

El inicio de la crisis económica de 2008 provocó que la población rural española volviera a descender. Sin embargo, la principal diferencia con etapas de regresión demográfica anteriores es que la despoblación ahora no se explica por la intensidad de los flujos migratorios desde las zonas rurales hacia las ciudades u otros países, sino que es una consecuencia de aquellos, ya que produjeron un intenso envejecimiento y masculinización de la población rural,

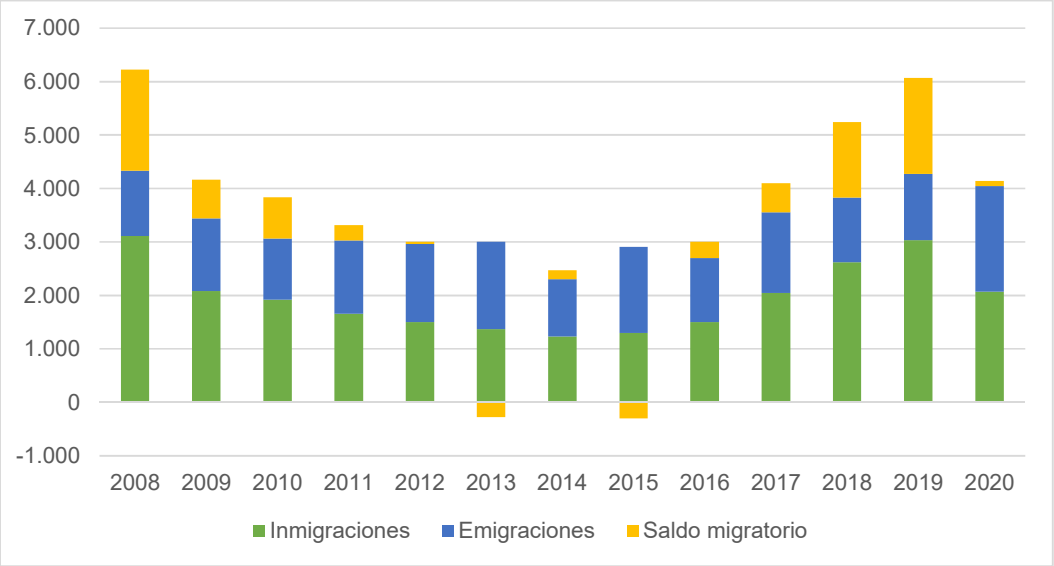
que ha terminado causando un exceso de defunciones sobre nacimientos. De esta forma, el crecimiento natural negativo (gráfico 14) ha reemplazado a la emigración (gráfico 15) como principal explicación de la despoblación (Pinilla y Sáez, 2021).

Gráfico 14. Evolución del crecimiento vegetativo en la provincia de Salamanca. 1975-2020



Fuente: elaboración propia a partir de los datos extraídos del INE.

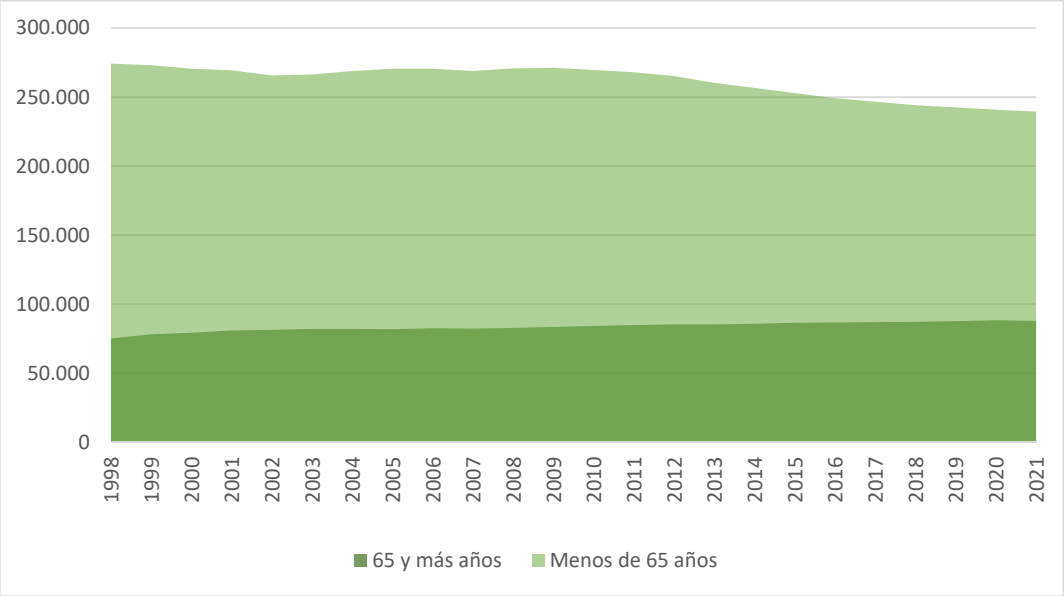
Gráfico 15. Evolución saldo migratorio en la provincia de Salamanca. 2008-2020



Fuente: elaboración propia a partir de los datos extraídos del INE.

En el gráfico 16 se puede observar la evolución del volumen de personas mayores (65 y más años) en relación con el total. Mientras la población total disminuye, el volumen de personas mayores de 65 años va en aumento. A finales del siglo XX, la población mayor de 65 años no superaba los 80 mil individuos, concretamente en el año 1998 había 75.271 personas. Sin embargo, en el año 2021 la cifra de personas mayores de 65 años en la provincia de Salamanca asciende hasta los 87.816.

Gráfico 16. Comparación de la población menor y mayor de 65 años en la provincia de Salamanca. 1998-2021

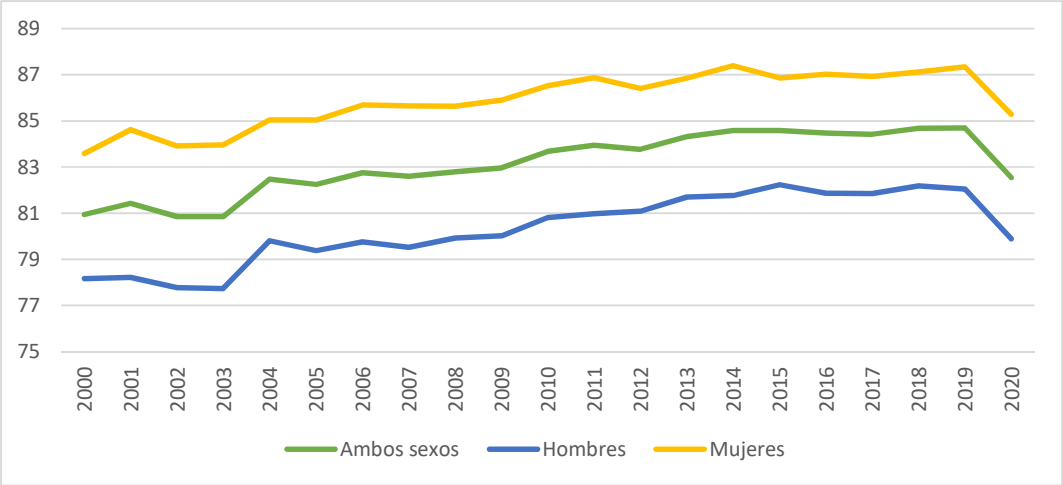


Fuente: elaboración propia a partir de los datos extraídos del INE.

El aumento del porcentaje de la población mayor en la provincia se debe a las mismas causas señaladas en el proceso de envejecimiento a nivel mundial y, en concreto, en el caso español: un aumento de la esperanza de vida y la disminución de las tasas de natalidad (García, 2003).

La esperanza de vida en Salamanca se situaba en los 82,54 años en 2020, 85,28 años en el caso de las mujeres y 79,89 años en los hombres. Una diferencia que alcanza casi 6 años. Cabe destacar que en el año 2019 la esperanza de vida alcanzaba los 84,70 años (87,34 en mujeres y 82,05 en hombres), cifra que se ha visto mermada al año siguiente por el aumento de la mortalidad debido a la COVID-19. No obstante, pese a la excepcional situación de pandemia, desde el comienzo del siglo XXI la evolución de la esperanza de vida al nacer ha sido de crecimiento.

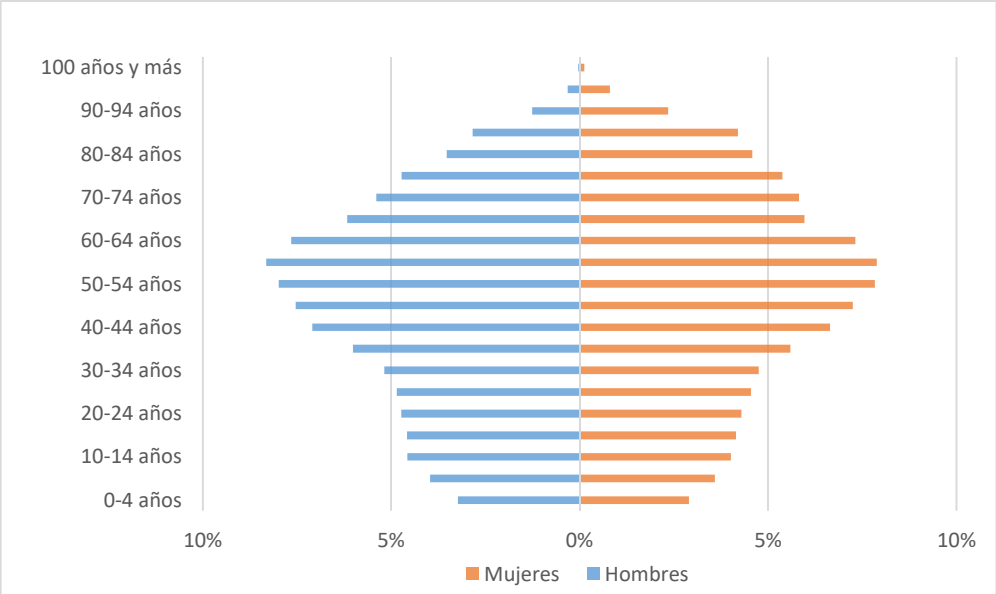
Gráfico 17. Evolución de la esperanza de vida al nacer en la provincia de Salamanca según sexo. 1998-2020.



Fuente: elaboración propia a partir de los datos extraídos del INE.

El indicador coyuntural de fecundidad, que mide el número medio de hijos por mujer en edad fértil, era de 2,10 en 1975, mientras que en 2020 este valor descendió a 1,06, por debajo de la tasa de España (1,19). Esta situación tiene un efecto inmediato en la pirámide de población, de este modo, tal como muestra la gráfica 18, es típica de las sociedades fuertemente envejecidas, donde los estratos de mayor edad van ganando peso en detrimento de los más jóvenes.

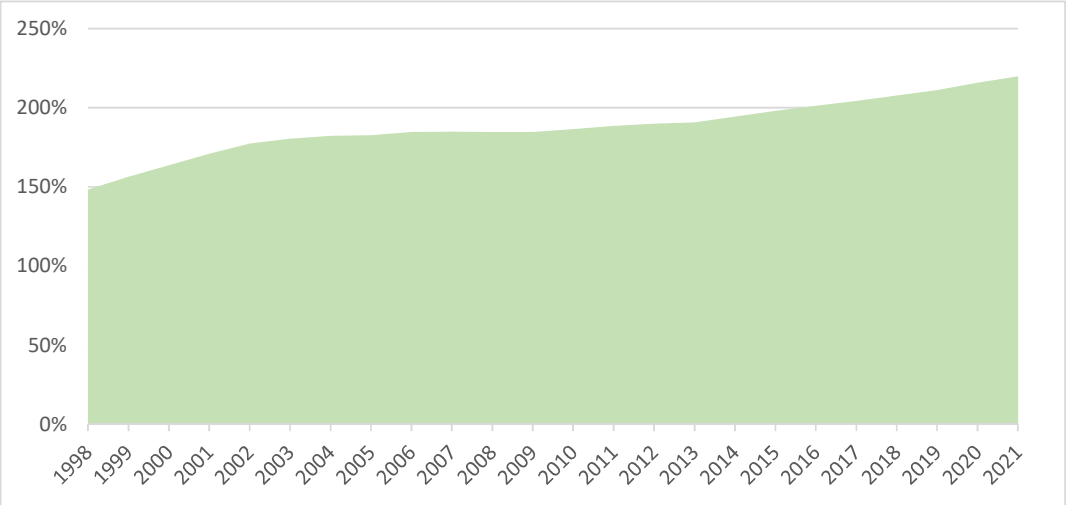
Gráfico 18. Pirámide de población provincia de Salamanca. 2021



Fuente: elaboración propia a partir de los datos extraídos del INE.

La edad media en la provincia de Salamanca era en 2020 de 48,27 años, 5 años por encima de la edad media en España (43,58). El índice de envejecimiento, calculado por el INE como la población mayor de 64 años entre la población menor de 16 años, ha aumentado considerablemente en Salamanca desde el año 1998 (gráfico 19). De esta forma, a finales del siglo pasado había 148,33 mayores por cada 100 menores de 16 y en el año 2021 la razón era de 219,96 mayores por cada 100 menores.

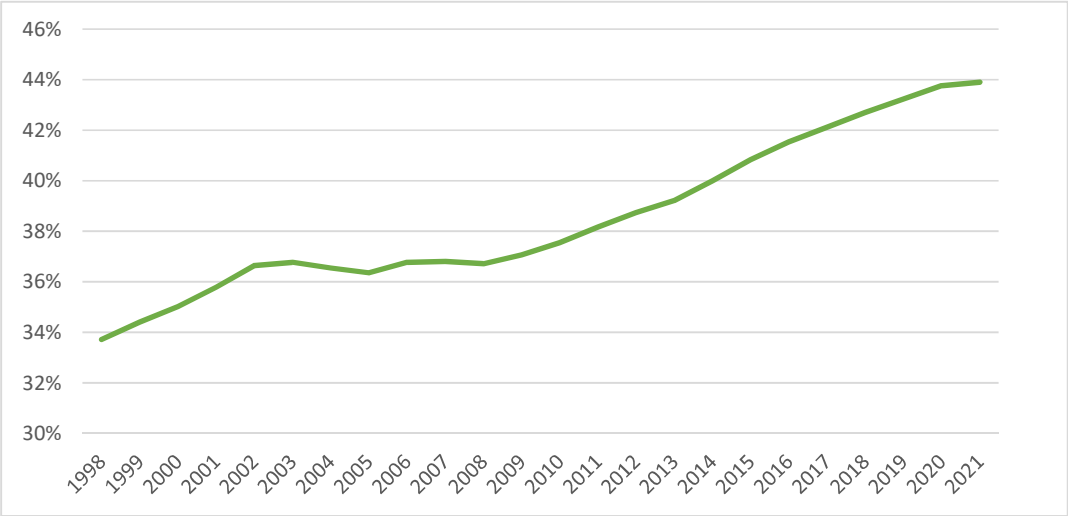
Gráfico 19. Evolución del índice de envejecimiento en la provincia de Salamanca. 1998-2021



Fuente: elaboración propia a partir de los datos extraídos del INE.

De forma paralela al aumento del índice de envejecimiento, la tasa de dependencia de personas mayores (que es la proporción de población mayor de 64 años entre la población en edad de trabajar) también ha experimentado un crecimiento. En el año 1998 se situaba en un 33,71% mientras que la cifra ha ascendido hasta el 43,91% en el año 2021, lo que significa que la tasa de dependencia de personas mayores ha aumentado un 10% en lo que llevamos de siglo.

Gráfico 20. Evolución de la tasa de dependencia de personas mayores en la provincia de Salamanca. 1998-2021



Fuente: elaboración propia a partir de los datos extraídos del INE.

En la provincia de Salamanca, según los últimos datos estadísticos mensuales sobre dependencia de la Junta de Catilla y León[5], en agosto 2022 había 16.809 personas dependientes con prestaciones reconocidas, de las cuales 6.904 (%) tienen su domicilio en el municipio de Salamanca y 9.905 (%) en el resto de los municipios de la provincia.

Lo que se traduce en que, en Salamanca, el 99,94% de las personas dependientes con derecho a prestaciones ya las reciben, este valor es superior en 13 puntos a la media nacional (87,21%). Por el contrario, las personas que esperan recibir su prestación suponen el 0,06% del total, inferior en 13 puntos a la media nacional (12,79%).

En lo que respecta al tipo de prestaciones reconocidas a personas mayores de 65 años en la provincia de Salamanca la tabla 4 nos muestra que en el año 2021 el mayor número de prestaciones entre las mujeres y hombres era la prestación económica vinculada al servicio, seguida de la prestación económica de cuidados en el entorno familiar y la ayuda a domicilio.

Es decir, en su mayoría, se beneficiaban de una ayuda económica destinada a subsanar los costes privados de servicios de atención residencial, atención diurna o ayuda a domiciliaria

[5] https://serviciossociales.jcyl.es/web/es/dependencia-discapacidad/prestaciones-dependencia.html

debido a la imposibilidad de acceder al servicio público o concertado adecuado para la persona en situación de dependencia.

Tabla 4. Número de prestaciones reconocidas en la provincia de Salamanca por grado de dependencia y sexo. 2021

Tipo	Personas de 65 y más años					
	Hombres			Mujeres		
	Grado I	Grado II	Grado III	Grado I	Grado II	Grado III
Prevención y promoción autonomía personal	57	55	99	46	99	328
Teleasistencia	342	219	91	1.117	544	282
Ayuda a domicilio	289	199	123	887	547	302
Centros día/noche	53	20	14	44	34	37
Atención residencial	8	50	97	5	88	320
Prestación económica vinculada al servicio	877	665	726	1.662	1.399	1.865
Prestación económica asistencia personal	7	10	9	21	25	13
Prestación económica de cuidados en el entorno familiar	287	322	285	591	621	661
Total	1.920	1.540	1.444	4.373	3.357	3.808

Fuente: Estadísticas dependencia, Servicios Sociales, Junta de Castilla y León.

En la tabla 5 se puede observar el importe medio de las pensiones en la provincia de Salamanca por sexo. Estos datos son orientativos puesto que recogen todo tipo de pensiones percibidas en el territorio, no obstante, el objetivo aquí es evidenciar la diferencia económica que se percibe según el sexo.

Tabla 5. Número de pensiones reconocidas en la provincia de Salamanca e importe mensual medio percibido según sexo. 2022

	Mujeres	Hombres
Número	35.523	39.972
Importe medio	972,90€	1.183,19€
Edad media	75,6 años	73,1 años

Fuente: elaboración propia a partir de los datos extraídos del Instituto Nacional de la Seguridad Social.

Esta diferencia de género estará determinada principalmente por la diferencia en las pensiones de jubilación, de viudedad y favor de familiares, es decir, a aquellas personas que han convivido y dependido económicamente de personas que ya han fallecido. En el modelo tradicional de familia las mujeres se dedicaban al cuidado del hogar y las personas dependientes mientras que los hombres eran quienes tenían un empleo reconocido y remunerado y quienes, por tanto, podían acceder posteriormente a la jubilación.

En lo que respecta a los datos concretos de jubilación, según los últimos datos ofrecidos por el Instituto Nacional de la Seguridad Social, en la provincia de Salamanca hay 52.113 personas que perciben una pensión por jubilación a 1 de septiembre de 2022 y cuya prestación media es de 1.153,30€. Dato que contrasta significativamente con el importe medio percibido por viudedad, 740,25€.

Tabla 6. Número de prestaciones reconocidas en la provincia de Salamanca por tipo. 2022

	Jubilación	Viudedad	Favor de familiares
Número	52.113	20.228	644
Importe medio	1.153,30€	740,25€	600,24€

Fuente: elaboración propia a partir de los datos extraídos del Instituto Nacional de la Seguridad Social.

3.4.1. Distribución de la población en el territorio salmantino

Dado el tamaño de la provincia, los desequilibrios en la distribución espacial de la población son muy importantes. De los 362 municipios salmantinos, en concreto 306 (84,53%) cuentan con menos de 500 habitantes; 19 municipios tienen entre 501 y 5.000 habitantes (5,24%); 9 municipios (Alba de Tormes, Béjar, Carbajosa de la Sagrada, Ciudad Rodrigo, Guijuelo, Peñaranda de Bracamonte, Santa Marta de Tormes, Villamayor y Villares de la Reina) cuentan con una población de entre 5.001 y 20.000 habitantes (2,48%); y solo Salamanca capital cuenta con más de 100.000 habitantes.

Tabla 7. Distribución de población en la provincia de Salamanca por tamaño de municipios. 2021

Tamaño del municipio (n.º habitantes)	N.º municipios
Menos de 101	86
De 101 a 500	220
De 501 a 1.000	27
De 1.001 a 2.000	13
De 2.001 a 3.000	4
De 3.001 a 5.000	2
De 5.001 a 10.000	6
De 10.001 a 20.000	3
De 100.001 a 500.000	1
Total, municipios	362

Fuente: elaboración propia a partir de los datos extraídos del INE.

Si la provincia contaba con 327.338 habitantes en 2021, casi la mitad de los salmantinos (43,76%) residían en Salamanca capital. En esta ciudad la distribución de población también pone de manifiesto una población mayoritariamente envejecida, siendo el índice de envejecimiento de 224,33 mayores por cada 100 menores de 16 años en 2021; y feminizada, puesto que el 60,34% de la población mayor de 65 años son mujeres frente al 39,66% hombres.

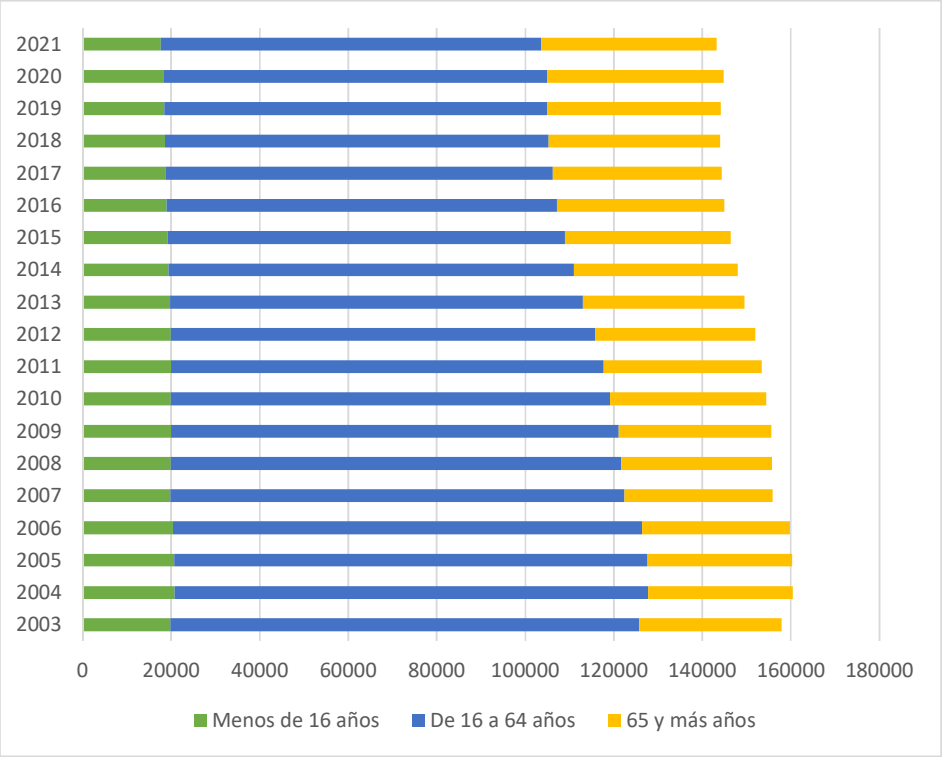
Tabla 8. Distribución de población en Salamanca capital por sexo y grupos de edad. 2021

	N.º de habitantes	Menores de 16 años	Entre 16 y 64 años	65 y más años	Índice de envejecimiento
Ambos sexos	143.269	17.677	85.937	39.655	224,33%
Hombres	64.867	9.079	40.064	15.724	
Mujeres	78.402	8.598	45.873	23.931	

Fuente: elaboración propia a partir de los datos extraídos del INE.

La capital, al igual que sucede a nivel provincial, ha experimentado un fuerte descenso de población desde comienzos del siglo XXI. Además, el volumen de personas mayores con respecto al total de la población también se ha visto intensificado (gráfico 21).

Gráfico 21. Evolución de la población en Salamanca capital por grupos de edad. 2003-2021



Fuente: elaboración propia a partir de los datos extraídos del INE.

Si ponemos el foco de atención en el alfoz de Salamanca (Aldeatejada, Cabrerizos, Carbajosa de la Sagrada, Carrascal de Barregas, Castellanos de Moriscos, Doñinos de Salamanca, Santa Marta de Tormes, Villamayor y Villares de la Reina) los datos de población en 2021 nos muestran que solo uno de ellos, Santa Marta de Tormes, superaba los 10.000 habitantes.

Asimismo, el índice de envejecimiento en los municipios que conforman el alfoz de Salamanca – tal y como lo calcula el INE (mayores de 64 años entre los menores de 16) – se podría decir que, de forma generalizada, es bastante elevado. Los mayores índices de envejecimiento se encuentran en Santa Marta de Tormes con 112,20 mayores de 64 por cada 100 menores de 16 y en Cabrerizos con 80,41 mayores de 64 por cada 100 menores de 16; frente a los municipios menos envejecidos que son Castellanos de Moriscos y Carbajosa de la Sagrada.

Tabla 9. Distribución de población en el alfoz de Salamanca por grupos de edad. 2021

Municipio	N.º habitantes	Menores de 16 años	Entre 16 y 64 años	65 y más años	Índice de envejecimiento
Aldeatejada	2.307	486	1.611	210	43,21%
Cabrerizos	4.284	730	2.967	587	80,41%
Carbajosa de la Sagrada	7.368	1.716	5.126	526	30,65%
Carrascal de Barregas	1.295	266	903	126	47,37%
Castellanos de Moriscos	2.809	706	1.915	188	26,63%
Doñinos	2.214	506	1.489	219	43,28%
Santa Marta de Tormes	14.646	2.123	10.141	2.382	112,20%
Villamayor	7.371	1.375	5.141	855	62,18%
Villares de la Reina	6.491	1.323	4.478	690	52,15%

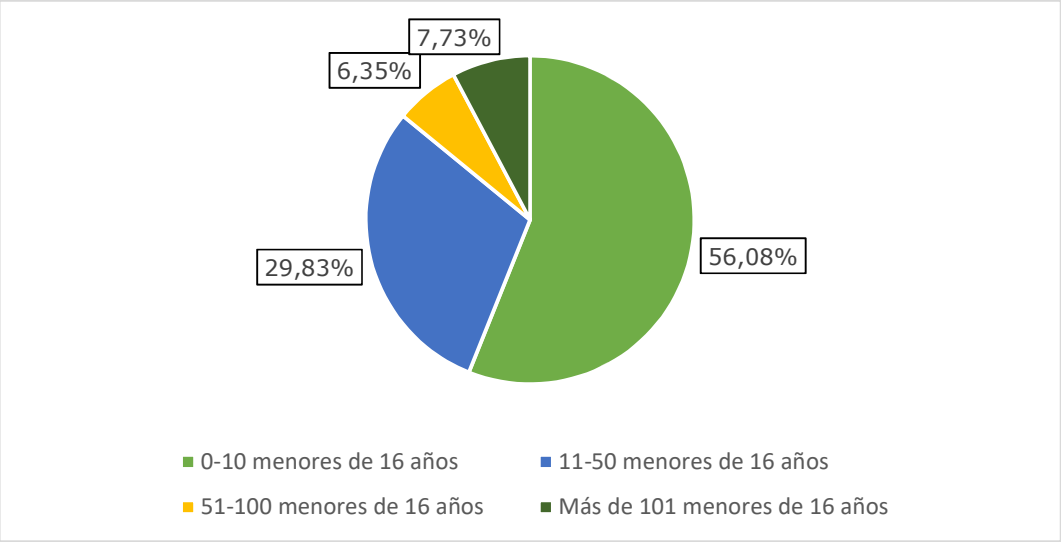
Fuente: elaboración propia a partir de los datos extraídos del INE.

Además de la capital y Santa Marta de Tormes, los municipios de Béjar y Ciudad Rodrigo son los más poblados con 12.269 y 12.065 habitantes respectivamente. Sin embargo, el hecho de ser municipios con un mayor volumen de población no los exime de estar envejecidos. Béjar tiene un índice de envejecimiento de 265,58 mayores de 65 por cada 100 menores de 16 años y Ciudad Rodrigo presenta un índice de envejecimiento de 248,62 mayores de 65 por cada 100 menores de 16 año según los datos del INE para 2021.

El resto de los municipios de la provincia presenta unos datos de población alarmantes. Como observamos anteriormente en la tabla 4 hay 86 municipios con menos de 101 habitantes. Pero lo más destacable son los datos relacionados con la natalidad y como consecuencia directa, con el envejecimiento exponencial en dichos municipios. Según los datos del INE, en el año 2021 había un total de 22 municipios en los que no había ningún menor de 16 años y otros 22 en los que solo había una persona menor de 16 años.

En la gráfica 22 se puede observar la distribución de porcentajes de municipios según el número de niñas y niños menores de 16 años. Más de la mitad de los municipios en la provincia de Salamanca (56,08%) tienen menos de diez menores de 16 años.

Gráfico 22. Porcentaje del total de municipios en la provincia de Salamanca con población menor de 16 años. 2021



Fuente: elaboración propia a partir de los datos extraídos del INE.

4. El día a día de los mayores salmantinos

El grupo de mayores que ha participado en las técnicas de investigación cualitativas (entrevistas y grupos de discusión) se sitúan entre los 70 y los 85 años, se caracteriza por ser ya casi en su totalidad jubilados. Comienzan a aparecer o a acentuarse problemas de salud que tienden a reducir la movilidad física y la capacidad psicológica. La mortalidad afecta al entorno familiar y social, reduciendo las redes sociales.

4.1. Actividad física

En cualquier caso, los participantes en el estudio mantienen, en su mayoría, una notable vida social, entorno a la familia y a espacios de reunión colectivos como las asociaciones de vecinos, los centros de mayores o las parroquias. También realizan una actividad física adecuada a su edad que les ayuda a mantenerse en buen estado físico y mental.

> *"Yo estoy en un grupo de mujeres, que solo somos mujeres, nos llamamos el grupo Tertulia, y ahí vamos los viernes, bueno éramos muchas para memoria y allí van unas el miércoles y otras el viernes, y luego los lunes tenemos todos los lunes reunión de todas, y ahora tenemos aquí los martes a gimnasia" (GD7.2)*

> *"Y luego está el hogar del jubilado que venimos los domingos, jugamos al bingo, hacemos cosas…" (GD2.3)*

> *"Yo tengo actividades lunes, martes, miércoles y jueves, el viernes ya es para ir con amigos" (GD3.1)*

"Caminamos todos los días prácticamente una hora por la mañana, o por la tarde, pero casi siempre por la mañana, y la verdad es que nos llevamos muy bien, nos comentamos cosas, nos cambiamos impresiones y bueno, pues siempre tenemos en la parroquia, los grupos que tenemos también de habilidades sociales, cosas de esas, pues... oye, nos ayudan mucho a tirar para adelante" (GD1.3)

"Yo camino muchísimo, hago mucho ejercicio, y luego actividades, el domingo los amigos, el fin de semana la familia" (GD3.1)

"Ahora vamos al coro un poquito de la parroquia, y alguna, de vez en cuando, luego el médico me dice que ande, pues si puedo andar, todo lo que pueda" (GD8.2)

"Me voy con mi hija, la mayor, que siempre está pendiente de mí, y dice, venga, anda, vámonos, bueno, pues vámonos, nos vamos a Salamanca, si tenemos que hacer algo y sino vamos donde una nieta, tomamos un café, damos una vuelta por Salamanca y nos venimos tan contentas" (GD5.4)

"Voy a barrer la parroquia, tengo... muchas actividades también, en el centro de mayores, me gusta lo de terapia ocupacional, la... lo de la salud mental, también voy a lo de memoria, en fin, me apunto a todo, porque... me gusta estar activa" (GD1.3)

"Tenemos un huerto, varios huertos en el pueblo, tengo gallinas, a mí me atraen los jabones artesanos, o sea, tenemos una jabonería, entonces estoy entretenida, me gusta mucho también salir a caminar, por la mañana y por la tarde y... luego la gimnasia pues la hago en casa" (GD1.2)

"Yo también voy a Botón Charro a bailar, y voy a la gimnasia, y bueno tengo también el huerto, que tampoco paro nada"(GD3.3)

"Yo me muevo, yo me muevo mucho, yo no soy de las que se queda en casa todo el santo día sin moverme, no, no, yo... me gusta moverme" (GD5.1)

"Hay que moverse, no dar trabajo a los demás, hacerlo nosotras" (GD5.4)

"Yo lo bueno que tengo que tengo un huerto ahí muy cerquita de casa y estoy todo el día en la calle" (GD12.4)

4.2. Participación en actividades

Las personas participantes hacen una buena valoración de la oferta de actividades organizadas que hay para su edad, tanto por parte de los ayuntamientos como por parte de asociaciones, parroquias u otras entidades.

"Pago los 15€ a gusto, desde el ayuntamiento es una actividad que hace el ayuntamiento, y bueno pues hay que pagar, no me importa pagarlos porque luego ya haces también un grupo de gente que cada dos por tres, decimos, venga, hacemos una merienda, vámonos de merienda" (GD3.3)

"La Universidad de la Experiencia, eso es algo, que hay que enmarcarlo y que si podéis aprovecharlo, merece la pena porque, de alguna manera, pues estás al día, te ponen al día de todo y... puedes, estar con más gente y demás" (GD1.4)

"La gimnasia, que nosotras venimos aquí y pagamos muy poquito, solo pagamos lo de la asociación" (GD4.5)

Sin embargo, podemos encontrar otros discursos. Personas de los barrios más humildes han manifestado sus dificultades económicas para participar en las actividades. Por otro lado, las personas residentes en los pueblos pequeños manifiestan que su oferta de actividades es menor y, en muchos casos, se reduce a acciones temporales, sin continuidad en el tiempo.

"Nosotras si nos cobran la verdad es que no vamos, tengo una paga pequeña y no da para eso" (GD4.4)

"Llevaba con el cartel de una excursión dos meses y medio, no se me había apuntado nadie, gracias a un patrocinador lo he sacado gratuito, y se han apuntado por eso, porque pagando no iba nadie, y se han apuntado 18, en un autocar de 50" (GD7.3)

"Ahora mismo lo que estamos comentando, hay pueblos que se están quedando desiertos porque ya no hay nada de actividad" (GD3.4)

"Pues en el pueblo se echa en falta más actividades, en verano hay muchas cosas pero cuando se van los veraneantes la cosa cambia mucho" (GD3.2)

"Me gustan las actividades, la pena que tengo que en Bocacara no puedo hacer como vosotras un voluntariado o algo, allí no hay nada, de nada" (GD3.6)

En cualquier caso, las actividades y las relaciones sociales que conllevan son consideradas beneficiosas para prolongar una mejor calidad de vida.

"Vas entendiendo que vas sumando años, pero, te das cuenta de que no te tienes que quedar atrás, tienes que seguir haciendo para que no se quede uno allí" (GD5.4)

"Que si hacer un curso de fotografía, que si hacer... de algo que nos guste, lo que no pude hacer durante el trabajo, lo estoy haciendo después, en la época de jubilado" (GD1.4)

"Por eso venimos aquí, porque para nosotras esta tarde, que estamos aquí 3 horas, es un alivio, juguemos a algo o hagamos menos, no sé, es un escape que tenemos ahí a la semana" (GD4.5)

"Bueno pues también me he apuntado también a labores de bolillos, pintura, para tener una obligación de que tenga que salir de casa" (GD3.5)

Buena parte de ellos participan también en excursiones y viajes en grupo organizados por las propias asociaciones de mayores en la mayor parte de los casos.

"Y bueno, pues nos lo pasamos bien, porque hemos hecho muchas salidas, salíamos mucho de viaje, y salidas de un día también, o aquí a Salamanca a ver cosas, lo que pasa que ya vamos todas muy mayores, porque de 80 para arriba hay muchas" (GD7.2)

"Excursiones sí, somos unos golfos venimos de una y estamos deseando que haya otra" (GD6.7)

Esta rutina de actividades se interrumpió con la llegada de la pandemia y las restricciones consiguientes.

"Me encanta caminar, voy 3 días a la semana a natación, como se cortó con el COVID... me gustaba mucho bailar, íbamos a una academia, pero bueno ahí se quedó" (GD1.1)

"Bueno estuvimos en tiempo paradas por el COVID, pero ya hemos vuelto a retomar y bien, yo por lo menos me encuentro bien" (GD8.4)

Pese a que las actividades han regresado a una relativa normalidad en el momento de realización del estudio, los participantes observan que no ha recuperado el nivel de asistencia y participación anterior. Inciden en la ausencia de personas habituales que no han vuelto a participar desde el inicio de la pandemia, algo que achacan al temor al contagio y la pérdida de esos hábitos y rutinas previos al confinamiento y al propio deterioro físico durante ese periodo.

"Somos gente mayor y dos años, dos años en gente mayor se nota mucho… hay gente que ya no va a salir" (GD2.3)

"Esto se ponía llenito, llenito de gente para tomar algo y el baile estaba siempre lleno ¡Eh! Había que esperar cola para entrar y desde la pandemia no se ha recuperado" (GD7.2)

"Es que antes que había el bar venía más gente, pero como no está el bar abierto, pues la gente tampoco se anima, porque venías, tomabas un café, tomabas algo, antes siempre había más gente" (GD7.4)

"Lo que pasa es que ahora nos hemos tenido que repartir también más, porque antes veníamos a gimnasia más gente, pero ahora eso lo hemos hecho en tres grupos para estar menos" (GD6.4)

"Las primeras excursiones no han salido, había alguno: es que yo... no sé qué, no sé cuál, y a otros ha habido como que animarlos" (GD6.7)

4.3. La familia: relaciones y cuidados

Otro elemento importante en el día a día de los mayores salmantinos es la familia. El cuidado de los mayores por parte de los hijos adultos es un recurso común en la mayoría de los países a excepción de los del norte de Europa, donde la provisión del estado, en gran parte a través de las administraciones locales, está muy desarrollada. Pero también en nuestro país nos caracterizamos por un mayor grado de interacción familiar y por una concepción de una familia extensa que es común a las sociedades de la cuenca mediterránea.

> *"Yo a mis hijos, enseguida recurro a ellos, porque enseguida me apañan las cosas y no tengo necesidad de que, como yo digo, de quebrarme la cabeza" (GD1.3)*

> *"Porque yo es que tengo una hija que vive aquí y, y, y todos, todos los días, al venir de clase. Trabaja, es maestra, y trabaja en el San Felices, trabaja en el cole, y al venir de clase todos los días sube a casa" (GD2.4)*

> *"Mi marido se jubiló, compramos una parcela y nos íbamos para allí tan ricamente, y mis hijos y mis nietos iban allí y disfrutaban un montón" (GD1.3)*

Los mayores que son abuelos son una pieza clave en la conciliación familiar todo el año y especialmente en época de vacaciones, cuando los padres todavía tienen obligaciones laborables. Los expertos coinciden en que se trata de algo positivo para los mayores y los niños, siempre que no se sobrecargue a los abuelos más allá de sus posibilidades.

Los discursos recogidos en el trabajo de campo están en consonancia con los resultados del Barómetro Mayores UDP de 2021 que sostenía que un "27% de los abuelos afirma que se

encarga del cuidado de sus nietos más de 10 horas a la semana. Además, el 16% manifiesta una dedicación semanal de entre 5 y 10 horas”[6].

> *"Que todo el día, abuela, ¡ahí te dejo a la niña! Y ¿qué hacemos? Pues hay que cuidarla, pobrecita” (GD3.6)*

> *"Viene mi nieto que viene de diario, comemos, se marcha para su casa, recojo, y me quedo viendo la televisión" (GD5.4)*

> *"Eso lo hemos hecho todos, y feliz con cuidar a un niño” (GD3.4)*

> *"Yo mis nietas, todos los días las tengo” (GD4.2)*

> *“Pero todos los días voy a casa de mi hija. Veo a los niños y juego con ellos al futbolín, al balón o a lo que sea.” (GD2.7)*

A pesar de que para muchos abuelos cuidar de los nietos y dedicarles su tiempo es una de sus máximas aspiraciones, también hay que tener presente que tienen derecho a disfrutar de su tiempo libre, a realizar viajes o actividades con otros mayores, por lo que el cuidado de los nietos no debe convertirse en una obligación que influya negativamente en su calidad de vida. Pese a todo, los mayores echan de menos a los nietos cuando éstos se hacen mayores y pasan menos tiempo con sus abuelos.

[6] https://www.mayoresudp.org/informe-del-mayor-udp/

"Luego ya depende de los años, cuando son pequeños hasta que se echan novia conocen el camino, luego ya se les olvida, se les olvida... llamar por teléfono, es mucho peor creo yo, he criado a unos pocos de nietos [...]. La mano se echa cuando son pequeños y te necesitan, luego ya... pues... pero son edades" (GD4.5)

Desde hace décadas, Salamanca pierde población por la emigración de jóvenes en busca de oportunidades laborales a otras provincias o a otros países. Son muchos los mayores salmantinos que tienen a hijos y nietos viviendo lejos de ellos. Además de no poder contar con su apoyo y su compañía, los participantes tienen una visión negativa de la provincia de Salamanca como lugar para que sus familiares puedan desarrollar una carrera profesional y labrarse un futuro.

"Cuanto tienes aquí los hijos dices: bueno, mi hijo me va aquí o mi hijo me va allí. Pero yo no los tenía aquí y a todos los papeles tengo que ir yo solo" (GD7.2)

"O sea que... tienen que salir si quieren conseguir algo, aquí no hay nada" (GD4.5)

"Mi nieta acabó la carrera, y como aquí no había oposiciones, opositó por Andalucía y allí está, allí aprobó" (GD4.6)

"Y un hijo que tenemos, pues en Madrid, vive en Madrid, pues viene varias veces y se está aquí 15 o 20 días conmigo" (E6)

"No, aquí no hay futuro" (GD12.5)

"Aquí la gente joven ha tenido que salir toda fuera de aquí porque no había para hacer nada aquí" (GD12.4)

Las personas mayores que no tienen a su familia cerca tienden a tener menor actividad social. En estos casos, se pasa mayor tiempo en casa y se hace una vida más sedentaria. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) el sedentarismo está aumentando en personas mayores y suele ser bastante común[7]. Estas se cansan con mayor frecuencia, tienen dolencias en distintas partes del cuerpo y muchas veces encuentran más sencillo quedarse sentados gran parte del día. Sin embargo, esto puede facilitar el desarrollo de nuevas patologías.

"Me pongo a hacer ganchillo, me pongo a hacer crochet, manualidades, mal no estoy. A mí me gusta mucho... hacer, y luego en las tardes también veo novelas" (GD5.5)

"Yo me paso la tarde viendo la novela" (GD5.1)

"En casa, pues la casa, la compra y estando en casa siempre tienes algo que hacer, o coser o planchar o limpiar o algo, y más no se puede porque no puedo" (GD7.4)

"Me quedo viendo la televisión, hago manualidades, luego me siento a ver la novela. No hago otra cosa, es una vida rutinaria" (GD5.4)

"A mí me vienen y me traen las cosas para coser, las hijas, porque les digo: si tenéis algo para coser y eso" (GD5.3)

[7] https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity

4.4. La vida en las residencias de mayores

También es mucho menos activa la vida diaria de los mayores que están en las residencias. En muchos de estos casos es el mismo deterioro físico que ha llevado a la situación residencial el que propicia el sedentarismo. Pero también encontramos otros factores como la apatía, el aburrimiento, la falta de compañeros para realizar actividades, etc.

"Hacemos gimnasia, un cuarto de hora o media hora, en el salón, y luego por la tarde, paseo mucho, lo que puedo, pero a ver, me cuesta más, me duelen las piernas" (ER1)

"Veo la tele, leer me gusta también leer, el periódico, leo libros, y ya me embaigo[8]. Ahora por las tardes salimos ahí un rato y nos estamos ahí hasta las ocho y media o las nueve, y luego ya entramos, y me gusta ver Pasapalabra, y así" (E6)

"Después de comer, de 5 a 6 un chinchón, y luego después de cenar, tres partidas de siete a tute. Este y yo, los dos solos porque el resto no está ni para eso ¿Qué te parece?" (E7)

"En esta hay mucha gente inválida, no sé cómo decirte, con sillas de rueda muy viejecitos ya. Quizá no tan viejos como yo, pero están mucho peor. Entonces no tienes mucha ocasión para relacionarte con ellos" (ER4)

"Ya me he acostumbrado, a todo se acostumbra uno, aquí no puedes jugar porque la mayoría de ellos no están capacitados para… para jugar. Aquí no, aquí no juega nadie a nada" (ER5)

[8] Entretenerse en alguna ocupación o diversión. (del verbo embaír, salmantinismo).

“Echo de menos pues eso, los paseos que daba por Salamanca, más agradable quizá que por aquí, estos campos” (ER4)

"Aquí no te dan los buenos días, que te dicen lo que te duele” (ER1)

"Lo que pasa, es que temas de conversación con muy poquitos, son todos la familia y la residencia” (ER3)

Por supuesto, la pandemia también ha supuesto una disminución de las actividades en las residencias, no solo las programadas por los centros sino también las que surgían a iniciativa de los residentes.

"Aquí hacíamos unas meriendas muy buenas, nos juntábamos 7 o 10 o 12, hacíamos una merendola buena, porque luego encima encontraba la gente dentro, la que venía de visita, y claro: "El próximo día traigo yo esto, y te ponías morado". Y claro, yo me acuerdo que el último día que fue en junio, en mi cumpleaños, estuvimos merendando 12, y al año siguiente ninguno. Joder, es duro” (ER3)

La falta de estímulos externos cuando se opta por llevar una vida sedentaria puede ocasionar problemas de ánimos en algunas personas, e incluso depresión. Además, la masa muscular se verá deteriorada poco a poco, haciendo que la persona mayor sienta un malestar general y la pereza gane a cualquier otro sentimiento.

En este sentido, los mayores en residencias demandan un mayor número de actividades que hagan su estancia menos rutinaria y que estas actividades sean variadas y adecuadas a las necesidades y estados psicofísicos de cada uno.

"Que esto es todo cuadrado y todo cuadrado, aquí no hay una distinción de uno quiere esto, el otro quiere lo otro, otro piensa de una forma, el otro de otra, y no hay... no hay una variedad, todos uniformados" (ER3)

"Aquí en las celebraciones no hacemos nada especial" (ER2)

"Aquí podrían hacer excursiones, no sé, aunque sea a Iglesias" (ER3)

4.5. Recopilando ideas

Los mayores salmantinos que han participado en el estudio mantienen una notable vida social en su día a día. Esta se desarrolla tanto en el quehacer diario (hacer la compra, dar un paseo) como en los espacios comunes (centros de mayores, actividades organizadas). Sin embargo, el impacto de la pandemia ha reducido la participación en reuniones grupales y, pese a que se está recuperando, no ha alcanzado todavía la dimensión previa al confinamiento.

Se demandan actividades gratuitas y más asequibles por parte de las personas con menos recursos económicos.

El acompañamiento y cuidado de los nietos es otra de las tareas más habituales entre los que tienen la fortuna (en sus propias palabras) de tener la familia cerca. Pese a cierta literatura que advierte de una posible sobrecarga hacia los mayores por parte de las familias, los participantes en el estudio expresan un sentimiento positivo por el cuidado de sus nietos, a los que extrañan cuando se hacen mayores y pasan menos tiempo con ellos.

A su vez, este colectivo, al tener un contacto diario con sus hijos e hijas, recibe un apoyo necesario para ciertas tareas que por sí mismos no pueden desempeñar. Estas son, por ejemplo, las gestiones con administraciones o empresas (papeleos), trámites con las entidades bancarias, compras online, traslados y transportes, etc. En cualquier caso, lo que más valoran es poder compartir tiempo con sus hijos y nietos. Muchos no pueden hacerlo porque Salamanca es una de las provincias más afectadas por la emigración (según datos del INE el 40,8% de los salmantinos nacido en la provincia no residen en ella).

En el caso concreto de las residencias, los participantes acusan una mayor monotonía y sedentarismo en su vida diaria que se vio incrementada durante la pandemia. Se demandan actividades más acordes a sus gustos y preferencias.

5. Identidad y relaciones intergeneracionales

El diccionario de la Real Academia Española define "vejez" de la siguiente manera:

1. f. Cualidad de viejo. 2. f. Edad senil, senectud. 3. f. Achaques, manías, actitudes propias de la edad de los viejos. 4. f. Dicho o narración de algo muy sabido y vulgar.

A continuación, transcribimos la definición de "vejez" ofrecida por la enciclopedia Larousse:

> 1. Calidad de viejo. 2. Último período de la vida del hombre. 3. Manías, actitudes o dichos propios de la vejez: Como no me digas más / vejeces, siempre hallarás / en mí una justa obediencia (Tirso de Molina). 4. Fig. Narración de una cosa muy sabida y vulgar: Se burlaban (los mosquitos), culpando / tales ponderaciones / como declamaciones / de apasionados jueces / amigos de vejeces (Iriarte). 5. Cosa vieja y desusada. 6. A la vejez viruelas, comentario que se emite cuando alguien hace o a alguien le sucede algo que ya no es propio de su edad, o cuando una cosa es tardía o fuera de sazón59"

Claramente, estas definiciones conceptualizan una idea negativa de la vejez que forma parte los discursos sociales y culturales. Si este concepto negativo se repite una y otra vez en el ámbito público, lo que se produce y perpetúa es la discriminación por edad.

A la discriminación por edad se la denomina 'edadismo'[9], un término que fue acuñado en 1969 por Robert Butler, quien lo definió como un proceso de estereotipos y discriminación sistemático contra las personas por ser mayores.

El edadismo se considera parte del sistema social cuyos miembros desarrollan desde una edad temprana un concepto negativo del envejecimiento; es decir, un edadismo

[9] En 1969, Robert N. Butler, siendo el primer director del National Institute of Ageing en Estados Unidos, acuñó el término ageism para hacer referencia a una experiencia subjetiva, una inquietud profunda y oscura, y una repugnancia y una aversión personal por la vejez, la enfermedad, la discapacidad y miedo a la pobreza, la inutilidad y la muerte.

interiorizado. Asimismo, los discursos sociales hegemónicos han retratado la vida tras la jubilación como un tiempo de decrepitud, fragilidad, dependencia, pérdida de vigor sexual, aislamiento social, pasividad, falta de atractivo físico e improductividad. Se impone la idea de que cuando una persona abandona el mercado laboral no puede seguir aportando valor a la sociedad.

Como la definición de la RAE pone de manifiesto, el lenguaje tanto escrito como visual tiene el poder de fijar los estereotipos, los prejuicios y la discriminación de las personas mayores. Este edadismo emerge en el ámbito social de muchas maneras; por ejemplo, en la forma en que nos dirigimos a las personas mayores: llamarles viejos/viejas, ancianos/ancianas, abuelos/abuelas o yayos/yayas es edadismo. Hablar de residencias de ancianos o asilos es también edadismo; como también lo es dirigirnos a las personas mayores usando diminutivos o infantilizándoles. Dar por hecho que las personas mayores no entienden de lo que hablamos es edadismo, así como pensar que no pueden aprender cosas nuevas ni enfrentarse a las nuevas tecnologías. También es edadismo decidir qué es lo mejor para ellos sin consultarles (ir a residencia o no, a quién contratar para su propio cuidado…), hablar por ellos y ellas, o hacer como si no estuvieran o no se enterasen, por ejemplo, en las consultas del médico o en el banco.

Bien al contrario, muchos de los mayores salmantinos que han participado en el estudio discrepan con la idea dominante de vejez como un periodo de decrepitud.

> *"Ser mayor es un número, es algo que te pone ahí el DNI, yo tengo 64 años, no me siento mayor para nada, estoy súper ágil, eh... Es decir, para mí, como lo importante es la mente, lo que hay aquí es cómo tú te vas a sentir luego. De acuerdo que, con los años, hoy me duele este dedo, mañana... Vale, eso no lo podemos cambiar porque eso es la propia vida" (GD3.1)*

> *"Me jubilé, y dije, ¿Y ahora qué es lo que voy a hacer? Bueno pues, la opción pues fue eso, buscarme cosas que hacer, y entonces me fui a voluntariado, me fui a la Universidad de la Experiencia, me fui a... he estado haciendo cosas constantemente, y no he dejado, o sea, porque es algo que... que oye, yo para ir a ver obras y tal pues no, pues para eso no, y entonces ese... pues yo me lo he*

planteado así, y dice mi mujer: "si es que no tienes tiempo para nada. Bueno, pero por lo menos yo me veo válido y estoy haciendo algo" (GD1.4)

"Una cosa es ser mayor y otra sentirse mayor" (GD3.2)

"Yo tengo los años que dice mi DNI, pero, pero yo soy, soy una persona feliz, alegre, eh... ocupo mi tiempo en hacer, ayudar a los demás... Siempre en positivo, en positivo" (GD3.1)

"La tecnología, si quieres abarcar mucho, te quedas anulada, pero si solo lo necesario, tienes conocimiento suficiente para usarla" (GD7.3)

No obstante, son conscientes de que sus capacidades han ido mermando con el tiempo y que va a seguir siendo así.

"No puedes hacer ni ir donde tú quieres, porque no te dan las piernas. No puedes, tienes que ir muy lenta. Te tienes que adaptar mucho, mucho a ti" (GD7.2)

"Yo lo que he notado de un año para acá es que soy más lenta, algo me está pasando que, como que, ya no desempeño tanto intelectualmente. A lo mejor físicamente no lo he notado tanto pero bueno, también, y se va notando que, que ya no tienes esa capacidad de hacer 2 cosas a la vez, o 3 cosas" (GD1.1)

"Lo bueno, bueno, ya se nos ha ido, ahora ya viene lo regulín, regulán, eso también está claro" (GD8.7)

"Claro, se hacen las cosas más lentas, también yo pienso que como tienes más tiempo, pues lo haces más lento, aparte de que tampoco lo puedes hacer más rápido, pero al tener más tiempo lo haces con más tranquilidad" (GD1.2)

"Yo me sentí feliz, porque el trabajo iba en decadencia, entonces no fue una época muy buena. Yo fui técnico en electrónica y entonces empezó a fallar el trabajo. Era autónomo y lo veía como bastante oscuro, y entonces digo: pues mira, no ando con más me jubilo y ya está" (GD1.4)

"Me cuesta caminar sí. Ahí, nada sentarnos un rato en el poyo y me paseo por aquí en casa por el pasillo, también" (E6)

"Cada año peor, de 80 años para acá hay un cambio..." (E7)

Lo cierto que no se puede homogeneizar el proceso de envejecimiento. De esta manera, evitaremos la discriminación hacia las personas mayores. No existe una única manera de envejecer, ya sea desde la condición física o la condición mental. Y así lo muestra el hecho de que crece la actitud de llegar a este momento de la vida con intención de disfrutar.

"Mayor es disfrutar de la vida, que anteriormente la habías tenido sacrificada por tu trabajo, o por tus hijos, o por un montón de cosas que están ahí" (GD3.2)

"La relajación que tienes ahora, no la tenías antes, ahora es vivir, ahora es vivir, antes era un sacrificio, un dolor de cabeza" (GD3.6)

"Antes tienes que estar pendiente del reloj siempre, ahora no" (GD3.7)

"La jubilación nos permite vivir mucho mejor" (GD3.4)

"Tienes tiempo para todo, te da tiempo para todo" (GD3.3)

La creciente presencia de prácticas de envejecimiento activo ha llevado a diferenciar entre la tercera edad y la cuarta edad. La tercera edad se caracteriza como la edad de la jubilación en la que destacan el ocio, la autorrealización, la salud y el compromiso social. En la tercera edad somos mayores, pero no 'viejos', con lo que la independencia o autonomía se mantiene.

Por el contrario, la cuarta edad implicaría la falta de autonomía e individualidad y la presencia de una muerte inminente. En la cuarta edad las personas mayores pierden capital social y cultural y son internadas en las residencias de mayores o relegadas a la reclusión en el hogar. Este cambio está presente en las reflexiones de los mayores salmantinos.

"Pero vamos, yo, me parece que cuando tienes que ir a una residencia, pues ya es cuando tú ya no puedes hacer vida tuya, ni... ni nada de nada, ni moverte ni nada, pues yo comprendo eso, que ya tienes que mentalizarte para decir: bueno, ya se acabó, esto ya se acabó y tengo que ir a otro sitio, porque sí" (GD12.1)

"Yo estoy en esa tesitura, hablando de residencias, que acabo de solicitar una y me voy, porque vivo sola, he estado mal varias veces, desde navidad para acá, y... y ya no, ya llegó el momento en el que... hay que valorar, lo bueno lo que dejas, y lo bueno que tiene lo otro, porque tiene bueno, y es mejor irme yo por mi propia iniciativa a que me tengan que llevar" (GD10.2)

"Ya allí, en la residencia, todo es extraño, aunque sean del mismo pueblo, pero ya es distinto" (GD12.5)

"Lo hablamos con mis hijos. Como ellos en realidad no podían, por su trabajo y eso, pues se habló entre nosotros y, para terminar de reponerme de la operación, como no podía estar solo en casa, pues vine aquí" (ER4)

Los que ya han llegado a la situación de residencia para mayores entienden que es la opción mejor dado que no quieren ser una carga para sus hijos o bien necesitan unos cuidados que éstos no pueden proporcionarles.

> *"Mi mujer no se puede ni sonar los mocos. Tuvimos 3 mujeres, una iba a levantarla y estaba hasta las 10:30, otra era de 12:00 a 15:00, que nos daba de comer, hacía la comida y otra iba a las 9:30 a acostarla. Pero claro toda la noche sola. Había que ir a comprar, poner lavadoras, tender la ropa. Las nueras son buenísimas, vienen a vernos casi todos los días, con nosotros todo el día hablando por teléfono… pero ellas no pueden hacer la casa. Entonces ya decidimos irnos y yo me vine por ella, para no estar sola, llevamos 64 años casados. Entonces, los últimos años de nuestra vida, ¿cómo la voy a dejar sola? ¿Y si hubiese sido al revés? Que pasa, ¿Me hubiese gustado a mí estar solo? Pues sí, lo he vivido, y estoy tan contento y tan feliz de estar aquí" (ER5)*

No debemos obviar que el énfasis que se pone en la idea de un envejecimiento exitoso puede culpabilizar de su situación a los enfermos crónicos, a las personas discapacitadas o a las que prefieren no ser activas o no pueden serlo por cuestiones económicas. En muchos casos, son los propios mayores los que se consideran una "carga" para su familia o la sociedad.

> *"Me da miedo ser una carga" (GD2.1)*

> *"Yo solo pido que funcione la cabeza para no ser una carga para mis hijos" (GD8.2)*

> *"Yo para los hijos no quería ser una carga, yo prefería ir a una residencia o a un sitio. Si pudiera ir, claro, porque hoy día de la manera que están las pensiones que tenemos no sé yo si nos dará para ir a la residencia" (GD12.1)*

"Mi hijo tiene que vivir su vida, yo ya he vivido la mía él tiene que vivir la suya" (ER3)

Esto contrasta con los valores con los que crecieron muchos de estos salmantinos de más de 70 años. Así, los mayores permanecían en sus hogares o bajo el cuidado de sus familiares, generalmente de las mujeres, y mantenían un papel relevante en el día a día del hogar.

"Antes en todas las casas hemos conocido el mejor sitio para el abuelo. En todas las casas, y si te pasabas, te daban un sopón, y no había ni denuncia ni nada. Tortazo, que vamos no volvías ni, ni... a nada, y ahora no" (GD4.4)

"Antes a los abuelos siempre los teníamos en palmitas, a los abuelos. Uy los abuelos. Lo que dijeran los abuelos estaba mejor. Ahora, si dices tú esto, ellos dicen al revés" (GD12.4)

"... yo a mis padres los he atendido yo, y mis suegros, yo los he tenido que atender y yo pienso que igual lo harán conmigo" (GD12.5)

"Y antes los mayores estábamos más respetados, parece que veías una persona mayor, montabas en el autobús: "Móntese usted, siéntese usted" (GD4.4)

Mirando hacia atrás en el tiempo, los mayores salmantinos tienen la percepción de haber vivido una vida más sencilla que la actual. En muchos sentidos, consideran que eran más felices pese a tener más carencias materiales que las generaciones más jóvenes.

"He vivido una vida muy rica. Para mí, muy rica. Y ya está, encantada" (GD1.3)

"Antes éramos más felices. Vamos, yo creo que sí" (GD12.5)

"Yo no cambiaría ni mi niñez, ni mi juventud, ni siquiera. Tuve una vida mala en mi matrimonio y tal, pero no lo cambiaria porque tengo 4 hijos geniales, maravillosos. Con eso me quedo, la vida te da unas cosas y te quita otras" (GD3.7)

"En los pueblos se vivió siempre muy bien. Aunque no hubiera dinero, no faltó para comer. Dinero a lo mejor no había, pero para comer no faltaba, porque había huertas, había ganado…" (GD4.5)

"Yo digo que la gente era más feliz que ahora la gente nada más quiere, buh, buh, buh, y nosotros antes con poquito que felices éramos. Que gloria cuando llegaba el domingo, que te tenías que cambiar, ponerte la ropa nueva para ir a misa, para ir luego al baile. Ahora, bah, le regalas esto y al minuto se lo pone, y antes teníamos los trajes del día Cristo, los del domingo, los de diario. Ahora, todo tirado, ahora todo tiran para la calle" (GD12.4)

Abundando en esta idea, los mayores de 70 años se consideran a sí mismos como menos materialistas que las generaciones posteriores. Argumentan que los valores tradicionales en torno a la familia y la religión son ahora sustituidos por el individualismo y el consumismo. Lo cierto es que diferentes estudios psicológicos muestran que aquellas personas que buscan la riqueza y basan su felicidad en el materialismo tienden a estar menos satisfechos y experimentan menos emociones positivas (López-Casquete, Muñiz-Velázquez y Gómez-Baya 2018). La línea dominante en la bibliografía insiste en vincular un mayor materialismo con una menor auto-percepción de felicidad y de bienestar, y con una mayor propensión a la depresión. Esta idea está presente en el discurso de los mayores salmantinos.

"Tienen las cosas más, qué sé yo, como más... que antes, antes no podíamos hacer muchas cosas porque no lo había y es que estábamos felices igual, vamos que tampoco es que por eso estuviéramos mal, estábamos felices, aunque no tuviéramos muchas..." (GD12.5)

"Antes no teníamos nada y éramos felices. Y ahora con mucho, no son felices" (GD12.2)

"Es a lo que se amolde, si uno se amolda, pues no puedo comprarme un televisor, pues no me compro un televisor, y de la otra manera, los niños de ahora todos tienen el móvil grandote. Si tú lo tienes grande yo lo quiero más. La Tablet, tres cuartos de lo mismo, y antes no, antes decíamos: bueno pues no se puede, vamos a jugar al escondite" (GD4.6)

"Nosotros hemos llevado una vida más sedentaria, no esta locura que hay hoy día, no hay este derroche, este derroche, eso lo hemos ido almacenando, que por eso hoy, todos los que estamos aquí, tenemos lo que tenemos" (GD3.2)

"Quizás éramos más felices sin tener nada, que ahora teniendo todo, porque quieren... son unos egoístas, quieren tener más cosas de lo que tienen. Y antes, aunque tuvieras un cacho de unas zapatillas estabas contento. 0 sea, éramos más felices, había también otra unión en las familias, otras cosas" (GD12.5)

"Uy, si sale eso nuevo, hay que comprarlo. Antes no, antes no teníamos que comprar nada" (GD12.4)

También entienden que el materialismo conlleva unas relaciones personales y familiares en las que tienen mayor peso la envidia, la hipocresía y la falsedad.

"Siento más sana la juventud, la nuestra que la de ahora, porque éramos más sinceros, no éramos hipócritas. Si yo tenía un problema, tenía la suficiente confianza para mi amiga íntima que yo tenía o para la otra decirle la verdad. Y ahora la visten, ahora la visten: "Ay pues me he comprado esto, fíjate que bonito, y me ha costado no sé cuánto y tal", y tú dices: ¿Cómo es posible? Pues lo nuestro era mucho más sano, yo tenía esto, yo me conformaba con esto y era mío porque lo tenía" (GD4.5)

"Hay mucha pica, en muchos sitios, en muchas familias no se tratan los hermanos" (GD12.5)

"Y los hermanos, hay muchos hermanos que no quieren saber nada unos de otros, porque tú tienes más que yo y yo no quiero, no quiero ser menos, y es lo que hay" (GD12.3)

"Y cuando más tienes más quieres, hay más egoísmo, más... otra cosa distinta" (GD12.5)

"Nos tenemos una envidia unos de otros que antes no era tan exagerada" (GD5.7)

"Porque están anhelando más, como hay tanto, anhelan. Nosotros no podíamos anhelar mucho, porque como no había, pues nos conformábamos con lo poquito que había" (GD12.4)

"No sé, somos más egoístas ahora que antes" (GD12.5)

En su recuerdo, las relaciones familiares eran más honestas y desprendidas. Echan de menos aquellos tiempos y lo achacan a la pérdida de valores tradicionales y un mayor interés por el dinero y las posesiones materiales.

"Porque el cariño que nos teníamos las familias de entonces era un cariño muy bueno, y ahora no lo saben revivir" (GD12.3)

"Los primos carnales que no se conocen los unos a los otros. Y los primos carnales de mi época como nosotros, nos queríamos como hermanos. Ahora escapan unos de otros, no sabemos apreciar lo que tenemos" (GD5.7)

"Nos llevábamos todos como hermanos, todos" (GD5.2)

"Ahora mismo una pareja, que ganas tú 20 y yo otros 20, ponemos para comer esto, y yo tengo mi cartilla y tú la tuya. Pero bueno, si yo siempre tuve lo mismo y nunca deseé más, también será que la mentalización nuestra, ya está..." (GD4.5)

"El más chico de los de casa es el que más manda, antes era el padre, pero ahora el que ves más chiquinino, ése es el que más manda" (GD12.4)

"En el momento que faltan los padres, cada uno tira para su lado. Los padres unen mucho, sobre todo los de antes" (GD5.3)

"Antes mandaban los padres y estaba todo bien gobernado" (GD12.3)

"Si entonces nos mandaban hacer una cosa, teníamos que hacerla, pero ahora la generación nueva no puede hacer lo que le mandan" (GD5.4)

"Éramos todos iguales y ahora no" (GD4.5)

Ciertamente observamos una nostalgia de un pasado en las que percibían unas normas o reglas claras. En el momento actual se pueden sentir fuera de sitio respecto de las personas más jóvenes.

Sin embargo, es necesario también indicar que también existe edadismo entre los mayores. Esto es, los estereotipos por edad contribuyen a una discriminación tanto hacia uno mismo como hacia los demás. Este edadismo también es intergeneracional y afecta a la percepción que las personas mayores tienen de los jóvenes. Por ejemplo, a los jóvenes también se los homogeneiza con características tales como que son irresponsables, incultos, conflictivos o vagos, entre otras.

"Yo pienso que hay dos clases de chaval. Hay muchos que se han implicado y son conscientes de todo, son estudiosos, respetuosos con los padres, no exigen nada. Entre ellos cuentan mis nietos, pero es que a lo mejor es porque tienen una base. Pero hay otros que no hacen caso a nadie, los niños ni trabajan, ni estudian, por favor. Y no pueden los padres con ellos, no tienen autoridad ya sobre ellos para decirles: esto es así y esto es así. Porque los amenazan con marcharse de casa, los amenazan con no volver, entonces los padres que hacen lo que quieran y que sea lo que dios quiera" (ER5)

"¡Antes la juventud yo creo que se tenía doble ilusión de lo que se tiene hoy día, porque como le dan tanto, venga y más, y venga. Antes como no teníamos na, gloria bendita, los muchachos jugaban con el aro, y nosotras a la yirumba y a la escoba, y a la comba. Ahora, ese aparato, el móvil, no puedes hablar con ellos, están en casa y si le preguntas alguna cosa: Venga abuela, déjame. Es el chisme ese, todo el día están con el aparato" (GD12.4)

"Nosotros íbamos a bailar, nos lo pasábamos muy bien. A las 11 de la noche nos íbamos para casa, no estábamos toda la santa noche de nocturnidad por ahí" (GD3.2)

"Antes llegabas a los 20 años o a los 18, te echabas un novio, un novio, y el respeto era mutuo, y sabías que hasta aquí podías llegar. Ahora hay un desmadre" (GD4.5)

En cualquier caso, los mayores salmantinos se sienten muy alejados de las vivencias y modos de vida de sus nietos en particular y de los jóvenes en general. Consideran que su generación pasó por grandes dificultades que la juventud no sabe valorar porque se han encontrado mayores facilidades y comodidades.

> *"Lo han tenido más fácil que las demás generaciones. Nosotros, por ejemplo, pues fuimos una generación que no tenías nada, no tenías nada de nada, de nada de nada" (GD12.5)*

> *"Nosotros lo vamos a pasar mal, pero los jóvenes... Porque no están acostumbrados a las vivencias que con unas patatas comías y andabas más lista que qué… y ahora son todo caprichos" (GD4.5)*

> *"No, no nos llaman mayores, es porque los jóvenes, los jóvenes encuentran algo en nosotros que no saben lo que nosotros hemos pasado, no se dan cuenta. Entonces ellos nos llaman mayores porque tenemos otra mentalidad que hoy día lleva la juventud, la juventud en hoy en día va muy adelantada, pero muy atrasada sobre nosotros, la juventud hoy no asimila lo que nosotros hemos pasado" (GD3.2)*

> *"No tenías agua, ni desagüe, ni neveras, ni... nada de todas esas cosas. Ni lavadora ni nada. Y ahora mis nietas, ya te digo, no se creen que no tuviéramos de eso, siquiera una nevera" (GD12.6)*

La distancia la perciben tanto en el abuso de las nuevas tecnologías, como hemos ido viendo al citar sus propias palabras, en la falta de atención a los mayores y en el uso de jergas y terminologías incompresibles para ellos.

"Hay unas palabras ahora que a ver quién las entiende, esto, esto, esto. Yo muchas veces digo, que lenguaje más distinto ¿no? Distinto al que teníamos antes. Y a ellos les dices cosas de antaño y no te entienden" (GD1.3)

"A veces sí que es verdad que hay como unas jergas o algo así que a veces con los chavales, les digo a los chicos, es que os limitáis mucho y utilizáis pocas palabras. En lugar de enriqueceros con el lenguaje, con las palabras y con todo, bueno pues..." (GD1.1)

"No se llaman ni por teléfono los muchachos y con lo de los whatsapp o lo de los esos se olvidan la gente hasta de hablar. Yo lo que digo que es cierto, le es más fácil poner, o sea, contestar por el teléfono que llamando y hablando" (E7)

"Ahora como muchos monólogos, muy monosílabos, como que los chavales no utilizan tantas palabras como nosotros para expresar y para decir" (GD1.1)

"Antes se bailaba 'agarrao' y tenías una conversación con el que estaba contigo, pero ahora, ahora es de otra manera" (GD2.3)

"Hay unos términos que, qué bueno... y además como están... son todos ingleses, y entonces nos los meten sí o sí. Ahí los tienes, entonces" (GD1.4)

Insisten en la idea de que los jóvenes van a tener una menor capacidad de adaptación a las dificultades que prevén para el futuro que la tuvo su generación.

"Nuestra generación tiene una gran capacidad de adaptación porque no teníamos nada y hemos ido subiendo. Pero las nuevas generaciones han nacido en una época de bonanza y ahora van para abajo y eso es más difícil" (GD9.2)

"Nosotros no lo vamos a pasar mal, porque nos vamos a adaptar a lo que tengamos. Y ellos no se van a adaptar. De momento, para adaptarse tiene que pasar tiempo, porque antes llegabas a casa y lo que estabas diciendo, estaban las patatas te servían y bien bueno está, y ahora llegan a casa: "¿Cómo patatas? Yo esto no quiero", y vas derecho a la cocina y pones la sartén y les haces lo que sea, y eso no lo vivimos nosotros" (GD4.4)

"Ahora también es un tiempo que están viviendo muy bien, vamos, depende también, pero que... no están acostumbrados a lo que hemos vivido los demás, eso es lo que yo quería decir" (GD12.5)

También las personas jóvenes interiorizan los estereotipos sobre la vejez lo que provoca una percepción negativa de los mayores. Con las crisis sanitaria y económica se ha producido cierto conflicto generacional (por ejemplo, el que resulta de culpar a los 'baby boomers' de la precariedad laboral que sufren los jóvenes y de la hucha de pensiones, o a los jóvenes de los repuntes en contagios durante las últimas olas de la COVID-19). Se ha de tener precaución con estas posturas que debilitan la necesaria solidaridad entre las distintas generaciones.

"Nos tratan como ignorantes ahora a las personas mayores" (GD4.4)

"Para que a nosotros nos llamen como nos llaman mucha juventud, vamos es que eso yo no lo admito, yo para eso tengo muy mala leche" (GD3.2)

"No te dicen ná, no te dirigen ni la palabra, esa es la realidad" (GD12.2)

5.1. Recopilando ideas

Buena parte de los mayores salmantinos que han participado en el estudio rechazan la visión de la vejez como un periodo de decrepitud. Exigen un trato que respete su dignidad como personas y que se les tenga en cuenta pese a su edad.

Ciertamente, son conscientes de las limitaciones que provoca el deterioro físico e intelectual pero quieren mantener su autonomía y su capacidad de disfrutar el mayor tiempo posible.

En este sentido, las residencias de mayores son vistas como el último recurso cuando no sean capaces de valerse por sí mismos. Se demanda una mayor ayuda en sus domicilios para necesidades puntuales (limpieza, acompañamiento, cocina, etc.) que les permita mantener su vida social y sus relaciones en su entorno más cercano.

Las redes familiares son un gran apoyo para aquellos que tienen a su familia cerca. Se trata de una generación que ha cuidado de sus padres y abuelos y que se debate entre esperar ese mismo trato por parte de sus hijos o desear no ser una carga para ellos. En cualquier caso, aquellos que tienen a su familia lejos son los que asumen con mayor facilidad que pueden llegar a ingresar en una residencia.

Por otra parte, los mayores salmantinos argumentan que su modo de vida ha sido más sencillo que el actual. De hecho, se consideran felices pese a haber experimentado mayores carencias materiales, algo que achacan a haber sido socializados en valores tradicionales en torno a la familia y la religión que ahora entienden que son sustituidos por el individualismo y el consumismo. Además, expresan cierta nostalgia de un pasado en el que percibían unas normas o reglas claras mientras que ahora se ven fuera de sitio respecto de la juventud actual.

Se ha señalado el concepto de edadismo cuando los estereotipos por edad contribuyen a una discriminación tanto hacia uno mismo como hacia los demás. Sin embargo también los mayores lo aplican a los jóvenes cuando generalizan adjetivos como irresponsables, incultos, conflictivos o vagos, entre otras.

6. Necesidades de las personas mayores en el ámbito urbano

Como ya se ha comentado, el grupo objeto de estudio se sitúa entre los 70 y los 85 años y se caracteriza por ser ya en su totalidad jubilados. Los problemas de salud empiezan a reducir la movilidad física y las capacidades mentales o psicológicas. La mortalidad afecta al entorno familiar y social, reduciendo las redes sociales de amigos, vecinos, familiares de la misma edad, etc.

> *"Luego llega el momento y... los echas mucho de menos (*hablando de familiares y amigos que ya han fallecido*) porque han sido muchos años. En la calle estás bien, pero entras... y estás sola" (GD7.2)*

> *"Se me murió mi hijo con 42 años, se murió mi marido, me quedé con mi suegra con ciento y pico años…" (GD3.4)*

Se acentúa la dependencia e incluso la necesidad de recurrir de forma permanente a centros geriátricos o centros de día. El espacio vivido se contrae, la ciudad aparece con toda su agresividad urbanística según se acentúa la discapacidad.

En cualquier caso, los participantes en el estudio mantienen, en su mayoría, una notable vida social, entorno a la familia y a espacios de reunión.

> *"De llenar el día, pues procuro llenarlo con cosas positivas. Por la tarde, pues venimos a pasar la tarde a jugar a las cartas, otra forma de relacionarnos" (GD5.6)*

"Yo camino mucho, vengo 2 días a gimnasia, y otros dos días a memoria. Luego vengo a echar la partida también" (GD6.4)

Una variable de gran importancia en la diferenciación de las identidades de los mayores es el género. Gran parte de las mujeres y hombres de esta generación han vivido papeles sociales muy marcados en su vida joven y adulta. Se mantiene una tendencia tradicional, en vías de superación, a relegar a la mujer al papel de ama de casa y a infravalorar su peso en la sociedad. Por otra parte, hay una feminización del envejecimiento al acentuarse el desequilibrio entre hombres y mujeres, a favor de éstas dado la mayor esperanza de vida femenina.

"Antes la vida era mucho más sana, te casabas, yo me casé muy joven, con 21 años. Me casé con un señor que tenía 30, fui novia toda la vida y fui muy feliz. Tuve 4 hijos en 8 años. No tuve que trabajar ni tuve que salir de mi casa, y mi marido era un obrero, pero viví muy bien. Es que ahora solo queremos más, más, no puede ser, no puede ser" (GD4.5)

"Yo quitando eso que digo, que es lo único que me arrepentiré siempre, casarme tan pronto y quedarme en casa sin trabajar por mi cuenta, cuidando del marido y los niños, pero lo demás bien" (GD7.4)

Las mujeres, al igual que los hombres, modifican su tipo de vida al jubilarse cuando han trabajado fuera del hogar. Pierden el espacio del trabajo que las ocupaba varias horas al día fuera del hogar. Reducen su movilidad cotidiana a favor de una permanencia mayor en la casa y en el barrio. Según diversos estudios sociológicos y psicológicos (Pérez, 2003) las mujeres, aunque hayan trabajado fuera del hogar, normalmente han soportado en mayor medida las cargas familiares y las actividades reproductivas, de forma que en el momento de la jubilación no sufren un cambio de identidad tan fuerte como los hombres, sino que simplemente comienzan una vida más tranquila en la que no tienen doble jornada. Su relación con el entorno residencial ha sido también mayor durante la etapa activa, de forma que no deben acostumbrarse a un espacio poco frecuentado hasta entonces, como les pasa a muchos hombres, simplemente acrecientan su relación con éste. En este sentido, las mayores

salmantinas tienen unas redes sociales más numerosas y más intensas que sus coetáneos masculinos.

> *"Con las vecinas charlamos. No nos vemos todos los días pero siempre que podemos echamos un parlado" (GD5.4)*

> *"Nos vamos de paseo a las 8:30, antes yo hago todo lo de mi casa" (GD5.3)*

> *"Los martes venimos aquí* (grupo de bolillo)*, todos los martes" (GD4.4)*

> *"Yo tengo una amiga en Salamanca, me voy a las 3 o 4, incluso a comer si quiero. Estoy aquí toda la tarde con ella y sí, vivo solo en casa, pero vamos, que tengo esa virtud de poder tener una compañía fuera de casa" (GD5.7)*

El caso de las amas de casa es un ejemplo claro de no vinculación entre jubilación y vejez. Estas mujeres viven más gradualmente su proceso de envejecimiento y apenas notan cambios en la actividad hasta edades avanzadas, en las que las tareas de la casa comienzan a resultar difíciles para ellas por razones de pérdida de capacidad y salud.

> *"No puedes hacer ni ir donde tú quieres porque no te dan las piernas. No puedes, tienes que ir muy lenta, te tienes que adaptar mucho, mucho a ti" (GD7.2)*

> *"Yo lo que he notado de un año para acá es que soy más lenta" (GD1.1)*

Si bien la jubilación de sus maridos sí las afecta en cierta medida y provoca cambios en las rutinas que venían manteniendo hasta ese momento. La presencia continua del marido en el hogar puede vivirse de formas muy diferentes. Para algunas mujeres resulta positivo contar con una ayuda y compañía que no tenían cuando sus parejas se iban al trabajo. Pero para otras,

acostumbradas a un determinado estilo de vida, lo viven como una carga añadida. La variedad de situaciones es lógicamente enorme y está muy relacionada con los comportamientos y conductas aprendidos y adquiridos por ambos cónyuges durante muchos años en los que la vida se había organizado con una clara separación de roles por razón de género. Por ejemplo, en muchos casos eran los maridos los que se ocupaban de trámites administrativos, gestiones bancarias, etc.

> *"Yo mi marido siempre hacía las gestiones y esas cosas. Entonces, yo no había ido ni a sacar dinero del cajero automático, por lo que he tenido que aprender, por supuesto. Porque ya es necesario que lo haga" (GD1.3)*

> *"Yo de lo que estoy muy pez, muy pez, desde que se ha muerto mi marido pues ahora con el banco. Todo, todo eso mis hijos son los que se ocupan de ir, incluso hasta ir a sacar dinero dice mi hija" (GD11.7)*

Algunas mujeres han apuntado que la convivencia con el marido no es o era la mejor y que su viudedad les permite una mayor libertad y tranquilidad.

> *"El día que falte no creo que tenga más falta de hombre, que a gusto madre. Yo muchas veces se lo digo a él, le digo: mira, yo ya no me separo porque somos viejos, digo, pero yo, ni tenía que reñir con nadie, ni tenía que estar pendiente si te gusta esta comida o la otra, digo es que es un agobio" (GD7.4)*

> *"Fue para mí una liberación* (la muerte del marido)*, una liberación, porque era una carga, pero yo lo pasé y sanseacabó" (GD7.3)*

Por otra parte, el espacio físico cotidiano comienza a dejar sentir sus irregularidades según avanza la pérdida de movilidad: escaleras, cierres de los comercios de proximidad, presencia o ausencia de plazas próximas, de lugares de reunión, alteran sus espacios de vida.

"No tenemos ni mercería ni tiendas de barrio" (GD4.4)

Además, se puede producir una desarmonía entre los deseos y aspiraciones de ambos cónyuges o por el contrario, la disponibilidad común de tiempo libre puede contribuir a desarrollar aspiraciones pospuestas: viajes, actividades de ocio que amplían así el espacio vivido de la mujer ama de casa.

"El problema es que hasta el día de hoy no sabemos disfrutar lo que tenemos o lo que ha habido" (GD5.7)

Los mayores de la ciudad de Salamanca se sienten ajenos al despliegue de las nuevas tecnologías en la vida cotidiana. Desde su punto de vista, no facilitan el acceso a los servicios sino que los dificultan. También se quejan de que, con la excusa de la pandemia, se han generalizado la falta de atención personal.

"Necesitan ponernos a los mayores al día con la tecnología y estar enterados para no dejarnos de la mano de Dios" (GD1.4)

"Sobre todo por el tema de la digitalización, que ahora todo, no hay, el tema de la presencialidad. Es que pasa, es que yo, tuve la sensación de que llamar a un centro de salud, y que como que tienes que insistir, insistir, insistir para que te den hora" (GD1.1)

"Yo muy mal (cita telefónica del médico)*, yo no entendía nada, tenía que ser siempre la hija la que me tenía que hacer eso" (GD6.1)*

"A mí la vida me daba la hija, porque rápido: ya tienes cita para la médica, ya tienes cita para no sé qué. Ahora mismo, sé que me van a operar porque la han llamado a ella, porque yo no he podido, no quiero" (GD6.2)

"Es que nos han acostumbrado al teléfono, también los médicos, y menudo chollo para ellos" (GD6.6)

"Tengo el móvil, que en el móvil puedo tenerlo y todo eso... No sé cómo funciona, no veas las que monto con él. Me apunto a todos lados y luego me llaman..." (ER3)

"Y marque el uno, marque el dos, marque el tres, y le cuelgo a usted mientras (problemas con las centralitas telefónicas)*" (GD4.7)*

Un ámbito muy sensible es el de la sanidad, en el que los mayores echan en falta más medios, mejor trato personal y demandan una mayor humanidad por parte de los médicos que los tratan.

"Si tienes un problema grave, voy a llamar a la médica, eh cita previa, 8 días, a los 8 días o te has muerto o te has curado, cuando vas a la médica ya, que te llama por teléfono encima por teléfono, ya me contarás" (GD6.7)

"Ahora mismo creo que estamos bastante peor con la Seguridad Social que cuando empezamos con la pandemia. El médico de cabecera, mira yo he tenido un problema, como todo el mundo a nuestras edades, pedir una cita y darte 16 días de espera, ¿cómo lo comemos?" (GD4.5)

"Te tienes que poner de uñas, y es que vas a una consulta presencial, y es que no hay nadie. Estás tú sola y ves todos los despachos que no hay nadie dentro. Está el médico solo y no le oyes ni que esté hablando con un paciente. Y luego dicen que si están saturados. Yo no entiendo" (GD6.3)

"Eso ya tenía que estar... fuera ya de todo, a la cita personal, que tú hables con la médica y dices: "Me duele aquí, me duele allí", que te mire, te ponga cacharrearse a ver "Sople" o "respire". Por teléfono ya me contarás" (GD6.7)

"Yo creo que los médicos están todos muy deshumanizados" (GD4.7)

"Digo por mis narices que ahora me atienden, pegué allí cuatro voces y les dije a las que estaban allí todas en las ventanillas "Sois todas unas sinvergüenzas, todas porque estáis mirando y no atendéis al personal" Ostras, bajo la médica y rápido me atendió allí mismo, es que son unos sinvergüenzas" (GD6.6)

Otro ámbito de descontento es el trato con las entidades bancarias que son necesarias en su día a día. Los cambios en la atención personal y los nuevos criterios de estas empresas suponen grandes inconvenientes para las personas mayores. De hecho, durante 2021 y 2002 se lanzó una campaña por parte un particular con el lema "Soy mayor, no idiota" que superó las 600.000 firmas y que ha propiciado que el Gobierno obligue a los bancos a modificar su trato hacia los mayores.

Juan Carlos Sanz, el promotor de la campaña, exponía lo siguiente:

"Tengo casi 80 años y me entristece mucho ver que los bancos se han olvidado de las personas mayores como yo… Ahora casi todo es por Internet… y no todos nos entendemos con las máquinas. No nos merecemos esta exclusión. Por eso estoy pidiendo un trato más humano en las sucursales bancarias. No paran de cerrar oficinas, algunos cajeros son complicados de usar, otros se averían y nadie resuelve tus dudas, hay gestiones que solo se pueden hacer online... Y en los pocos sitios donde queda atención presencial, los horarios son muy limitados, hay que pedir cita previa por teléfono pero llamas y nadie lo coge… Y te acaban redirigiendo a una aplicación que, de nuevo, no sabemos manejar. O mandándote a una sucursal lejana a la que quizás no tengas cómo llegar. Esto no es ni justo ni humano. Antes entrabas en la caja y hacías un pago o cualquier otra gestión. Pero cada vez más, para trámites sencillos, te exigen usar tecnologías complejas que muchos no sabemos utilizar. Muchas personas

mayores están solas y no tienen nadie que les ayude, y otras muchas, como yo, queremos poder seguir siendo lo más independientes posibles también a nuestra edad. Pero si todo lo complican y cierran las oficinas, están excluyendo a quienes nos cuesta usar Internet y a quienes tienen problemas de movilidad"[10].

Los mayores salmantinos refrendan con sus discursos las demandas de Juan Carlos Sanz.

"Te tienes que poner muchas veces de mala leche para que te hagan caso" (GD6.6)

"A mí me quitaron la cartilla. No me han dado cartilla, dicen que no, que no me hacían cartilla" (GD4.6)

"Yo no voy a un cajero porque no lo entiendo, voy al otro lado tampoco, sino fuera por los hijos hasta para llamar al médico para coger cita necesito" (GD5.7)

"No es el problema de hoy en día el dinero. El problema es que el pago de recibos por el cajero es que es imposible" (GD6.7)

"Yo fui a sacar dinero y por 2 minutos dice: No, no, ya no te puedo atender, tienes que pedir cita para mañana" (GD4.2)

"A mí me pareció muy mal eso de que pusieran un horario para ir a pagar recibos y te obliga a domiciliarlo todo, aunque no quieras. Entonces eso está muy mal" (GD1.2)

---

[10] https://www.change.org/p/tengo-78-a%C3%B1os-y-me-siento-apartado-por-los-bancos-todo-es-por-internet-y-no-todo-el-mundo-se-maneja-pido-atenci%C3%B3n-humana-en-las-sucursales-bancarias-bbva-caixabank-bankinter-santander-resp-sabadell-help-cabk-responde-bbvaresponde-es

En España las entidades financieras han eliminado una de cada cinco oficinas que tenían en diciembre de 2019, antes de la irrupción de la pandemia del coronavirus, situando su red en España en su nivel mínimo desde septiembre de 1976. Además, representa una caída del 58,8% respecto al máximo histórico de 46.118 sucursales que existían en septiembre de 2008.

Según datos oficiales del Banco de España, en cinco años han desaparecido el 40 % de las oficinas bancarias en la provincia salmantina, unos cierres que se han incrementado en los últimos meses y que están provocando destrucción de empleo vinculado al sector. Solamente durante 2021 echaron el cierre un total de 40 oficinas a lo largo y ancho de Salamanca, tanto en la capital como en las cabeceras de comarca o en los pueblos.

Pese a que la situación es más grave si cabe en los pueblos, el Defensor del Pueblo alertaba de la pérdida de servicios sobre todo en los barrios de rentas más bajas. Por ejemplo, en mayo de 2021 se anunció el cierre de la única oficina bancaria del barrio de Tejares, que dejaba sin servicio a miles de salmantinos.

En definitiva, las decisiones adoptadas por las entidades financieras en torno al cierre de sus sucursales y cajeros están acelerando el proceso de exclusión financiera de los mayores salmantinos al restar servicios de cercanía.

> *"Yo por eso, cuando voy a sacar dinero, yo entro al cajero dentro, o sea, entro dentro, a mí me lo das dentro" (GD6.7)*

> *"Yo la tarjeta no la he estrenado, ahí está, muerta en el cajón" (GD6.6)*

> *"Yo tenía falta de sacar dinero. Yo eso de ir con la tarjeta a la mínima, mi cabeza ya no entra todo, yo si va la hija conmigo sí, o con mi hermana mismo" (GD6.2)*

Otra preocupación de los mayores salmantinos es el encarecimiento de la cesta de la compra como consecuencia de la crisis económica derivada de la guerra entre Rusia y Ucrania. Según el último análisis de la Organización de Consumidores y Usuarios (OCU), la cesta de la compra ha subido de media en el último año un 15,2%, lo que supondrá un sobrecoste de más de 830 euros en el gasto anual de alimentación de una familia tipo.

Además, muchos de los mayores que han participado en el estudio tienen como principal o única fuente de ingresos sus pensiones, muchas de las cuales son de cuantía reducida.

"Nos están atacando por todos los sitios, lo poco que tenemos. Eso por un lado, y, por otro lado, no sé, según se está poniendo la vida nosotras que muchas somos viudas todas y que las pensiones no son del otro mundo..." (GD4.5)

"Todo sube y el sueldo es el mismo, ése no sube" (GD4.1)

"Se está aprovechando muchísimo la gente, ha subido todo mucho. Estuvimos los días esos que no teníamos aceite, el aceite de girasol no lo había. Cómo es posible que lo repusieran por la mañana, que todavía estaba en los almacenes, y que lo subieran 4 o 5 euros en el mismo día, eso es aprovecharse" (GD5.4)

"Las pagas no las suben pero todos los alimentos sí. Yo lo que peor veo son los alimentos de más necesidad: harina, pan, huevos, leche, patatas, es que esos alimentos es lo básico ¿Qué vamos a comer? Ni una tortilla francesa vamos a poder hacer" (GD4.3)

6.1. Recopilando ideas

Envejecer en la ciudad de Salamanca tiene matices propios. El entorno urbano es más hostil a medida que decaen las capacidades físicas e intelectuales. Sin embargo, facilita mantener una mayor vida social por disponer de más oferta de actividades y recursos específicos para los mayores.

En el caso concreto de esta generación observamos nítidamente un envejecimiento diferente para hombres y mujeres a rasgos generales. Ellas, que en su mayoría han sido amas de casa, perciben una mayor continuidad en su quehacer diario. Además, las mayores salmantinas tienen unas redes sociales más numerosas y más intensas que sus coetáneos

masculinos, que experimentan un cambio brusco a partir de su jubilación y se adaptan peor a los nuevos hábitos. En algunos casos esta nueva convivencia entre cónyuges produce malestar en la relación.

Los mayores, especialmente los de los barrios periféricos, demandan más espacios amigables (zonas verdes, bancos donde poder descansar, mejora de la accesibilidad). Denuncian la falta de mantenimiento y la consiguiente degradación de los espacios públicos.

A raíz de la pandemia han percibido un empeoramiento en los servicios públicos, especialmente en el caso de la sanidad, un ámbito muy sensible para este colectivo. Existe una palpable indignación con la atención sanitaria por teléfono, la necesidad de cita previa, los trámites con certificados electrónicos. Pero también con servicios privados como los bancos o las empresas proveedoras de energía o telefonía en la que señalan un trato abusivo y desconsiderado hacia los mayores. Expresado en palabras de uno de los participantes “lo llaman digitalización, pero lo que están implantando es deshumanización”.

Esta falta de trato personal también se expresa en forma de nostalgia del tejido comercial de barrio que se ha ido perdiendo. Estas tiendas no solo ofrecían un servicio sino que eran lugares de encuentro que facilitaban una intensa vida social. También extrañan el contacto más habitual con vecinos del edificio o del barrio y que observan cómo es mucho menor en las generaciones posteriores.

Por último, los protagonistas de este trabajo ven el futuro económico con inquietud debido a las recientes subidas de precio de los bienes básicos como consecuencia de la crisis energética, la guerra en Europa y otros factores. Esta preocupación es más intensa en las personas con menores recursos y capacidades económicas.

7. Necesidades de las personas mayores en el ámbito rural.

Afirma Camps (2004) que existen tres preocupaciones básicas en las personas mayores: una referida a la salud, otra al bienestar económico y otra a los apoyos y afectos. En cambio, existen diferencias significativas a la hora de que las personas mayores alcancen el bienestar si tenemos en cuenta el hábitat de residencia de la persona.

Siguiendo a Rodríguez (2004), las principales características del envejecimiento en el mundo rural se basan en la falta y/o inadecuación de los recursos formales para atender las necesidades de las personas mayores. Los servicios sociales que se han venido desarrollando en los últimos años para proveer necesidades de apoyo a las personas han seguido un modelo predominantemente urbano: los centros sociales, los centros de día y las residencias, tal y como se han diseñado e implementado, no llegan (no pueden llegar) a los núcleos pequeños de población. Y, por tanto, la red de cobertura de servicios y ayudas públicas en el medio rural es más débil que en las áreas urbanas (Camarero, 2009).

Una consecuencia de la falta de recursos y servicios en el medio rural es que la provisión de los cuidados recae sobre la familia o los cuidadores/as informales. Esto se debe, además de la falta de recursos formales, al fuerte arraigo de la familia tradicional en el modelo de bienestar mediterráneo (Martín, 2019).

Pese a lo recogido en la bibliografía, los mayores residentes en el medio rural salmantino han señalado de forma mayoritaria que la calidad de vida de los pueblos es superior a la de las ciudades. La preferencia es continuar su vida en el pueblo, en el entorno en el que han vivido siempre y donde tienen su red de apoyo.

"Hombre yo prefería estar en el pueblo antes de que ir fuera. Sí, si se pudiera, pero... vete tú a saber las vueltas que da la vida" (GD12.1)

"Yo prefiero vivir en un pueblo que en una ciudad" (ER2)

"Me dice mi hija pequeña: te tienes que venir para aquí para Salamanca que ves mucha gente, tal. Y le digo: vamos a ver, yo voy por la calle Toro veo mucha gente, no conozco a nadie, no hablo con nadie. Sin embargo, en Lumbrales (…) soy mucho más feliz, qué me importa a mí en la calle Toro o en la Puerta Zamora ver mucha gente". (GD2.6)

"Aquí en los pueblos lo que tenemos es que podemos salir a la calle y no te encuentras con nadie, no hay ningún problema" (GD12.5)

En los pueblos salmantinos encontramos también el perfil del emigrante retornado. Se trata de antiguos emigrantes que participaron en el éxodo rural de las décadas de 1960 y 1970 que al jubilarse regresan a sus lugares de origen con los que han mantenido una cierta relación a través de la familia y donde han conservado su casa y pequeños huertos.

"Yo he ido a Valladolid y he vivido en un piso 11, me asomaba a la ventana y me aburría tanto coche. Aquí abro la puerta, salgo a la acera y soy feliz" (GD2.3)

Además, hay que tener en cuenta la singularidad del territorio de la provincia de Salamanca, con un alto número de municipios, una baja densidad de población y un elevado índice de envejecimiento, hace que la atención de las necesidades de las personas mayores requiera de una inversión de medios y recursos significativa. La dispersión y la distancia de estos núcleos rurales entre sí y con referencia a las capitales de provincias, donde se ubican buena parte de los servicios más especializados de salud, económicos, etc., intensifican la complejidad para atender a la población (Rueda, 2016).

"Yo el día que hemos ido (se refiere a la dependencia del coche para ir al médico): *"me coge a las 9:00". A las nueve me recogía en la puerta, vamos al ambulatorio, mete el coche... aquí, subimos, me mira la médica, lo volvemos a coger, me vuelve a dejar en casa y ningún problema" (E7)*

"Hasta que no se ha ido, estaba aquí conmigo y teníamos una señora que nos atendía. Al marcharse ella a la residencia, por las mañanas el desayuno me apaño yo para hacerlo. Luego a la comida viene una señora de San Miguel y me hace la comida y luego por la noche me dan la cena" (E6)

Los cuidados y apoyos son una necesidad sustancial para comprender la calidad de vida de las personas mayores. Como ya se ha avanzado, en el medio rural, debido a la escasa oferta de recursos formales, el cuidado de las personas dependientes suele producirse en el hogar. Asimismo, como señala Martín (2019) la escasa oferta de cuidadores formales que desean prestar sus servicios en los domicilios provoca que gran peso de los cuidados acaban siendo cubiertos por la familia o los cuidadores/as informales que, en muchas ocasiones, no poseen los conocimientos sanitarios necesarios para proporcionar una atención adecuada.

Pero las opciones para la provisión de los cuidados informales en el ámbito rural no se agotan en los cuidadores informales o en la familia, sino que se extienden a las relaciones de amistad o vecindad.

"Pero antes las mujeres era distinto. Se trabajaba en el campo y donde fuera y atendías a los viejos y atendías a todos. Y ahora no porque es de otra manera, pero... yo a mis padres los he atendido yo, y mis suegros, yo los he tenido que atender y yo pienso que igual lo harán conmigo" (GD12.5)

No obstante, la red informal se muestra insuficiente para satisfacer las necesidades de cuidado de las personas mayores en situación de dependencia (Martín, 2019). Es entonces cuando se ha de plantear el abandono del pueblo.

"Pero vamos, yo, me parece que cuando tienes que ir a una residencia, pues ya es cuando tú ya no puedes hacer vida tuya, ni... ni nada de nada, ni moverte ni nada. Pues yo comprendo eso, que ya tienes que mentalizarte para decir, bueno, ya se acabó, esto ya se acabó y tengo que ir a otro sitio, porque sí" (GD12.1)

Para lo que sí resulta especialmente útil la red informal de apoyo es para incentivar la participación social, necesidad íntimamente relacionada con el envejecimiento activo.

El interés por participar no sólo permite a las personas mayores romper con la monotonía de la vida rural, salir de casa y conectarse con el mundo exterior, sino que además facilita tomar conciencia de los problemas que les afectan como personas mayores y les abre los ojos sobre posibles acciones a realizar, fomentando las relaciones sociales, potenciando la prevención y promocionando la salud. Así pues, fomentar las actividades participativas y colectivas es una de las demandas de los mayores de los pueblos más pequeños.

> *"Así no te puedes sentir mayor nunca, teniendo la mente ocupada y el tiempo ocupado" (GD3.1)*

> *"A mí, eso me llena. Yo creo que el tiempo hay que llenarlo con cosas que te gusten, con cosas que te llenen y nunca te sentirás mayor. Yo ya tengo casi 72 años pero me siento joven" (GD3.7)*

No obstante, en los pueblos de menor tamaño la red de apoyo informal se está viendo debilitada y, además, son escasas las estrategias que fomentan el envejecimiento activo en estos entornos rurales.

Los mayores salmantinos son conscientes de que el medio rural tiene muy poco atractivo para mantener a la población y/o para atraer a nuevos habitantes. La población joven y los inmigrantes extranjeros, muchos de ellos de origen urbano, no quieren vivir en el campo por la falta de servicios básicos y de equipamientos de ocio, por las dificultades para acceder a las nuevas tecnologías y porque no quieren trabajar en las actividades ligadas directamente al sector agrario por su mayor nivel de formación formal y solo surgen pequeñas oportunidades vinculadas al turismo rural o a los servicios de atención a los mayores.

> *"Lo malo de los pueblos es eso que... que se van envejeciendo mucho, la gente joven ya no queréis vivir aquí, venís de visita algún día, a los toros, a lo que sea pasarlo bien" (GD2.2)*

"Porque no hay trabajo, por eso no hay gente, porque no hay trabajo" (GD12.2)

"No, aquí no hay futuro" (GD12.5)

"Aquí la gente joven ha tenido que salir toda fuera de aquí porque no había para hacer nada aquí" (GD12.4)

Además, la falta de un umbral mínimo de población supone la desaparición o la falta de determinadas dotaciones y equipamientos lo que, a su vez, repercute negativamente en la aparición de nuevas actividades productivas alternativas y, en definitiva, en el mantenimiento de la población.

"Podríamos ser muy felices en los pueblos pero siempre que los dotaran por lo menos de unos medios mínimos, pero al paso que vamos van a terminar con todos los pueblos" (GD2.1)

"Lo peor que está es el coche de línea, que estábamos acostumbrados a ir cuando nos parecía a Salamanca. Vamos, cuando teníamos que ir o lo que fuera, y no teníamos que andar llamando ni pedir nada, y ahora si quieres ir solamente los lunes y los viernes y tienes que llamar por teléfono" (GD12.5)

"Claro, es que están perdiendo la España vaciada pero como no hacen nada la están vaciando ellos. Porque si no hay, no hay consultorio médico, quitan los cajeros, no hay bancos no hay de nada ¿la gente qué hace? pues se va, se va o si no se va, venir no van a venir desde luego" (GD2.3)

"Antes había de todo en el pueblo, de todo, había herrero, había de todo, ahora ya no hay de nada, nada más gente vieja que ya no valemos para nada" (GD12.4)

Una de las principales quejas es el cierre de las entidades bancarias que dejan amplias zonas sin un servicio que se considera imprescindible. Además, se trata de un proceso muy intenso en muy poco tiempo. Si analizamos los datos vemos que Castilla y León es una de las comunidades más afectadas por el cierre de oficinas bancarias en el medio rural, y también una de las que más sufre la despoblación, agravando los problemas de exclusión financiera cuando se produce la desaparición de las oficinas bancarias. La digitalización de los servicios bancarios se ha impuesto a la tradicional oficina bancaria, y las entidades financieras no han dudado en echar el cierre a centenares de sucursales en estos años, lo que está dejando incluso a un buen número de municipios sin ninguna oficina bancaria. Salamanca no es, ni mucho menos, ajena a esta situación.

Los datos del Banco de España constatan que en los municipios de menos de 5.000 habitantes de Castilla y León han cerrado 399 oficinas bancarias en cinco años (entre 2016 y 2021), mientras que en Salamanca han sido 58 las que han sido cerradas, pasando de las 107 contabilizadas en el año 2016 a 49 al cierre de 2021.

Salamanca es una de las provincias de Castilla y León que más oficinas bancarias ha perdido en el medio rural en estos últimos años, solo por detrás de León (con 85 cerradas en municipios de menos de 5.000 habitantes) y Zamora (59 oficinas cerradas). Le sigue Burgos, donde se han cerrado 55; Valladolid (49), Palencia (34), Ávila (22), Segovia (20) y Soria (17).

A cierre de 2021, según los datos del Banco de España, Castilla y León ha pasado de tener 950 oficinas bancarias en las localidades de menos de 5.000 habitantes a contar con 551, y distribuidas así por provincias: 117 en Burgos, 97 en León, 58 en Segovia, 53 en Zamora, 49 en Salamanca y Valladolid, 48 en Ávila, 46 en Soria y 34 en Palencia.

La progresiva eliminación de las oficinas de las entidades bancarias y sus cajeros en muchas localidades de la Comunidad e, igualmente, la paulatina supresión de los servicios con los que se pretendía suplir las consecuencias del cierre de esas oficinas, como los que se venían prestando a través de oficinas móviles por las propias entidades bancarias, es una realidad de la que incluso ha alertado el Procurador del Común de Castilla y León.

La exclusión financiera afecta de manera particular al medio rural, y en especial a las personas de mayor edad, las cuales tienen dificultades o les es imposible desplazarse a otras localidades por sí mismas, incluso para poder hacer las operaciones más habituales, como es el caso de retirar dinero en efectivo. A esas dificultades se une que, en muchos casos, además, esas personas pueden carecer de las habilidades digitales para operar de forma telemática e, incluso, de los medios electrónicos (ordenador, conexión a internet...) necesarios para hacerlo.

"Al banco me he tenido que adaptar. Nos han quitado la caja, solo tenemos los cajeros. Pero a mí me interesa la caja, porque ya me pone la cartilla al día, y yo con mi lupa veo lo que tengo, y veo los movimientos, y veo todo. Allí cada dos meses, o cada tres meses, según, saco 2000€, porque no puedo sacar menos, porque me cobran cada extracción 4€" (GD7.3)

"El del banco me dice: "coño usa la tarjeta, que no la has usado..." ¡Ni la pienso usar!" (GD6.7)

La resolución del Procurador del Común[11] tras la actuación de oficio y publicada el mes de mayo de 2022 recoge que:

"La incapacidad o dificultad de parte de la ciudadanía para el acceso y/o uso de servicios y productos financieros en el mercado, con el fin de satisfacer sus necesidades y mantener una vida socialmente normalizada, no es una preocupación novedosa. No obstante, recientemente, está tomando protagonismo la conciencia sobre un tipo de exclusión financiera, la geográfica o territorial, que implica la ausencia de servicios financieros accesibles a través de al menos una sucursal bancaria en un municipio o territorio concreto".

En consecuencia, insta a las Diputaciones provinciales de la Comunidad para que:

"Lleven a cabo las acciones necesarias para suplir la carencia de los servicios prestados por las entidades bancarias a través de sus oficinas y cajeros, teniendo como marco fundamental de referencia la atención de las personas más vulnerables ante la brecha digital existente, así como la eliminación de los obstáculos que se presentan en el ámbito rural para acceder a todo tipo de servicios".

[11] https://www.procuradordelcomun.org

En las zonas rurales de Salamanca la población está más expuesta a la falta de servicios digitales básicos, como el acceso a internet por fibra óptica y un proveedor de servicios de calidad.

Y esto es importante ya que tal y como anticipó Castells en su influyente obra *La era de la información* (2006), la red ha cambiado nuestra forma de vivir, pensar y relacionarnos con lo que nos rodea: familia, amigos, pareja, administraciones, bancos, mercado laboral, comercio o medios de comunicación. Se trata de un mundo cuya principal característica es el acceso instantáneo al conocimiento a través de internet. Barreiro, en la reciente publicación *La sociedad que seremos* (2017), apunta que en la sociedad digital viven aproximadamente tres cuartas partes de la población de nuestro país.

Sin embargo, el desarrollo desigual de la red en los diferentes territorios produce un nuevo tipo de exclusión social: la e-exclusión. Consiste en las diferencias socioeconómicas y culturales producidas entre quienes pueden acceder de forma cómoda y rápida a internet y los que no y, por tanto, quedan al margen de la nueva realidad social que se construye. Estas diferencias son las consecuencias de la llamada brecha digital.

El análisis de los datos ofrecidos por el Barómetro de la Asociación Profesional de Sociología de Castilla y León - SOCYL (Martín, Sánchez-Sierra, Gómez y Huete, 2021) permite afirmar la existencia de una brecha digital entre los habitantes de los municipios urbanos y rurales de Castilla y León, es decir, aquellos que tienen menos de 10.000 residentes.

La brecha se acentúa en el caso de las localidades con un tamaño inferior a los 2.000 habitantes. El 46,2% de los ciudadanos de estas localidades manifiesta no acceder a internet frente al 31,3% de quienes residen en municipios de entre 2.001 y 10.000 habitantes y el 20% de los que viven en los núcleos urbanos (cifra similar a la del conjunto de la población española).

De igual forma, el 48,7% de los residentes en las localidades inferiores a 2.000 habitantes indica tener dificultades para la utilización de las nuevas tecnologías. El porcentaje se sitúa en el 31,5% en los municipios rurales de mayor tamaño y desciende al 26,6% en las ciudades.

El Barómetro SOCYL también pone de manifiesto que un adecuado acceso a Internet es una de las principales demandas del medio rural castellano y leonés. Pero la singularidad de la orografía autonómica, con la población distribuida en un amplio territorio, sumado a la privatización de las empresas de telecomunicaciones (sólo movidas por intereses económicos y no por el bien común) hacen especialmente difícil solventar la e-exclusión.

Estos datos para Castilla y León son válidos para la realidad de los mayores de los pueblos salmantinos, tal y como ellos mismos ponen de manifiesto.

> *"En los medios rurales el gran problema que tenemos, aparte que somos muy felices, pero de alguna forma con las nuevas tecnologías no nos están dejando de aportar porque no llegamos" (GD2.1)*

> *"La gente mayor también somos muy reacias (…) Somos muy reacias a la hora de hacer cosas online porque los mayores sabes que somos desconfiados por naturaleza, pues cada vez más desconfiados y entonces no entramos ahí, es que ni lo intentamos" (GD2.1)*

Pero no son solo los servicios digitales los que se han visto mermados en los municipios más pequeños. Los mayores señalan la pérdida del tejido comercial que además de proveer de existencias mantenía la vida social del pueblo.

> *"Los fines de semana viene mucha gente, porque les gusta el pueblo, tenemos un restaurante que da muy bien de comer, y viene mucha gente a comer, vemos a gente los fines de semana nada más, entre semana, nada más cuatro pelagatinos para aquí na más estamos" (GD12.4)*

> *"Antes venía un pescadero todas las semanas, ahora no ha vuelto" (GD12.5)*

> *"Había antes también tiendas de ropa, y ahora no hay nada" (GD12.5)*

También denuncian la supresión o reducción de las rutas de transporte público lo que les aísla de otros municipios de la comarca o de la propia capital de provincia.

"Tienes que buscar a alguien que te lleve pagándolo" (GD12.5)

Cambiar esta situación y que el medio rural tenga unas condiciones semejantes a las ciudades requiere numerosas inversiones que permitan lograr la triple accesibilidad: física que se lograría con una mejora en las infraestructuras de transportes y comunicaciones; telemática, una condición básica en el siglo XXI que permite a la población conectarse a través de internet; y social lo que supone poder encontrar trabajo y disponer de todo tipo de servicios dentro de unos límites adecuados.

7.1. Recopilando ideas

En el caso del entorno rural, los mayores defienden que la calidad de vida en sus pueblos es mayor que en la ciudad. Analizando sus discursos vemos que basan este argumento en factores como el contacto con la naturaleza, la autonomía de permanecer en su hogar, la mayor intensidad de las relaciones sociales, la tranquilidad, etc. La práctica totalidad de los participantes prefiere permanecer en el pueblo, en su entorno de siempre y con su red de apoyo informal. El traslado a la ciudad o a una residencia solo se asume como última opción ante la falta de autonomía personal.

No obstante, también hablan de la ausencia de servicios públicos y privados como parte de un proceso progresivo que se ha visto acelerado a raíz de la pandemia. Se constata en sus propias palabras la realidad de que la red de cobertura de servicios y ayudas públicas en el medio rural es más débil que en las áreas urbanas. Además, como consecuencia del retroceso demográfico de la mayoría de los municipios tamaño se debilita la red de apoyo informal.

La postura mayoritaria ante esta situación es de resignación y va asociada a la idea de que los pueblos pequeños no tienen futuro en la provincia de Salamanca. Se asume que estas localidades van a seguir decayendo y eso hace que no haya un sentimiento de exigencia o rebeldía hacia las administraciones públicas.

El cierre de las entidades bancarias que dejan amplias zonas rurales sin servicio es una de las principales preocupaciones. Se trata de un proceso muy intenso en muy poco tiempo y que se ve agravado por la brecha digital, tanto por edad como localización geográfica, que provoca una exclusión de hecho de muchos mayores. Se pone de manifiesto que, en estos

pueblos, los medios de pago electrónicos no pueden sustituir las transacciones comerciales con dinero físico.

Otras demandas van relacionadas con la pérdida del tejido comercial que además de proveer de existencias mantenía la vida social del pueblo o con la supresión o reducción de las rutas de transporte público, entre otros aspectos.

8. La pandemia y los mayores

La pandemia de COVID-19 se extendió por todo el mundo tras su aparición en China en diciembre de 2019. La respuesta ha sido desigual en los diferentes países, alcanzando grandes tasas de mortalidad en muchos de ellos. En nuestro país también hemos experimentado diferentes impactos en las distintas comunidades autónomas. En el caso de Castilla y León nos encontramos con uno de los territorios más afectados.

La COVID-19 afecta a todas las personas, pero no a todas por igual. Existen importantes variaciones tanto en los riesgos en la salud como, y esto es más preocupantes, en el acceso al tratamiento asociadas a la edad. Los mayores han sido y siguen siendo un *"grupo especialmente vulnerable ante la enfermedad producida por el SARS-CoV-2 que presenta un peor pronóstico, por su comorbilidad, los síndromes geriátricos y la fragilidad asociada al envejecimiento, habiendo sido definida la pandemia como una emergencia geriátrica"* (Pinazo-Hernandis, 2020).

La dirección de la OMS para Europa destacaba que las personas mayores eran y siguen siendo un grupo de alto riesgo ante el contagio por el coronavirus, pero no por su edad cronológica sino por su edad biológica. La COVID-19 ha presentado mayor letalidad en personas con enfermedad cardiovascular y otras comorbilidades. La fragilidad de algunas personas mayores ha condicionado su menor respuesta inmunitaria, y la disminución de la reserva funcional, que conlleva una reducción en la capacidad intrínseca y la resiliencia.

También se indicó que los estados deberían apoyar y proteger a las personas mayores que viven solas en la comunidad, proporcionar apoyo para realizar intervenciones que garanticen que tengan lo que necesitan y ser tratadas con respeto y dignidad durante estos tiempos.

Además, el Dr. Hans Kluge, Director Regional de la OMS para Europa, señaló que "las personas mayores como pacientes deben recibir tratamiento adecuado a la enfermedad, pero también las personas mayores son agentes y deben estar presentes en las respuestas a la crisis y las decisiones sobre la denominada «nueva normalidad».

Sin embargo, hemos comprobado que las personas mayores no han sido atendidas de forma preferencial. Es más, en algunas áreas de salud se les ha negado la atención hospitalaria, dejando a los profesionales de las residencias sin capacidad adecuada de afrontar la situación sanitaria.

La organización no gubernamental Médicos sin Fronteras (MSF, 2020) señaló en un informe que “las residencias tenían un déficit estructural de recursos y de supervisión sanitaria y ningún plan de contingencia. Esta combinación hizo inviable que pudieran responder a la epidemia. Carecían de recursos sanitarios y asistenciales, lo que tuvo un impacto directo en la salud de los residentes, cuando recayó en estructuras diseñadas para situaciones sociales (de vivienda) la responsabilidad de un recurso sanitario de urgencia, de vida o muerte. Esto condujo a que la asistencia médica quedara desatendida, a una alta mortalidad y a una merma en la calidad de la atención social. Muchas personas mayores murieron aisladas y solas” (MSF, 2020: 5).

Las diferentes voces recogidas en el trabajo de campo muestran que la situación relatada y denunciada no ha sido muy diferente en las residencias salmantinas.

"Murieron 25 en esta residencia, parecía la guerra” (ER1)

"Aquí se murieron 37 de COVID, al principio no se sabía, y claro, había uno que lo tenía y lo ponían con otro que no lo tenía. Entonces claro, como aquí normalmente son habitaciones de dos, pues... sí, fue muy triste” (ER3)

“No quiero hablar de la pandemia en la residencia, fue muy triste, muy mal” (ER4)

“La puerta cerrada con llave, una señora que estaba en otra habitación y no tenía bien la cabeza gritaba que la dejaran salir hasta quedarse afónica” (ER2)

La pandemia no se ha circunscrito a las afecciones de salud sino que el miedo, el primer desconocimiento del alcance del virus y el confinamiento han modificado las relaciones interpersonales. La salud psicológica y emocional de muchas personas, no solo de los mayores, se ha visto muy perjudicada y puede ser que de forma más duradera. Las restricciones

distanciaron a las familias en momentos dolorosos como el confinamiento, el ingreso en unidades de cuidados intensivos o en el mismo momento del fallecimiento.

"Y yo cuando vi esa escena de una nave grande, con un montón de cajas amontonadas unas encima de otras, todo lleno de cadáveres, a mí bueno. Yo creo que desde entonces tuve un bajón, porque yo medio confinamiento lo pasé muy bien, en cuanto que me organicé el tiempo, pero cuando pasó eso, ya como que, me vine abajo" (GD10.3)

"Yo estoy muy indignado con el trato que han recibido las personas mayores en las residencias durante el COVID porque es muy triste morirse solo sin una mano a la que agarrarse" (GD9.7)

"Yo, se me ha muerto un hermano y una cuñada de COVID y claro, pues tienes mucho miedo" (GD12.5)

"Fue muy duro para mí no poderle dar un abrazo a mi hermana, eh, estar con ella, solo por teléfono. O sea hoy, todavía, me dice, me emociono, ha hecho dos años el viernes pasado, y fue muy duro" (GD10.2)

"En mi caso, ha muerto un hermano y una hermana, eran mayores, es ley de vida, y toca y toca, pero... Yo el entierro de mi hermano no puede asistir, eso es duro, si además estás sola, te pasa una desgracia de esas y no puedes asistir, la soledad como que se multiplica. La soledad se te acentúa, y claro, luego se te pasa, la fe ayuda mucho, la vida nos da" (GD8.1)

"Siempre en casa, se murió mi cuñada, se enterró en Guijuelo y yo no pude ir al entierro, y mi hermano en Gomecello, y tampoco pude ir ni al entierro ni... así que fíjate si se sufre" (GD12.5)

La COVID-19 ha modificado muchos aspectos de la vida cotidiana en nuestro país. También los mayores salmantinos han visto interrumpidas sus rutinas y modificados sus hábitos.

"Ha habido mucha gente que con el tema de la pandemia han dejado de venir al centro de mayores, a las actividades, a los talleres, han perdido ese hábito de venir y ya les va a costar muchísimo el volver" (GD2.1)

"Es que la mayoría no hemos vuelto a hacer nada, no hemos vuelto a ir a visitar a nadie que era lo que… todas las semanas nos decían, pues ir a este sitio" (GD11.5)

"En las fiestas lo pasábamos fenomenal. Y ahora llevamos dos años que lo echamos de menos" (GD2.7)

"Es que falla mucha gente, empezamos muchas a las cartas, pero a cuenta de que las hijas, a cuenta de... que, si no vayáis que esto se puede contagiar y esto, y hemos quedado cuatro" (GD7.4)

"Es que todo esto del COVID, pues sí, de vez en cuando, nos reunimos y eso, pero… ya no es como antes, antes quedábamos más y salíamos" (GD11.5)

Otro aspecto que afecta a los mayores es el aumento de los comportamientos discriminatorios sobre este colectivo. Recientes estudios alertan de un aumento del edadismo. Un estudio de Ayalon (2021) señalaba que el coronavirus está reforzando estereotipos edadistas. En redes sociales y medios de comunicación se han referido a los mayores como

"inservibles, necesitados de ayuda, no válidos, incapaces de contribuir a la sociedad"[12] obviando su condición de ciudadanos de pleno derecho.

Los mayores salmantinos han sentido estos prejuicios y así lo han expresado en los grupos y entrevistas.

> *"Veías que los chicos se saltaban el confinamiento para salir de fiesta. Total, como los que nos morimos somos los viejos, eso decían. Si hubiese sido al revés, nosotros no habríamos hecho eso" (GD7.4)*

> *"La atención a los mayores, que ya nos dejan así como un poco... de... lado. Digamos, las instituciones y demás, porque ya como no somos productivos, pues ya parece que no servimos para nada..." (GD1.4)*

> *"Es que la gente cuida mejor al perro que al abuelo, porque ya han dicho que el perro forma parte de la familia, pero el abuelo no forma parte de la familia" (GD4.7)*

> *"Somos mayores, lo que no somos es viejos, mayores sí, pero viejos no" (GD3.1)*

También se utilizan por parte de medios de comunicación y autoridades términos como "nuestros mayores", "los abuelos". *"Pero lo cierto es que ni son «nuestros» en sentido de posesión ni todos son «abuelos» en su significado de parentesco familiar"* (Pinazo-Hernandis, 2020).

[12] REVISTA DIGITAL SALUD, CULTURA Y ENTRETENIMIENTO. Published on Mar 30, 2021. Página 2. Disponible en: https://issuu.com/anahistefaniat09/docs/revista_digital_de_salud

"A mí las cosas que nos proponen para el tiempo libre en la residencia no me cuadran vamos, y la verdad es que el trato es bueno, pero… nos tienen como… como a niños. Por eso no… no participo en las actividades la verdad" (ER2)

"No me gusta que nos traten como a niños. Con respeto sí, claro, pero no como si fuéramos tontos" (GD3.5)

El aislamiento preventivo o confinamiento es una medida básica para reducir las probabilidades de contagio, pero si esta situación dura mucho tiempo puede suponer por sí misma un riesgo para las condiciones de salud. "La vulnerabilidad de las personas mayores han propiciado medidas preventivas de confinamiento más restrictivas para las personas mayores de 70 años, y a la implementación de medidas intensivas de control de propagación de la infección en las residencias" (Pinazo-Hernandis, 2020).

"Aquí en la residencia, en la pandemia, tuvieron unos rollos muy chungos porque no dejaban hablar por el teléfono con nadie" (ER3)

En el caso concreto de la prohibición de visitas a las personas que viven en residencias de mayores, si bien es una medida preventiva, conlleva un aumento del aislamiento social y de la soledad emocional. También aquellos mayores salmantinos con sus hijos residiendo en otros lugares han echado en falta el poder estar con ellos en estos momentos. En muchos casos, el único medio de mantener una interacción social ha sido el teléfono o la videoconferencia.

"Pero tú salías. A mí no, no me dejaban salir de la habitación y la cabeza se ponía a pensar y no paraba" (ER2)

"Eso ha sido lo peor, no poder comunicarte con los hijos, abrazarlos, los nietos…" (GD2.5)

"El teléfono nos ayuda a tener relación con la familia, nosotros hacíamos Zoom con mi familia en Madrid" (GD11.6)

"Y podemos dar gracias a Dios a que el teléfono ya no cuesta lo que costaba, estamos todo el día con el chivato enganchado con la amiga, con la prima... sino ¿usted se imagina venir de la UVI, sin la cabeza muy bien, y ahí sentada en un sillón sin poder andar? Y venir con tantos problemas como se traen, de otra muerte que entró junta conmigo" (GD4.7)

El confinamiento en el hogar, la posterior reducción de salidas a una hora diaria, o el doble confinamiento de las personas en residencias (aislados del exterior y en su habitación sin gozar de las zonas comunes) tiene muchas consecuencias negativas: reducción o inactividad física y su implicación en problemas de sueño; aumento del deterioro cognitivo por haber dejado de realizar actividades de estimulación cognitiva, talleres, tertulias, terapias grupales, voluntariado, participación en asociaciones; afectación del estado emocional y anímico, con un aumento de la sintomatología depresiva; falta de contacto con red social y soledad (Pinazo-Hernandis, 2020). Así lo han manifestado los mayores salmantinos que han participado en el estudio.

"Y es que el estar ahí tanto encerrada, al estar una persona sola, se te acumulan una de cosas, una de cosas, y es como cuando sale el matrimonio, pero tú sola, te daba una de vueltas la cabeza, pensabas en muchas cosas, pero muy malas muy malas" (GD4.3)

"A mí me tocó pasar toda la pandemia sola porque mi marido murió el mes anterior. Y estar sola después de esa pérdida pues, lo pase... realmente mal" (GD10.1)

"La verdad es que ha sido muy duro. Yo pienso también en la depresión en la que ha quedado mi mujer, que anda pachucha, antes de empezar a salir, tenía como un miedo, y después poco a poco pero le ha costado mucho superarlo" (GD4.7)

"Bueno la pandemia también nos ha marcado mucho, eh. Yo a mi bastante, porque me cogió, murió mi marido y empezó justo el confinamiento, he tenido que estar sola porque no podía ir mis hijos ninguno a verme ni nada, entonces la soledad la llevé muy mal" (GD1.1)

"A mi casa no han vuelto los nietos, no les dejan venir sus padres por la COVID" (GD6.1)

"Sí, ha sido triste que vaya a verte la familia y que no puedan verte, desde la calle, sí, te asomas al balcón, pero te dicen adiós y nada más" (GD8.4)

"Se pasa muy mal, pasa un día y no hablas con nadie, se pasa mal" (GD2.2)

"Los tres meses que nos tuvieron encerrados, lo pasamos bastante mal, en primer lugar, porque estábamos solos y los hijos no podían venir desde Barcelona, en segundo lugar, porque te veías, a pesar de vivir sola, te veías allí metida...[...] era el teléfono lo que funcionaba" (GD4.5)

"Afectó mucho la comunicación, sí, porque no salíamos de casa, si hablabas con un vecino desde lejos, yo hasta que salí de casa... me costó, tuve miedo" (GD5.1)

En el lado positivo los mayores han detectado una mayor empatía y unos principios de cuidado mutuo que antes no existían. Tal vez sirva para darse cuenta de cuántas personas eran invisibles hasta ahora, para mejorar las redes sociales entre vecinos y la solidaridad intergeneracional. El hecho de salir al balcón permite relacionarnos con los vecinos de una forma inusual. Por otra parte, numerosos ejemplos de jóvenes apoyando a personas mayores durante el confinamiento: llevándoles la compra, paseando a los perros o llamándoles por teléfono para aliviar su soledad (Pinazo-Hernandis, 2020).

"Cuando llegaban las 8, era una alegría ver a la gente aplaudiendo, era una alegría" (GD4.6)

"Parece que estabas deseando que llegara la hora para estar con el vecino de enfrente" (GD6.7)

"El ver la juventud que colabora en estas cosas, pues te llena" (GD10.1)

"Y hay mucha juventud que es maravillosa y se ha volcado en ayudar a los vecinos" (GD10.2)

Sin embargo, también apuntan que sería deseable que estas actitudes permaneciesen en el tiempo y no fuesen una consecuencia efímera de la pandemia.

"Y cuando el COVID parece que... nos sensibilizábamos un poco, yo, por ejemplo, vecinos de enfrente, del otro lado de la carretera, no los conocías, salías a aplaudir, adiós, hasta mañana, ¡hasta luego!, oye que ahora nos vemos y ya no nos conocemos, ya no nos conocemos" (GD4.4)

"Esto pasa como en navidad, en navidad todo el mundo que te encuentras: "Felices pascuas, felices días", al siguiente día que te encuentran ya no hay felices nada, ya no te dicen nada. Pues con el Covid igual" (GD4.5)

Ciertamente, los mayores se han llevado la peor parte en esta crisis sanitaria. Las consecuencias del aislamiento pueden persistir en el tiempo, no sólo para quienes viven en residencias, donde ha habido miles de fallecidos y se ha vivido el confinamiento más duro también para quienes acudían a centros de día, asociaciones de barrio, actividades varias.

"La psicóloga que me estuvo atendiendo por teléfono muy bien, pero se acabó el programa y no se han vuelto a acordar nadie de tal psicología. Usted cree que, en tan poco tiempo, ¿yo me he recuperado? La verdad que estoy más recuperada, porque pongo mucho ánimo, pongo mucho de mi parte" (GD4.7) (Persona que estuvo un mes en la UVI)

"Yo siempre he sido una persona muy activa ¿no? Entonces la pandemia ha supuesto pues el perder un poco el ritmo de vida que traías…" (GD2.1)

"Somos gente mayor y dos años, dos años en gente mayor se nota mucho…hay gente que ya no va a salir" (GD2.3)

"Es el hábito y no vuelven y yo pienso que les va a costar mucho retomar. No sé si en las ciudades como hay otro ambiente y tal, pues sí va a ser más fácil retomarlo, pero en los pueblos desde luego hay gente que esto significa que hay gente que se ha quedado en casa durante dos años y se van, eh...a seguir quedando en casa hasta que Dios quiera." (GD2.1)

"Ha sido más angustioso ya cuando empiezas a salir ya con el miedo de dónde, cómo, cuándo, yo personalmente pues puff… Mira, hoy estamos aquí y a lo mejor mañana ya no estamos," (GD11.5)

La situación de pandemia, con un confinamiento que afecta a todos, ha sido una situación excepcional pero que puede repetirse. Son necesarias investigaciones que incidan en la relación entre estas variables para prepararnos frente a futuras crisis sanitarias. En consecuencia, debemos disponer de evidencias empíricas por si fueran necesarios nuevos confinamientos por rebrotes de la enfermedad para prevenir, revertir o paliar los efectos psico-sociales en las personas mayores. Es así como una de las lecciones que debemos extraer de la pandemia consiste en revisar el modelo de cuidados de las personas mayores cuestionado por la crisis sanitaria. El nuevo modelo deberá estar centrado en la persona y no a la institución y

tendrá que formar parte de una estrategia de políticas públicas con una visión más amplia (Pinazo-Hernandis, 2020).

> *"Yo no estoy de acuerdo con que se haga negocios con la vejez. Negocios rentables como esto. Esto debería de, estoy de acuerdo, el estado debería encargarse de todo" (ER2)*

8.1. Recopilando ideas

Los mayores han sido uno de los colectivos más afectado por la pandemia y el trato recibido no ha sido acorde con las recomendaciones de las OMS de recibir tratamiento adecuado, pero también ser actores activos en la respuesta a la crisis y en la toma de decisiones, algo que no se ha producido. Por el contrario, nuestro modelo de cuidados de las personas mayores ha mostrado carencias en esta nueva emergencia sanitaria.

En el caso concreto de las residencias para mayores se ha constatado que éstas se vieron sobrepasadas por el impacto de la enfermedad y no dispusieron de recursos adecuados para afrontarlo. Los testimonios de los mayores salmantinos sobre lo vivido en las residencias nos hablan de miedo, desconcierto, tristeza, aislamiento, etc. Aquellos que pasaron el confinamiento en sus domicilios también se encontraron muy afectados anímicamente por las informaciones de los medios de comunicación.

Efectivamente, la pandemia también ha tenido consecuencias sobre la salud mental y el ánimo, las restricciones los separaron de sus familias y amigos en momentos dolorosos como el confinamiento, el ingreso en unidades de cuidados intensivos o en el mismo momento del fallecimiento. Muchos mayores han variado sus hábitos restringiendo su vida social y sus actividades pese a la vuelta a una situación de normalidad. En el caso de las residencias el aislamiento ha sido más intenso y el único medio de mantener una interacción social ha sido el teléfono o la videoconferencia. En este caso, el uso de dispositivos (teléfonos, tablets, ordenadores) no ha sido un obstáculo para la comunicación con familia y amigos.

Manifiestan la sensación de que han sido maltratados por el resto de la sociedad. Denuncian comportamientos insolidarios y discriminación por razón de su edad: "*parece que nuestra vida importa menos porque somos viejos*".

Hay matices, sin embargo, en esta percepción ya que también han destacado el comportamiento altruista de jóvenes voluntarios, la ayuda y apoyo entre vecinos con los que no tenían relación anterior, etc. Consideran deseable que este espíritu de cooperación se mantenga en el tiempo aunque opinan que ya ha decaído.

9. La soledad en las personas mayores

Ha habido múltiples intentos por definir y clasificar los tipos de soledad desde diferentes aproximaciones teóricas de la psicología (existencialismo, psicodinámica, interaccionismo, etc.). Sin embargo, hasta ahora la más empleada en el estudio de la soledad es la cognitiva. Según De-Jong Gierveld y Van Tilburg (2010) como se citó Arruabarrena y Sánchez (2020) la soledad puede distinguirse en dos tipos: la "soledad social", que describe una situación en la que la persona no tiene la red social y el número de relaciones que le gustaría; y la "soledad emocional" que se refiere a la ausencia de apego emocional e intimidad deseados por la persona en sus relaciones. Autoras como Rodríguez y Castro (2019) o Iglesias de Ussel et. al (2001) distinguen entre la "soledad objetiva" o la falta de compañía, y la "soledad subjetiva" o el sentimiento de sentirse solo o sola.

No obstante, todas las definiciones de soledad tienen algo en común, la subjetividad que implica, y es que esta experiencia surge cuando no se cumplen los deseos o expectativas que tiene la persona respecto a sus relaciones sociales, tanto en cantidad como en calidad. De este modo, cobran especial relevancia las interpretaciones que el individuo hace sobre sus relaciones sociales, y todos los procesos cognitivos que toman parte en ellas como, por ejemplo, la autoestima (Arruabarrena y Sánchez, 2020).

Resulta pertinente, por tanto, distinguir entre el concepto de aislamiento social y soledad. Mientras que el aislamiento social es una realidad objetiva en el ámbito de las relaciones sociales, la soledad se orienta hacia la experiencia subjetiva de la interacción social (Lehr, 1988, como se citó en Rodríguez y Castro, 2019).

En los últimos años se ha observado un incremento de los hogares unipersonales en personas de 65 y más años, aunque las proporciones son todavía menores que en otros países europeos (Abellán et al, 2019). La vejez se considera como un momento en que fácilmente las personas pueden experimentar la soledad, por ello desde diferentes estudios se trata de entender la naturaleza de la soledad en este grupo de población. A pesar de ello, no existe una teoría específica sobre el fenómeno de la soledad en las personas mayores, pues son muchos los factores que participan en ella.

Según el INE, en 2020 2.131.400 personas mayores de 65 años vivían solas, de las cuales 1.511.000 eran mujeres. Por edad, el 44,1% de las mujeres mayores de 85 años vivían solas, frente al 24,2% de los hombres. La soledad no deseada se produce cuando no se escoge, sino que se impone, pudiendo afectar a nuestro bienestar y estado de salud.

Entre las aproximaciones cognitivas a la soledad, el modelo de discrepancia cognitiva es el más utilizado en las publicaciones académicas relevantes al respecto. Sin embargo, algunos autores critican que esta teoría obvia los factores culturales (Arruabarrena y Sánchez, 2020). Según Arruabarrena y Sánchez (2020) son los países en los que objetivamente más relaciones sociales tienen las personas mayores en los que también se observan unas mayores tasas de soledad. La explicación a esto pasa, precisamente, por tener en cuenta los factores culturales: en países del sur de Europa y Latinoamérica se asume que la familia es la encargada de proporcionar bienestar a sus miembros y las personas mayores expresan sus deseos de ser cuidados por ellos; así, las personas mayores generan expectativas de recibir cuidado de sus familiares y cuando estas no se cumplen se propicia la aparición de la soledad. Otros factores sociales que pueden fomentar la soledad entre las personas mayores son la jubilación, la desaparición de la figura del cónyuge o la pérdida de salud (Iglesias de Ussel et al, 2001).

Las elaboraciones discursivas recogidas en el trabajo de campo cualitativo son congruentes con la literatura académica referenciada.

> *"Yo estaba en casa, estaba muy mal, tanto psicológica como físicamente. Y tengo unos sobrinos que eran majos, hasta que cogieron el dinero de la venta de la casa y dejaron de serlo. Y son los que me trajeron aquí, estuvieron 3 meses y pico viniendo, y luego desaparecieron y luego no han vuelto a venir" (ER3)*

> *"Yo es que yo lo pienso ahora, yo caigo mala o caigo que tengo que ir a un, a un hospital, y vengo a casa, ¿quién me atiende?, como por ejemplo esa, no tengo a nadie, ¿Quién me va a atender?, yo tendré que ir a un sitio que me atiendan" (GD12.1)*

Esta soledad no deseada está detrás de muchos de los problemas de salud física y mental que crecen en nuestras sociedades. Este mes de mayo un médico de familia publicó una nota manuscrita que le había dejado un paciente mayor y que tuvo una gran repercusión mediática. Decía *"Doctor, estoy sufriendo física y mentalmente, no me funciona bien nada. Caminando me canso rápido, se me engancha el riñón derecho, las cervicales mal, si muevo el cuerpo pierdo el andar recto. No tengo ilusión de vida, no tengo mujer, ni hijos, ni dinero para ir a una residencia. Me parece que tengo neuralgia. Solo pienso en morir sin sufrir para descansar y no dar trabajo ni asco"*[13]. Esta sensación de sobrar, de no querer ser una carga también aparece en el discurso de los mayores salmantinos.

> *"Yo mira, prefería morirme antes que ir a una residencia, y darles guerra a los hijos tampoco" (GD12.6)*

> *"El chaval mío está loco por que me vaya a Barcelona, pero no quiero joderle la vida, pobrecito" (ER3)*

Diferentes estudios muestran que la soledad aumenta el riesgo de sedentarismo, la enfermedad cardiovascular, la alimentación inadecuada y el riesgo de muerte.

> *"Hasta que esto empezó pues siempre, ya dije antes que era una persona muy activa y era muy difícil que yo permaneciera una hora sentada en el salón, muy difícil ¿vale? Pero ahora no, ahora me tiro cuatro horas y sin ningún problema" (GD2.1)*

> *"Tenéis que daros cuenta de que la vida de alguna forma son costumbres. De tal manera que, si yo todos los días tengo la costumbre de salir todos los días a tomar un café, salgo. Y si no salgo, no lo echo de menos". (GD2.5)*

[13] Cuenta de Twitter @martinfd78

La cantidad y la calidad del sueño también pueden verse afectadas en personas que padecen soledad, provocando una mayor fatiga durante el día. El sentimiento de soledad impuesta multiplica por cinco el riesgo de sufrir una depresión según el estudio "Aislamiento social, soledad y depresión" llevado a cabo por investigadores del Parc Sanitari Sant Joan de Déu.

Sufrir depresión no es simplemente "estar triste", pues la tristeza es un sentimiento normal que forma parte inevitable de la vida y que aparece ante diversas situaciones: una ruptura amorosa, la muerte de un ser querido, un despido del trabajo... La depresión va mucho más allá: altera de forma drástica la vida y las vivencias de las personas durante un largo tiempo. En la rutina diaria se instalan de forma constante los sentimientos de tristeza, vacío o culpa. Aparecen la desmotivación y el desinterés por todas aquellas cosas que antes se disfrutaban y aportaban alegría. El cansancio, la irritabilidad, el insomnio, los trastornos del apetito o evitar participar en eventos sociales son algunos de los muchos síntomas que pueden aparecer en este trastorno. Las causas tras la depresión son múltiples y complejas, y participan factores tanto biológicos como psicológicos, socioeconómicos y culturales.

> *"Aquí en la residencia ves... te deprimes cada vez más. Yo me encuentro perfectamente bien, yo físicamente estoy bien, yo aquí vine por una operación de corazón a recuperarme y ya estoy recuperado. Estar aquí es lo que me deprime" (ER2)*

Otra memoria sobre salud mental, el 'Libro blanco de depresión y suicidio 2020' (2020), con las aportaciones de la Sociedad Española de Psiquiatría (SEP), la Sociedad Española de Psiquiatría Biológica (SEPB) y la Fundación Española de Psiquiatría y Salud Mental (FEPSM), determina que la depresión aumenta hasta 21 veces el riesgo de suicidio. "Cabe destacar –explica el documento– que el aumento de la depresión está ligado al envejecimiento de la población, con la vida en soledad y con patologías crónicas".

> *"Y es que el estar ahí tanto encerrada, al estar una persona sola, se te acumulan una de cosas, una de cosas, te daba una de vueltas la cabeza, pensabas en muchas cosas, pero muy malas muy malas" (GD4.3)*

"Lo único es eso, que, que, me encuentro sola muchos días por la mañana. Bueno, ¿y qué hago hoy? ¿Para qué me voy a levantar?" (GD5.6)

"Yo llevo dos años prácticamente sola, sola. Es un poco triste, la verdad que sí" (GD8.5)

Las restricciones a la relación social aumentan el problema preexistente de soledad y aislamiento de las personas mayores y las consecuencias en la salud de la desconexión social que existían ya antes de la pandemia. Desde que empezaron las restricciones de la pandemia, el porcentaje de españoles que dicen sentirse solos ha pasado del 11,6% al 18,8%, según el estudio 'Soledad en la UE' del Centro Común de Investigación (JRC, por sus siglas en inglés) de la Comisión Europea.

"Lo que tendría que hacer es vivir y convivir con gente, pero cada vez me cuesta más (…) después de la pandemia no salía nada, nada, nada, entonces, ¿qué vida es esa?" (GD2.2)

Caso aparte es el de las residencias. "Durante la pandemia, hemos presenciado en las residencias de nuestro país progresiones de demencias que nunca habíamos visto; al cortar la comunicación y el contacto con los profesionales y las familias, los enfermos se han deteriorado como nunca. Esto significa que la soledad no deseada es un problema de salud pública, con otras dimensiones añadidas, como la social, pero al fin y al cabo un problema de salud pública", apuntaba Celso Arango, presidente de la Sociedad Española de Psiquiatría (SEP)[14]

"Aquí hay mucha tristeza, yo me encierro mucho en mi habitación porque me lo paso muy bien. Yo me lio a dibujar, a escribir, a ver la tele algún programa que me interesa. Música, la música me encanta" (ER3)

[14] https://www.agenciasinc.es/en/view/content/273421/full/1/126381

"Es muy difícil porque la gente está muy tocada de la cabeza, llegas y le dices "buenos días", "pues me duele aquí, esta noche no he dormido, porque no me hace caso este...". Entonces, me refugio mucho en la habitación" (ER2)

"Es muy difícil con la gente de aquí de dentro entablar conversación con ellos. Yo entablo conversación pero con muy pocos" (ER5)

El ser humano no está hecho para estar aislado ni quieto. Cuando eso sucede, nuestro cuerpo reacciona como si estuviera expuesto a peligros permanentes. El momento de la pandemia ha venido acompañado de noticias alarmantes que generan incertidumbre, miedo, amenaza, y todo ello provoca en el ser humano emociones tan comunes y naturales como la ansiedad, el estrés, la frustración y el malestar debido a la incertidumbre de la situación, los riesgos de contagio reales para la salud, y la sobreinformación a la que hemos estado expuestos.

"Hombre, yo angustiada, mucho, por tanta gente, porque hablabas por teléfono con la gente, esa gente que lo estaba pasando mal. Luego, las personas en residencias de mayores, luego gente que se ha muerto, siempre en la tele hablando de lo mismo..." (GD11.4)

"Hemos tenido mucha cosa de juntarnos unos con otros" (GD5.3)

"Nos ha quitado reunirnos, el miedo es muy grande" (GD5.4)

Sin embargo, el fenómeno de la soledad no es algo reciente. Forma parte de un proceso de transformación social que se produce desde hace décadas. La sociedad española y también la salmantina ha cambiado: el éxodo a las ciudades, a las grandes ciudades, el cambio en los modelos de familia, un mapa de vivienda cada vez más poblado de apartamentos individuales y urbanizaciones cerradas, la pérdida de lugares de asociación y reunión… La dinámica social y económica ha ido labrando el terreno idóneo para sufrir soledad no deseada; especialmente

para las personas mayores de 65 años, que constituyen el grupo más afectado. Sin embargo, no son los únicos, los expertos sitúan en el otro extremo del problema a adolescentes y jóvenes.

Sufren también, y cada vez más, la soledad no deseada un perfil de personas de en torno a 30 años que viven tremendamente aislados, que casi no salen de casa y hacen vida por internet. En el caso de los mayores salmantinos objeto del estudio, sienten que se pierden las redes comunitarias en las que su generación ha crecido.

> *"Una cosa que pasa, no sé si pasa en todos los portales, yo vivo con 16 personas y no tengo ninguna queja de nadie, pero yo una noche me voy a hacer unas sopitas de ajo, y no tengo pimentón y me las como sin pimentón. Y antes no, antes ¡oye mira que, dame esto! Eso se ha acabado ya, yo creo que en todas las comunidades" (GD4.5)*

> *"Antes la familia era toda una, y el pueblo, aquí los vecinos antes eran como familias y hoy día, y los primos carnales de antes eran primos carnales, los de ahora yo creo que ni, ni... es que no pueden convivir como antes" (GD12.4)*

> *"Antes los primos éramos hermanos, y ahora los hermanos no son ni primos" (GD12.5)*

> *"Eso se echa mucho de menos" (GD4.3)* (Referencia al comercio de barrio y al trato personal)

También reprochan a las generaciones más jóvenes su ensimismamiento en las nuevas tecnologías en detrimento de las relaciones sociales.

> *"Los teléfonos les quitan a la gente la vida" (E7)*

> *"Porque tienen los aparatos estos, ya no juegan" (GD12.1)*

"Cuando vienen a verme, se levanta por la mañana, "buenos días, mamá", pero lo primero, tiquitiqui (en referencia al uso del teléfono móvil), miro al marido y veo que hace lo mismo, pues vaya un plan, eh, yo es que ya paso" (E6)

"Con el dichoso teléfono, antes de que puedan con él, están con él" (GD12.5)

"No les he visto ser más alcahuete (en referencia al teléfono móvil), es el más alcahuete que hay porque estamos nosotros aquí ahora, dentro de un minuto, lo saben en Francia, o en Alemania, eso, es que eso es, no sé qué va a ser. El más alcahuete que hay, antes llamaban alcahuete a la gente, pero anda que ese aparato..." (GD12.4)

Cuando la red social decae es más fácil que aparezcan cuadros de depresión, aislamiento y sintomatología ansiosa. No es algo que se pueda tratar únicamente prescribiendo un fármaco. Los expertos[15] reclaman estrategias que sitúen en el centro la salud mental y piden medidas relacionadas con el acompañamiento, el seguimiento y la supervisión, el aumento de profesionales en las áreas psiquiátricas y de atención primaria de los centros sanitarios... Pero también sobrepasan la esfera de la salud y hablan de urbanismo, arquitectura, intercambio intergeneracional o simples programas de ocio.

Bajo del nombre de "Mal acompañadas" se ha creado un Grupo de investigación multidisciplinar sobre calidad de vida en sociedades longevas[16]. Desde este colectivo argumentan que *"la arquitectura tradicional de principios del siglo XX era perfecta para el acompañamiento y favorecía la comunidad. Los porches, las entradas abiertas, las corralas, los jardines y patios comunitarios... Todo esto se situaba frente a lo que se llama la arquitectura del aislamiento, que consiste en portales con más de cien viviendas, pero solo dos por planta. Esta disposición no favorece a ningún grupo de edad. Pensemos en todos los bloques de edificios que se están levantando, dentro de urbanizaciones cerradas con la piscina, el gimnasio y la pista de tenis dentro. Son como búnkeres, lo público también es privado. Se está perdiendo, en según qué nuevos barrios, la escena de los chavales jugando en una canasta en la calle, al lado de un parque*

15 https://www.redrentabasica.org/rb/la-proxima-pandemia-sera-la-de-la-salud-mental-entrevista-a-sergi-raventos/

16 Twitter @mal_acompanadas

en el que hay sentadas varias abuelas y hay una convivencia, que es lo que realmente puede aportar la arquitectura para paliar la soledad".

Por eso apuestan por pensar espacios más amables para los barrios, que no dificulten la vida a quienes tienen problemas de movilidad y que fomenten el encuentro entre vecinos. Es el concepto de "ciudad de los 15 minutos", que defiende que en ese tiempo puedas llegar a un centro de salud, a un supermercado, a un parque, a un banco, a todo lo básico que necesites. Aunque para adaptarlo al problema de la soledad que sufren, sobre todo, los mayores habría que añadir unas condiciones de calmado de tráfico, aceras más anchas, regeneración ambiental, más zonas verdes, instalaciones de bancos cada 50 o 100 metros...

Si no se realizan estos cambios les empujamos a vivir aislados en residencias de las afueras, sacándoles de sus barrios y de sus círculos. También los mayores salmantinos reclaman espacios de interacción en sus barrios y especialmente más zonas verdes. Lo cierto es que los parques logran mejorar la socialización de las personas de más edad y se convierten en un antídoto ante los problemas causados por la soledad no deseada. En líneas generales, ayudan a mejorar la cohesión social, la relajación, a sentirse descansados y bajar el estrés. De hecho, la OMS recomienda vivir a 300 metros de una zona verde.

> *"¡Un trato! Y ahora eso no lo ves, vas a las tiendas, y claro las grandes superficies, pues no pueden darte, cuando tenías las tiendas de barrio te atendían personalmente... Pero ahora vas a las grandes superficies... es que no encuentras nada, y no vayas a pedir información de una cosa, que tampoco te la dan" (GD4.4)*

> *"Nos hemos quedado sin tiendas de barrio" (GD4.4)*

> *"Nosotros tenemos un barrio muy abandonado, porque nos ponen los jardines y los ponen muy bonitos, pero ya cuando los jardines llevan 15 días o un mes puestos, ya no tenemos jardines porque no los mantienen" (GD4.5)*

> *"Si no lo van a cuidar que no lo pongan, porque lo estamos pagando entre todos, todas esas plantas las pagamos entre todos" (GD4.4)*

"En la plaza esa que había unos árboles preciosos con mucha sombra, vino el ayuntamiento y se quitaron todos los árboles, una pena" (GD4.7)

La participación en actividades organizadas por asociaciones y entidades, así como el disponer de espacios de reunión es fundamental para que las personas que vivan solas mantengan relaciones sociales en el entorno.

"En casa la tienes la cabeza como una zambomba, como yo digo, parece que te duele la cabeza, vienes aquí, y se me pasa, las cosas como son.Yo, las cartas, te entretienes mucho con ellas" (GD4.3)

"Claro, por no estar ahora mismo en casa, cada una en su casa sola, pues nos venimos y echamos aquí la partidita" (GD7.2)

"A mí la vida me da que yo salgo con las amigas" (GD2.2)

"Yo no me siento sola porque no estoy quieta, por eso no me encuentro sola" (GD5.2)

También demandan actividades intergeneracionales para que los mayores no se relacionen solamente entre ellos.

"Es importante que se creen espacios intergeneracionales" (GD1.1)

"Somos mayores, pero tenemos nuestra experiencia, aunque yo reconozco la... No es experiencia, pero tienen otros conocimientos, los jóvenes, que también son muy valorables, complementarlos los dos sería muy bueno" (GD10.2)

"Me dedico, ya ves tú, en los scouts en un grupo scout, con creo que 12 años, y aún este año voy a ir, y ya me han enganchado también en Cáritas, también de cocinera, este verano pues voy a hacer 3 o 4 campamentos, pero a mí, yo no me cuesta hacerlo, me dicen: ¿cuánto cobras? Digo: ¿yo? Dando gracias porque me llamen, porque es una actividad que me encanta" (GD3.7)

En el caso de las residencias se reclama un trato más humano, más cercano y un mayor respeto. Además de un cambio en el modelo actual que permita una mayor autonomía de los residentes.

"Hablando de aquí de verdad, lo que más necesitamos es cariño, y cariño y cariño, y... que nos respeten, que no..." (ER3)

"Al principio sí se lo pasaba, luego ya no, ya les he dicho que a mí no me… eso de cariño, hijo mío y tal, a mí de eso nada, eso de rey, mi rey, y claro, son costumbres que tienen, y a mí eso me sienta muy mal" (ER2)

"Una residencia no tiene por qué ser digamos, el último sitio donde vayas a parar, sino un sitio donde tú puedas vivir unos años tranquilamente y bien, que te puedas venir andando te puedas ir como quieras, salirte, etc." (ER3)

"Luego dices, esto hay que cambiarlo, iría a la residencia si me van a dejar entrar y salir, y me van a poder dejar ir a Topas, y puedo salir a comer o puedo salir alguna noche fuera si voy a cenar con unos amigos, o sea, pidiendo permiso y todo, y estar sola, en la habitación" (GD10.2)

"¿Cómo sales fuera aquí? Si hubiese aquí algún autobús que parase aquí dices bueno, su hubiese un autobús que te lleva a Salamanca y te trae bueno, pero aquí, claro que a la carretera vas a salir…" (ER2)

9.1. Recopilando ideas

La soledad era uno de los temas que se querían analizar en este estudio. Hablamos de soledad no deseada, una situación que se da con mayor prevalencia entre la población mayor. Factores como son la jubilación, la desaparición de la figura del cónyuge, la lejanía de la familia o la enfermedad propician este fenómeno. Los hombres la sufren en mayor medida porque sus redes sociales son menos fuertes que las de las mujeres.

La soledad aumenta la incidencia de patologías físicas y mentales. Las restricciones impuestas en la pandemia incrementaron el problema preexistente de soledad y aislamiento de muchas personas mayores. Además, el miedo al contagio ha empujado a otros a reducir su vida social pese a que la fase más aguda de la pandemia ha finalizado.

En el caso de las residencias se ha constatado un mayor deterioro físico y mental consecuencia de las restricciones al contacto personal y a las actividades grupales.

No obstante y con anterioridad a la pandemia existían una serie de factores estructurales que hacían crecer la soledad no deseada. Uno de ellos, ya mencionado en otros apartados del estudio, es el debilitamiento de las redes sociales tradicionales asociadas a la vecindad, la familia, la parroquia, etc. Asimismo, a mayor edad más reducido es el grupo de coetáneos a los que une una superior afinidad.

También la propia estructura urbana de los barrios fomenta la soledad. Se echan en falta espacios públicos más amables que faciliten la vida a quienes tienen problemas de movilidad y zonas verdes y comunitarias que posibiliten el encuentro entre vecinos.

La participación en actividades de grupo, el voluntariado, ciertas rutinas son elementos que contribuyen a reducir la soledad de aquellos que viven en hogares unipersonales. Se demandan actividades intergeneracionales y, en el caso de las residencias, se exige una mayor cercanía en el trato, el fomento del encuentro y el respeto a la autonomía de los mayores.

10. Secularización, religiosidad y espiritualidad

Entre la generación de los mayores que son protagonistas de este estudio (mayores de 70 años) – incluidas aquellas que las precedieron – y las generaciones nacidas en las últimas décadas del siglo XX y las posteriores, ha tenido lugar un profundo proceso de transformación socioeconómica y cultural que ha desembocado en una creciente secularización de la sociedad.

Desde una perspectiva histórica nos encontramos en un momento excepcional ya que, con la salvedad de pequeños periodos, España ha sido un país muy definido confesionalmente. Sin embargo, en la actualidad las opciones no religiosas son porcentualmente mayores que las de los católicos practicantes (38,7% de autoidentificados como "no religiosos" e "indiferentes" frente a un 16,7% de "católicos practicantes" según el Barómetro del Centro de Investigaciones Sociológicas de Julio de 2021).

Son muchas las familias que han perdido todo contacto con la institución religiosa y los sacerdotes, cuyo número ha ido disminuyendo constantemente desde el último tercio del pasado siglo, deben atender simultáneamente diferentes parroquias que congregan cada vez a menos feligreses.

El número de jóvenes no creyentes supera al de los jóvenes que se declaran religiosos (51,5% frente al 42,4%, de acuerdo con el Informe SM de 2017[17]). Se confirma así una tendencia: *"los jóvenes de la última mitad del siglo XX han sido progresivamente menos religiosos que las generaciones anteriores, pero más religiosos que las generaciones venideras"* (Ruiz Andres, 2022:23).

Otro dato, en 2000 el 75% de los matrimonios se realizaba en la iglesia mientras que en 2019 esta cifra está por debajo del 20%. (Laborde, 2017).

Estos ejemplos ponen de manifiesto el intenso proceso de secularización vivido en España y que, de hecho, sigue en desarrollo. Todo indicaría que en este mundo digital, global e

interconectado la religión no tiene cabida. Sin embargo, encontramos suficientes argumentos para cuestionar esta afirmación.

Así, aunque parece entenderse que la secularización conllevaría el declive de la dimensión religiosa, encontramos una importante permanencia de la misma sujeta, eso sí, a ciertas transformaciones.

Por ejemplo, actualmente la mayoría de la población, tanto española como europea, se sigue autoidentificando como creyente, algo que se corresponde con un amplio abanico de recreaciones religiosas particulares.

En nuestro país, la vigencia e importancia de la Semana Santa, la presencia del factor religioso en el tejido asistencial o el considerable porcentaje de personas que declaran que la religión es importante en su vida, son realidades que persisten en una sociedad secularizada.

En este sentido, *"si atendemos a unos menguados – en comparación con otros tiempos – datos de la práctica religiosa de la juventud, cabe cuestionarnos: ¿cuántas asociaciones cuentan actualmente con un 10% de jóvenes (porcentaje aproximado de católicos practicantes en la juventud española) dispuestos a prestar semanalmente una hora de su tiempo?"* (Ruiz Andres, 2022:25).

Así, si bien no se puede negar el declive de la religiosidad católica en España, tampoco se puede negar su notable permanencia y resistencia.

En el caso de los mayores salmantinos protagonistas de este estudio, pertenecen a una generación crecida en un entorno mucho más religioso que el actual. Mantienen un grado de práctica religiosa mayor que el resto de la sociedad.

> *"Soy una persona que voy a misa todos los días, siempre participamos en las lecturas y todo" (GD8.5)*

> *"Yo soy creyente, creo en Dios, tengo a todos mis hijos bautizados, casados por la iglesia, todo perfecto, cumplido" (ER5)*

> *"Soy católica, suelo ir a misa todos los días, si no hay aquí voy a Salamanca, pertenezco a un grupo católico" (GD5.6)*

"Hay muchos miembros de la familia que no entienden, por ejemplo, yo puedo, quiero y tengo tiempo y tengo piernas para andar y me gusta ir, pues voy y ya está, pero todo el mundo no entiende que yo tenga ganas de ir a misa todos los días, y a mí me llena mucho, pero bueno si ellos no lo valoran y a mí me viene muy bien" (GD8.1)

"Yo voy todos los días a la iglesia" (GD4.3)

"Yo no soy de misa diaria, por ejemplo, pero yo soy católica y... Y entonces veo que mi hijo lleva a sus hijas a misa, y yo soy feliz, estoy contenta, me llena de satisfacción" (GD1.3)

Nos encontramos por supuesto con algunas personas que rechazan tanto la religiosidad como la iglesia como institución. Han sido, no obstante, muy escasos en la amplia muestra que ha participado en el estudio.

"La religión católica si empiezas a pensar un poco en ella, tiene una cantidad de fallos que vamos, claro. Dices, vamos a ver, la primera cultura la virgen, una burrada lo que digo, pero es que es así, tuvo un hijo fuera del matrimonio con una persona, yo no sé tanto, pero bueno, yo a mi hermano se lo he dicho eso y uh casi me pega" (ER2)

"Y claro, eran cosas que, para mí la religión siempre ha sido represiva, todo era oprimir, oprimir, oprimir, todo era pecado" (GD1.2)

Sin embargo, muchos de estos creyentes no son ajenos al progresivo alejamiento de la práctica religiosa que antes estaba profundamente integrada en su cotidianeidad.

"Antes no faltaba nada (se refiere a la asistencia a misa), ahora si un día no tengo ganas, tampoco pasa nada..." (GD4.6)

"Yo antes iba todos los domingos a misa, pero ahora es que, digo a ver si empiezo otra vez a ir misa, a mí sí me gustaba, pero ahora no voy a misa" (GD7.2)

"Yo voy poco a misa, antes iba mucho pero ahora voy poco, pero la oigo en la televisión todos los domingos, todos los domingos la oigo" (GD7.1)

"Desde que mi marido cayó enfermo, ya dejé de ir, y no he vuelto, mi marido enfermó, luego cayó esto de la pandemia, pues es que no... ya digo, a ver si me voy entonando un poquillo y voy, porque a mi si me gustaba ir a misa" (GD7.2)

El proceso de secularización es una vivencia cotidiana que está en continua interacción con la propia religión. Una de las tendencias es la *"creciente fuerza del proceso de autonomización o subjetivización de la religión durante la era de la secularización"* (Ruíz Andrés, 2022:226). El sociólogo Beck (2009) afirma que se da el paso a una religión "personal" en el que la norma religiosa se sitúa por debajo de la propia conciencia del creyente. Así, la subjetivización habría propiciado una mayor flexibilidad de las creencias religiosas ante los retos que plantea la cotidianeidad. *"Y, paradójicamente, podemos señalar que también ha favorecido la propia permanencia de la identidad católica para un amplio sector de la población que no ha visto inconveniente en seguir utilizando el apelativo católico aunque ni cumpliera ni aceptara las premisas marcadas por la institución eclesial"* (Ruíz Andrés, 2022:227).

"Yo soy creyente pero no practicante, a mí no me gusta, yo antes iba misa, rosario, todo" (GD7.4)

"Iba a misa cuando iba a ver a mi madre, íbamos porque… por llevarla, podía ir ella sola perfectamente, pero vamos la gustaba ir con un hijo cada día, e iba un poco como a chantaje" (ER2)

"Yo no necesito ir a misa todos los días, pero, por ejemplo, estoy muy pendiente de la gente de alrededor y de la gente" (GD8.7)

"Creyente eres, pero no porque seas creyente, sino porque te lo han impuesto de pequeño. Es como una herencia, lo hemos vivido de pequeños como una obligación en realidad. Yo me acuerdo cuando era crío… tenías que ir a misa los domingos… que, si te daban la propina, no te daban la propina" (ER2)

"Yo, aunque vaya a misa, no comulgo, reconozco que cuando comulgaba tenías que hacer examen de conciencia y tenías que pensar en retroceder de las cosas que te parecían que era pecado, ahora no existe eso, comulga cualquiera" (GD7.3)

"Creo que a lo largo de la vida unos van teniendo fases y épocas, y hubo un momento que, pues que estaba más lejos que, que, que para allá, que... tuvimos la suerte de... bueno de estar con un cura amigo y tal, y entonces, desde la apertura del Vaticano II cambió en totalidad la visión que tenía de la iglesia anterior, a después, y eso fue lo que me dio pie para ir dando pasos y acercarme a la iglesia" (GD1.4)

Sin embargo, como un arma de doble filo, la subjetivización también ha intensificado el proceso de secularización mediante la individualización. Entre una religiosidad más autónoma y otra completamente ausente hay una pequeña distancia que mucha gente ha cruzado desde finales del siglo XX (Arroyo, 2008).

"Mis hijos desde la adolescencia han cortado con la religión. Oye, yo los respeto, ellos nos respetan y es más, a sus hijos dice, oye, vosotros enseñarles todo eh, y además que los niños cuando están en casa ya saben cuáles son nuestras costumbres" (GD1.4)

"Los chicos ahora, lo que querrían sería que la Iglesia tenía que evolucionar, y cambiar un poco. Yo también lo pienso porque yo he hablado con mis nietos, que ya son, uno tiene 25 años, y tal, y dicen que es que la iglesia tenía que cambiar y evolucionar a los tiempos actuales, que se ha quedado muy estancada" (GD10.7)

"Esto de la religión ha cambiado tanto, hijo, se echan de menos las formas de antes" (GD6.3)

"Yo tengo varios nietos, yo todos los días procuro rezarle al señor que puedan estar dentro de la Iglesia, porque ya van teniendo años. El mayor tiene 14, ya contesta, ya le contesta a los padres, y el otro que no quiere ir a catequesis porque los amigos se van de paseo. Entonces eso es lo que me preocupa, que se marchen de la Iglesia porque el mundo está como perdido" (GD10.5)

Por otra parte, la presencia cultural del catolicismo es muy importante en nuestra sociedad pero no es ajena a transformaciones. La religión conecta a los individuos con su comunidad a través de ritos, sacramentos, fiestas, tradiciones y costumbres. Esta vinculación se mantiene por más que el factor religioso se haya ido reduciendo con el tiempo.

A modo de ejemplo, observamos que las primeras comuniones recuperan el pulso en Salamanca tras el parón obligado por la pandemia. Frente a las 1.444 comuniones de 2018 o las 1.118 de 2019, en 2020 se quedaron en sólo 870. Un año después, en 2021, remontaron hasta las 1.129 y en 2022, según las estimaciones del delegado diocesano de catequesis se calcula que serán unas 1.300.

En definitiva, la primera comunión se mantiene como una ceremonia con una honda tradición familiar y social y no ha descendido de manera tan brusca como la confirmación o el matrimonio.

Algunos de los mayores participantes han mostrado su malestar por la modificación de la misa y otros sacramentos en un acto más social que religioso para parte de los asistentes.

"Ahora la iglesia no me gusta ir, parece que vas a una fiesta, sin mangas, sin velo, hablando to quisqui, los móviles sonando… Pues no me gusta, a mí me gustaba lo de antiguamente" (GD7.4)

"Yo cuando iba a la escuela y me enseñaron catecismo, lo poco que pude aprender de él. Yo casi no podía hacer nada a la víspera de ir a comulgar por las noches, tenía que ir en ayunas, se hacían las cosas como se hacen. Y ahora, ¿por qué no se hacen como antes?" (GD5.7)

"La eucaristía, para mí, es dijéramos el acto más principal de un cristiano" (GD8.5)

"Yo no aguanto esto de que todo el mundo vaya a comulgar, aunque nadie se haya confesado y antes, obligatoriamente, tenías que confesar y tenías que tener presentimiento de que ibas a cambiar. Y luego de la misma iglesia sales criticando a la gente, desollando a los otros, y digo ¿para qué comulgan?" (GD7.3)

"Yo es que si no voy a la iglesia no me arreglo, yo no me compro ropa, pero para cualquier cosa que vengo a la iglesia me arreglo" (GD2.2)

En este sentido y en consonancia con lo reflejado en otros apartados del informe, reprochan el exceso de materialismo en ceremonias que, a su juicio, deberían ser más sencillas e íntimas.

"Entonces no existía esto de los regalos y de estas cosas, porque si te daban una peseta no era un banquete que te hacían para decir, me tomo la comunión porque me van a dar la peseta" (GD5.4)

"Hasta que toman la comunión, son un poco así, bien, pero en el momento que toman la comunión, ya no volvemos a aparecer ni por la iglesia" (GD5.1)

"Que se hacen unos gastos para hacer una comunión, se hacen un trajes, unos fastos..." (GD5.7)

Asimismo, los mayores salmantinos tanto del medio rural como del medio urbano echan en falta una mayor presencia e implicación de curas y sacerdotes. Hay una nostalgia de tiempos pasados en los que parte de la vida social se conformaban en torno a las parroquias y éstas eran un centro de actividades no siempre religiosas.

"Ya está claro, la iglesia está para lo que está: para ir a misa y hacerte comulgar. No hace ningún tipo de actividad. Nada, nada. No hace actividad ninguna, ninguna" (GD2.1)

"Yo tengo mi parroquia que han cambiado de cura y con el nuevo muy mal. Que yo he tenido necesidad de decir la misa esa a mi marido y a mi hija, y oye la puerta cerrada continuamente, la puerta cerrada. Y yo: ¿esto es una ayuda? Cuando antes venía mucha gente, que le daba y... Tienes que cambiar el tema y decir, rezo sola y sanseacabó" (GD6.2)

"Yo creo que menos que antes, yo creo que las instituciones religiosas las tenían más en cuenta, porque por ejemplo aquí, tendría que venir alguien, alguna institución religiosa o algo, en fin, para mezclarse con la gente, o darle su apoyo o algo, algo, pero vamos, no, no, no veo que haya eso" (ER3)

"Aquí no hay nada más que misas. La Iglesia no hace nada, ni por el pueblo ni por los mayores." (GD2.6)

"Antes teníamos el sacerdote allí en el pueblo, era distinto totalmente" (GD6.3)

"Qué suerte tenéis, nosotros media hora de misa los domingos y no tenemos nada más" (GD3.5)

"Aquí pues ya sabéis que esto, por desgracia, tenemos un poquito vagos los curas, no se quieren molestar mucho" (GD2.2)

Los mayores son conscientes de que la falta de vocaciones ha debilitado la estructura y presencia de la iglesia en barrios y municipios. De hecho, en mayo de 2022 se ordenaba un nuevo sacerdote de la Diócesis de Salamanca, pero era el segundo en un lapso de diez años[18].

La consecuencia es que en 2022 la provincia, incluida Salamanca capital, cuenta en la actualidad con unos 165 sacerdotes, entre ellos los jubilados, que atienden a cerca de 510 parroquias de muy diferente tamaño. En el caso de la Diócesis de Ciudad Rodrigo, son 49 los curas que tiene de los que 34 están en activo. Atienden ellos solos unas 120 parroquias. La Diócesis de Salamanca, la más amplia, cuenta con 59 sacerdotes diocesanos, de los que 35 residen en pueblos.

Además, hay otros veinte religiosos que tienen encomendada la atención pastoral en el mundo rural. Y, a todos ellos, hay que sumar 25 sacerdotes ya jubilados, que no tienen cargo pastoral pero que colaboran como capellanes o en otras actividades en los pueblos, según informa la Diócesis. Finalmente, las treinta parroquias salmantinas de la Diócesis de Plasencia cuentan con once sacerdotes en activo[19].

"Es que ahora no hay curas para confesarte ni na, si ya los están quitando todos, en pocas iglesias hay ya confesionario, no hay curas para confesarse, si no viven en la parroquia ya solo van a las horas de las misas" (GD7.4)

---

[18] https://www.lagacetadesalamanca.es/salamanca/asi-es-ciriaco-garcia-el-segundo-cura-ordenado-en-salamanca-en-los-ultimos-diez-anos-KC11314608

[19] https://www.lagacetadesalamanca.es/provincia/pueblos-salmantinos-sin-misa-dominical-por-la-falta-de-curas-MP10863528

"También ahora hay que comprender que hay muy pocos" (GD6.4)

"Antes había uno, en cada parroquia había uno entonces te podía atender muy bien, ahora no les da tiempo, claro" (GD6.3)

"Sí hombre, lo que pasa es que la iglesia va perdiendo mucho". (GD2.3)

"Es que no hay vocación, no entra nadie, la gente mayor se muere, pues que va a pasar" (GD6.6)

En condiciones normales, la falta de vocaciones de sacerdotes españoles ha obligado a los obispados a contar con curas del extranjero, pero tampoco ha sido la solución definitiva y hay zonas donde ya no se celebra misa semanal, si no que tiene lugar cada quince días, se celebra los sábados por la tarde o, directamente, el cura apenas acude a la fiesta patronal y cuando hay algún entierro (que suelen darse más que bodas, bautizos o comuniones en el medio rural). Hay diáconos permanentes, que sin poder consagrar ofrecen la palabra y, también laicos que ejercen una función similar.

"El ir a apoyar a un pueblo, como faltan tantos sacerdotes, entonces, la gente de los pueblos el domingo quiere escuchar la palabra, entonces si no hay sacerdotes que vaya alguien y le lea la palabra" (GD3.1)

También los mayores que están en residencias echan en falta una mayor presencia de la iglesia en su día a día.

"Aquí se muere mucha gente, entonces, que te cuesta a ti, tener un cura aquí en noviembre, que es el día de los santos, y hacer una misa y avisar a los familiares que se les ha muerto alguien aquí. Yo sé que hay mucha gente que vendría, aquí son muy católicos" (ER3)

Pese a que disminuye el acompañamiento o la red social que se tejía alrededor de la parroquia o la figura del cura, la oración sigue siendo importante para los mayores, especialmente en los momentos de pandemia o para aliviar la soledad.

> *"Ah, cuando me siento sola. Pues yo rezando, hija, a todas horas. Es verdad, que me siento sola. Pues estas no, pues yo sí. Pues yo sí hija. Me siento sola" (GD2.2)*

> *"Cuando vas a hacer oración con las monjas estas contemplativas, te vas allí... y es que sales de orar con ellas allí, que te da un subidón" (GD3.5)*

> *"Yo lo he llevado bastante bien cuando estábamos encerrados, te agarrabas a la oración, te agarrabas a la cruz, te agarrabas a lo que fuera, otro rato te paseabas por el pasillo, otro rato veías la misa…" (GD11.5)*

> *"En algo hay que creer, yo sí, la oración sí que ayuda y dices bueno, que vayas a misa es una cosa, pero que creas es otra, la misa es como una rutina" (GD7.2)*

> *"Ahora en la pandemia, eh, cuando estábamos confinados todos, pues, hicieron unos, unos ejercicios espirituales online, bueno, pues yo los seguí y tal, y al cabo de mes y pico, me dice la mujer: Oye, ¿Qué ha pasado en ti? ¡Cómo has cambiado!" Digo, si yo soy el mismo, y dice hombre, pero es que, y es que, lo que, a lo mejor experimentemos y tal, nos lo ven otros no te lo ves tú, y entonces claro, eh... porque tengo, digamos esa... porque estoy a gusto y me siento feliz" (GD1.4)*

Abordamos ahora el terreno de la fe religiosa y la espiritualidad. La espiritualidad se puede definir como un conjunto de sentimientos, creencias y acciones que suponen una búsqueda de lo trascendente, sagrado o divino. Este conjunto contribuye a dar un sentido y propósito en la vida, y orienta la conducta de las personas, sus relaciones interpersonales y su forma de sentir y de pensar, tanto a la realidad como a sí mismos. A pesar de que como describe San Martín:

"ambas son convicciones espirituales y estilos de vida, hay diferencias entre religiosidad y espiritualidad. La religiosidad es de naturaleza esencialmente social y se vive como un cuerpo de conocimientos, ritos, normas y valores que rigen la vida del individuo interesado en vincularse con lo divino, mientras que la naturaleza de la espiritualidad es singular, específica y personal, se caracteriza por un sentimiento de integración con la vida y con el mundo, y se vive como la experiencia de lo divino. La religiosidad tendría un carácter directivo, al señalar cómo buscar lo divino, a través del adoctrinamiento y la congregación con otros, mientras que la espiritualidad se caracterizaría por la búsqueda de lo sacro o divino a través de cualquier ruta o experiencia de la vida" (San Martín, 2007:113).

Así, se espera que los practicantes de la religión comulguen o expresen su devoción colectivamente en la iglesia siguiendo un ritual preestablecido, y orando conforme a sus normas. Por su parte, al ser la espiritualidad un acto más privado, tiende a evitar las estructuras externas formales de los rituales. No obstante, autores como Green, Benshoff y Harris-Forbes (2001), plantean que la espiritualidad es parte de la mayoría de las religiones, y cada religión monoteísta comprende elementos espirituales, tanto para la devoción colectiva, como para las prácticas religiosas individuales. Por tanto, se puede sostener que el que es religioso es a menudo un ser espiritual, al menos parcialmente, pero el ser espiritual no implica necesariamente ser religioso.

En el caso de los mayores participantes en el estudio observamos esa imbricación entre ambos conceptos. Es decir, su espiritualidad se enmarca en su fe católica que han aceptado desde temprana edad.

"Yo tengo una fe muy fuerte, y además la necesito para vivir. Creo que todo el mundo necesitamos creer en algo, para sobrevivir" (GD3.7)

"Yo creo que la fe nos ayuda mucho también. La fe creo que para nosotras y para todo el mundo que se dedica a estas labores, creo que es muy importante" (GD10.1)

"Todas las mañanas doy gracias y que no me falte la fe, que me aumente porque eso te restaura, por dentro y por fuera" (GD3.5)

"Me siento afortunada, porque la fe es un don" (GD1.1)

"La fe crece en la vida, y cuanto más mayores nos vamos haciendo, más. La prueba está que la fe de pequeño, luego hay una parte que tenemos ahí de adolescencia y de jóvenes que nos apartamos un poco, luego a los años lo retomamos otra vez" (GD3.1)

Como en cualquier otra etapa de nuestras vidas, en la vejez hay alegrías y penas, conflictos y soluciones, conquistas y derrotas. Los mayores dedican más tiempo a rememorar hechos ya acaecidos. Cada persona tiene una visión distinta debido a sus vivencias y la puesta en común de estos sentimientos no ha sido sencillo porque en algunos casos eran muy dolorosos.

"Yo he tenido muchas personas queridas que se me han ido, y entonces pues he sufrido mucho. Con mi marido sufrí muchísimo porque tenía cáncer de huesos y sufrimos mucho. Entonces pues, ya una vez, ya pedía que el señor se lo llevara, aunque os parezca mentira, porque verlo sufrir tanto, era horroroso" (GD1.3)

"Yo arrepentirme no me arrepiento de nada, aunque para mí el matrimonio fue un fracaso, pero tengo dos hijos buenos, y trabajadores y nada más" (GD7.3)

"No, he hecho muchas bobadas yo, he hecho muchas bobadas y por eso estoy divorciado, muchas bobadas que además no tienen sentido, pero bueno, lo ves ahora de… una vez que pasa pues… pero cuando no tiene remedio no... Yo he hecho muchas muchísimas bobadas, igual por creerme más… no sé, no lo sé. Por la profesión, y por estar siempre… Bobadas muchas, pero muchas, gastar dinero

espuertas y palmar dinero a lo tonto, por eso mejor ya… han pasado hielos". (ER2)

"Hoy en día tenemos todas muchos problemas, unos que se dicen y otros que no se dicen, pero todo el mundo tiene porque sin cruz no se puede vivir" (GD4.7)

"Tenemos que partir de la base de que la vida no es plana, tenemos momentos de subida, nos encanta, pero también hay de bajada, que nos gusta menos. Es así la vida y eso es lo bonito" (GD3.1)

"Yo es que creo que el mundo está muy mal hecho, muy mal hecho, y es una vergüenza, una vergüenza que tengamos que sufrir tanto" (ER3)

"Una persona que se está muriendo, estás esperando a que se muera, aunque esté muy malo… Pero una persona que sale y viene muerta, por Dios" (GD5.1) (muerte por accidente)

"Hay que amoldarse a lo que uno tiene, a las circunstancias, cada uno... a su nivel de vida y a todo" (GD4.3)

"La vida es una carretera, unas subes, otras bajas, otras llanas, otras... la vida es así" (GD3.2)

"Y mirar lo positivo, de la vida, de las desgracias, no lo negativo y... para mí es fundamental no estarse mirando el ombligo constantemente, porque eso es lo que lleva al traste muchas relaciones y..." (GD8.3)

"Los tiempos cambian y hay que cogerlos como vengan, adaptarnos a lo que haya y se acabó" (GD12.5)

Según la opinión de los participantes creyentes, la fe ayuda a relativizar los sucesos del pasado y a aceptar el actual momento vital con sus limitaciones.

"Yo sí, sí, sí creo positivamente que hay, y yo lo necesito y además, a mí me da más fuerza ese contacto, esa comunión, la fe en Dios es que es lo que me hace vivir, y lo que hace que vivan los que están alrededor de mí" (GD3.5)

"Yo creo que las que ya tenemos más de 70 años, ya nos ha tocado tanto en la vida que ya dices: bueno pues algo más, pues habrá que tirar, habrá que luchar y que Dios esté para todo" (GD8.4)

"Vas cumpliendo años y vas necesitando más dónde agarrarte porque sabes que estás llegando ya al final de tu vida" (GD3.1)

"Yo miro para arriba y digo: pues Él sabrá lo que hace conmigo" (GD8.1)

En este sentido, diferentes estudios señalan que la espiritualidad es uno de los factores que propician la sensación de tener una vida con calidad y que puede reconocerse como un componente esencial de la salud y del bienestar (Buenos Bejarano, 2022). A partir de la espiritualidad es más natural la inquietud de encontrar un sentido para la vida.

El sentido de la vida es un término que describe una creencia, una idea, que fundamenta la razón, el motivo y el propósito por el cual vivir; se constituye como un motor fundamental para la existencia, ya que la necesidad de darle un significado a la vida formar parte de la naturaleza espiritual del ser humano.

Para los mayores creyentes este sentido de la vida se estructura a partir de su relación con Dios y les permite, en sus propias palabras, afrontar situaciones difíciles como pueden ser las derivadas de enfermedades, dolor físico, pérdida de seres queridos, por ejemplo.

"De lo malo se sacan también cosas buenas, siempre se aprende" (GD3.7)

"Yo creo que sí, que si estamos aquí es para algo, y sobre todo para ser felices, porque realmente para eso nos han creado, para ser felices" (GD1.1)

"Murió mi madre que era la persona que más quería en el mundo, pero los que tenemos fe, la muerte es un paso más además y como encima creemos que hay un más allá, a mí no me afecta, puedo llorar al verla malita y enferma, pero yo por la muerte no" (GD3.1)

"Hay que aceptarlo con la fe, con la fe que tenemos" (GD3.5)

No sólo la fe íntima sino el hecho de pertenecer y/o asistir a una congregación o grupo brinda mucha fortaleza, ayuda y apoyo en palabras de los mayores.

"Eso sí que te da una fuerza, que no la para ni un camión, la fe en comunidad" (GD3.1)

"La fe individual es maravilloso, porque cada uno se expresa como puede y te ayuda lo que hace cada uno, pero en comunidad o en grupo, eso ya es brutal" (GD3.6)

Cuando se logra alcanzar una madurez plena se tiene más tiempo para reflexionar sobre el sentido de la vida y sobre la próxima muerte desde el equilibrio y la tranquilidad. Para muchos mayores, la muerte se espera sin miedo, como algo natural.

> *"A mí lo que me da miedo, es que, si me voy yo antes que Rosi, porque Rosi… estoy acostumbrado y ella está acostumbrada a mí. Yo estoy todo el día con ella, es lo único que tengo todo el día en mente, cuando me vaya yo, que pasará con ella. Estoy mentalizado de que en algún momento llegará, solo le pido a Dios que nos lleve a los dos juntos" (ER5)*

> *"Aquí nacemos para morir, entonces no puedes soñarte, tienes que hacerte a ello, y lo único... si lo interiorizas bien, pues la vida te resulta más fácil, más sencilla y te reirás más" (ER3)*

> *"Tampoco se puede vivir con miedo a la muerte. No adelantas nada, solo tienes miedo y no vives, no vives" (GD2.1)*

> *"No, como si es mañana mismo, que digo, si ya he vivido, he sido feliz. Estoy, digamos en paz, y no tengo ninguna cosa por ahí pendiente, pues nada, cuando venga" (GD1.4)*

> *"Yo con la muerte he tenido una relación siempre muy natural" (GD1.2)*

> *"Yo miedo no tengo ninguno, nada más que cuando tenga que llegar que llegue, pero miedo no tengo ninguno" (E6)*

Provoca más inquietud el dolor y la enfermedad que la propia muerte. Muchos han pasado por el trance de cuidar y perder a seres queridos y no quieren vivir ellos mismos esas circunstancias.

"Bueno pues yo, al final, es más difícil de aceptar la enfermedad que la muerte, la muerte es como algo natural" (GD1.1)

"Es que una muerte repentina sin dolor eso, la deseamos todos, cuando dicen que... "ay que le dio un infarto", muerte divina, no sufrió" (GD5.7)

"Yo a lo que le temo mucho es al dolor, eh, al dolor. Yo he hablado con mis hijos: si el día de mañana me toca morir pues me muero, pero no me dejéis pasar dolor, darme... hasta que me droguéis" (GD5.5)

"Y como estaban sufriendo, mi padre ya sufría tanto y una de mis hermanas también, yo ya pedía al señor que, que evitara este sufrimiento y que tenían que irse" (GD3.5)

"Sí que hay momentos de rebeldía, de crisis, no crisis de fe, pero un poco, jolín, que hay cosas que cuesta entender, que cuesta entender, para que tanto sufrimiento para nada" (GD1.4)

"Yo mi marido 6 años con la enfermedad y quedó como un vegetal en la cama, y ves una persona en una cama que no se mueve, eso es horroroso" (GD5.5)

Distinguen además entre la muerte "natural", aquella que se produce con una elevada edad de la "antinatural", cuando pierde la vida personas jóvenes o son enfermedades muy duras. Estos recuerdos se han mostrado en testimonios muy dolorosos.

"La siguiente muerte que he tenido ha sido la de mi hijo, y yo es que lo he cuidado y he estado con él, todo el tiempo, desde que se puso malo hasta que se ha muerto. Lo he visto como una cosa natural, o sea, natural, porque él se ha ido apagando poco a poco, y ya lo último, lo que tenía no era vida, entonces pues,

decías, si es que así no es vivir y entonces pues, no estás deseando que pase, pero, pero tampoco te aferras a la idea de que tiene, que se tiene que quedar aquí, sino que una cosa natural que ha pasado y el dolor se pasa, se pasa mal, se sufre pero se acepta" (GD1.2)

"Lo peor que le puede pasar a una madre o un padre es que se le muera un hijo, es antinatural" (GD3.4)

"No me costó lo mismo que lo de mis padres, mis padres murieron con 80 y 85, y mi madre estaba ya muy enferma, entonces lo que dices, a lo mejor ya pedía que Dios se la llevará, pero la muerte de mi sobrino... ha sido horrible y está siendo" (GD3.5)

Estos sucesos tan dolorosos hacen que los mayores creyentes busquen respuestas en su fe y que a veces no las encuentren.

"Yo no voy a misa, hace... para el dos de junio hace un año que yo no voy a misa y he ido toda, toda mi vida. El primer año en todo lo que me conozco que el Domingo de Ramos yo no había ido a misa, pero es que no puedo... no puedo. Voy y me tengo que salir. Pienso que hay cosas muy injustas y que, aunque te quedes con la gana de saber pues yo te lo voy a decir. Yo tenía un hijo con 52 años estaba hablando con él por la carretera y lo mató un camión, entonces estoy ahí, yo soy religiosa, llego allí y me entra una angustia, una angustia, un algo que es que me tengo que marchar, lo siento en el alma, pero... espero que con el tiempo se me pase" (GD4.5)

"Yo las muertes de mis padres y de mis suegros, pues las he vivido, pero las he vivido, pero las he vivido como algo natural, que, claro, sin embargo, mi hermano que ha estado con alzhéimer como 11 años, los dos últimos años, era un cadáver, que respiraba solo, ahí sí que, he tenido de todo, crisis de fe no, pero pedir, pedir para que se lo llevarán." (GD1.4)

"Si hay un Dios ¿cómo deja pasar estas cosas" (GD5.1)

Respecto a la propia muerte, y en el caso de los mayores más creyentes, ésta trae consigo la esperanza de trascender y empezar una nueva andadura.

"Los que vivimos la muerte como un final de la vida en este mundo es algo que tiene que pasar, nacemos para morir y nacer de nuevo, a mí no me afecta en absoluto" (GD3.1)

"Sabemos que estamos de paso, sabemos que esa enfermedad, que esa tal, que va a pasar, que no va a ser así siempre, y sí creemos, vamos a un sitio mejor. Dios nos da la vida, y sabe cuándo nos quiere y cuando hay que marchar con él. Para mí es decir, Señor cuando tú quieras, que esté dispuesta, si yo estoy haciendo lo que debo, pues señor aquí estoy" (GD5.6)

Ya hemos visto que para los mayores es frecuente examinar y reevaluar la vida pasada. Nussbaum y Levmore (2018) sostienen que la retrospección es positiva si contribuye a dar sentido a la narrativa completa de nuestra vida y sirve para aprender. Sin embargo, alerta de que los mayores también han de mirar hacia el futuro ya que quedarse anclado en emociones del pasado nos condena a una repetición inflexible de algo que no se puede cambiar e impide "centrarnos en personas que tenemos ante nosotros" al vivir en el recuerdo de "las que desaparecieron hace mucho".

"Te hace mucha, mucha llaga, y claro, lo que dices, que la vida luego lo subsana todo, pero no, perdonar se perdona, pero olvidarse no olvida, y esas cosas no se olvidan, esas siempre las tienes en el recuerdo, que te hacen más o menos daño en algunos momentos" (GD3.2

"He intentado rehacer la vida con mi exmujer y no…, me dice que no, pues… Y lo está pasando muy mal, lo está pasando muy mal, pero sino no quiere nada pues que vamos a hacer" (ER2)

Como las maneras de envejecer son muy distintas, encontramos mayores muy activos y con ganas de relacionarse y experimentar nuevas vivencias y otros más centrados en el pasado y con poca ilusión por lo que queda por vivir.

"Cuando uno llega ya a mayor se te queda casi todo en costumbres. Y haces pues esas costumbres que tienes. Tampoco, yo con mi edad, dónde voy. A montar ahora una empresa o a buscarme novia o no sé qué. Pues no. No tenemos prácticamente iniciativa ninguna" (GD2.2)

"Me gusta tomarme un cafecito para relacionarme con las personas y, y estoy muy a gusto, y conozco a personas, y ya somos amigos, y bueno, esa relación" (GD5.6)

"Pero la ilusión no es lo mismo, no es lo mismo que cuando eres joven" (GD2.1)

"Si tal como hoy me jubilé, tal como mañana bajé a Cáritas, que yo nunca había..., y dije si me he jubilado ayer, pero siempre soy muy activa y muy movida, y les dije si yo puedo hacer algo aquí estoy" (GD8.5)

"Tenemos la ilusión un poquito de los hijos, los nietos…" (GD2.3)

"Pero cuando mi ánimo me retiene... pero bueno, lucho mucho, me levanto para ir a las claras, unas monjas que hay aquí, Carmelitas, a la misa de 8:30, y así ya remonto" (GD3.5)

Respecto del futuro, los mayores salmantinos entienden que su tiempo ya está terminando y, en la mayoría de los casos, su preocupación es la vida que van a tener sus hijos y sus nietos.

"Nuestro futuro ya los sabemos, esperar aquí a que venga lo que tiene que venir, y punto, aquí no hay otra cosa que esperar" (E7)

"Yo el futuro lo veo con incertidumbre, pues como no sabes lo que va a venir, pues con una incertidumbre, y la mayoría de los que no tenemos a nadie, pues no nos queda más remedio que... más que lo que toque, no tengo esperanzas de... no espero nada de nadie" (GD8.1)

"Nosotros ya tenemos nuestra vida hecha, lo que nos preocupa son las generaciones siguientes, nuestros hijos y nietos, si tendrán trabajo" (GD9.4)

"Más que preocuparme el futuro mío, me preocupa en realidad poder llegar a lo que pueda suceder, me preocupa ahora mismo la crispación de la propia gente de Ucrania. Muchas veces la televisión la quito porque me da pena ver a la gente, los niños" (ER4)

"Yo, el futuro de mis nietos es el que me preocupa" (GD10.5)

"Que será de ellos, con esta vida, vemos que no tiene salida buena" (GD10.2)

"A mí me preocupa, pues, la situación económica de mucha gente…" (GD11.5)

10.1. Recopilando ideas

Los mayores salmantinos protagonistas de este estudio pertenecen a una generación socializada en un momento histórico en el que tanto la religión como la iglesia estaban muy presentes en la vida diaria. Fruto de ello es que mantienen un grado de práctica religiosa mayor que las generaciones posteriores. En la actualidad, se encuentran con un entorno social ajeno a sus valores consecuencia del proceso de secularización que ha experimentado nuestro país.

En todo caso, a pesar de que la secularización ha modificado el peso de la dimensión religiosa, ésta sigue siendo importante pero adoptando cambios en numerosos aspectos. Por ejemplo, la práctica religiosa ha decaído, también entre los mayores, en las últimas décadas y, a su vez, se ha intensificado como consecuencia de la pandemia. Esta ha modificado hábitos y rutinas, entre ellos el tiempo dedicado a participar en la eucaristía, a asistir a actividades de la parroquia, etc.

Así, si bien se mantiene la presencia cultural del catolicismo en muchas tradiciones (Navidad, Semana Santa, romerías, bodas, bautizos, comuniones, etc.) pero éstas van perdiendo su componente más religioso. Los mayores salmantinos expresan su desacuerdo con el exceso de materialismo en ceremonias que consideran sencillas e íntimas. También lamentan que prime el aspecto social sobre el espiritual en actos religiosos.

Otro de los aspectos es la autonomización. Esto es, mantener la creencia religiosa pero incorporando aspectos subjetivos que facilitan adaptarse a la nueva cotidianeidad ("una religión a medida"). El creciente individualismo que caracteriza la sociedad capitalista también contribuye al alejamiento de la religión.

Los mayores salmantinos tanto del medio rural como del medio urbano demandan una mayor presencia e implicación de curas y sacerdotes en la vida diaria. Se trataría de recuperar aquella vida social en torno a las parroquias cuando éstas eran un importante centro de encuentro y actividades no siempre religiosas. También los mayores que están en residencias echan en falta una mayor presencia de la iglesia en su día a día.

Pese a que ese ritual colectivo ha perdido fuerza, la oración sigue siendo importante para los mayores, especialmente en los momentos de pandemia o para aliviar la soledad. Se trata de una manera de reforzar su espiritualidad, enmarcada en la fe católica desde temprana edad. En sus discursos han expresado como esta fe les permite superar los trances dolorosos del

pasado y aceptar las limitaciones propias de la vejez. Además, la pertenencia a una congregación o grupo brinda mucha fortaleza, ayuda y apoyo en palabras de los mayores.

Una circunstancia que destaca entre los mayores salmantinos es que afrontan la muerte sin temor, la fe les permite interpretarla como el inicio de una nueva vida. Sí sienten inquietud ante el dolor y la enfermedad, ya que han visto sufrir a seres queridos a los que han cuidado y acompañado hasta el último momento.

Las maneras de envejecer son muy distintas, desde mayores muy activos y con ganas de relacionarse y experimentar nuevas vivencias y otros centrados en la melancolía y más proclives a sufrir la soledad.

Respecto del futuro, los mayores salmantinos están preocupados por la vida que van a tener sus hijos y sus nietos, no por lo que les suceda a ellos. Hechos recientes como la pandemia, la guerra, la crisis económica y ambiental les generan desasosiego. En el caso concreto de Salamanca provincia y capital son muy pesimistas respecto de que sus nietos puedan labrarse un futuro en ella. Parecen resignados a que engrosen las cifras de emigración juvenil por motivos laborales.

11. En pocas palabras…

El estudio presentado recoge los discursos y opiniones de más de un centenar de ciudadanos salmantinos mayores de 70 años. Están representados tanto los residentes de la provincia como de la capital y, en este caso, distintos barrios con realidades socioeconómicas muy distintas. También se ha entrevistado, aunque en menor número, con personas que viven solas en sus domicilios o en residencias de mayores. En estas más de 26 horas de conversación se han abordado temas muy diversos que se recogen en el presente informe.

Salamanca es una provincia que pierde población y cada vez más envejecida. El único grupo de población que aumenta es el de los mayores de 65 años: actualmente hay 2,2 mayores por cada menor de 16 años. Y en los pueblos la proporción de mayores es todavía mayor (a excepción del alfoz de la capital). Además muchos de los (pocos) jóvenes tienen que emigrar, de modo que muchos mayores tienen a sus hijos e hijas lejos.

Hablando con los mayores, prácticamente todos nos han expresado que lo que más valoran es poder compartir tiempo con sus hijos y nietos. Por desgracia, la incidencia de la emigración en la provincia hace que muchos se encuentren alejados de sus seres queridos. Quienes tienen que cuidar de sus nietos lo viven como algo muy positivo ("es una suerte"), porque además posibilita el contacto frecuente con los hijos. Todos quieren que sus hijos mejoren y tengan su vida, aunque sea lejos de ellos; pero al mismo tiempo lo experimentan como una pérdida.

Relacionado con ello aparece el creciente problema de la soledad no deseada. Se ha señalado que circunstancias como son la jubilación (que en muchos casos rompe con ámbitos de relación), la viudedad, la lejanía de la familia o la enfermedad favorecen una mayor incidencia. También se ha identificado una mayor soledad entre los hombres porque sus redes sociales son menos fuertes que las de las mujeres.

Hay que destacar, que buena parte de los participantes en el estudio rechazan la visión de la vejez como un periodo únicamente de decadencia física y mental. De hecho, mantienen una intensa vida social tanto en el quehacer diario (hacer la compra, dar un paseo) como en los espacios comunes (centros de mayores, actividades organizadas). La desaparición de estos lugares de encuentro supone un problema (sobre todo las tiendas de barrio). La permanencia en su pueblo o en su barrio de siempre es una aspiración compartida. Se demanda un modelo de atención domiciliario que no les aleje de su hogar: mejorar las prestaciones que reciben, reforzar los servicios básicos, explorar otro modelo de residencias, etc.

Otro discurso importante es el de recibir un trato que respete su dignidad como personas pese a su edad. En este sentido, se han sentido maltratados tanto por las administraciones como por el general de la sociedad durante la gestión de la pandemia. También denuncian el trato que reciben por parte de entidades bancarias, empresas proveedoras de servicios y de la propia administración pública (sanidad, trámites) en el proceso de digitalización o "deshumanización" en palabras de los mayores salmantinos.

La pandemia, como situación sobrevenida, ha afectado negativamente a la salud mental y el ánimo de los mayores salmantinos. Señalan como son muchos los que han modificado sus hábitos restringiendo su vida social y sus actividades pese a la vuelta a una situación de normalidad.

Los residentes en la capital reclaman nuevos y mayores espacios públicos amigables y denuncian la falta de mantenimiento y degradación de los existentes. Asimismo, a raíz de la pandemia experimentan un empeoramiento en los servicios públicos y una inquietud ante las dificultades económicas que anticipan en un futuro cercano.

Los residentes en los pueblos defienden la calidad de vida de los mismos aunque son conscientes de la progresiva pérdida de servicios y recursos públicos y privados. También señalan que la pérdida de habitantes que experimentan la práctica totalidad de municipios debilita la red de apoyo informal y, a su vez, lastra el dinamismo social y económico-empresarial de estos territorios.

En el caso concreto de las residencias, los participantes acusan una mayor monotonía y sedentarismo en su vida diaria que se vio incrementada durante la pandemia. Se demandan actividades más acordes a sus gustos y preferencias.

Nos encontramos con una generación socializada en un momento histórico en el que la religión era una parte muy importante de la vida diaria de la mayoría de la sociedad salmantina. Consecuencia de ello, elementos como la fe, la oración, la participación en la parroquia son más habituales entre ellos que en las generaciones posteriores. En sus propias palabras, este componente espiritual les ayuda a afrontar las dificultades vitales y a esperar con serenidad el momento de la propia muerte.

También argumentan que esta socialización en los valores cristianos les aleja del individualismo y el materialismo que, a su juicio, caracterizaría a las generaciones posteriores, especialmente a los más jóvenes. La mayoría de ellos consideran que han vivido una buena vida, que han sido felices pese a las carencias económicas y priman valores la sencillez o austeridad.

Tal y como reflejan sus discursos, la clave sería el peso de unas relaciones y vida social colectiva mucho más fuerte que la actual. En esta construcción social la religión y la iglesia en particular habrían tenido un papel fundamental tejiendo lazos comunitarios en barrios y pueblos junto con el comercio de proximidad, el movimiento asociativo, el espíritu de vecindad, etc. Recuperar espacios de encuentro formal e informal es una de las principales demandas que se extraen del análisis del contenido de estos discursos. Incluyendo comprar en las tiendas del barrio o del pueblo por parte de los más jóvenes, para que no desaparezcan. En los casos con más dificultades de relación, sería necesario organizar visitas o acompañamiento a personas solas.

Los mayores salmantinos tanto del medio rural como del medio urbano demandan una mayor presencia e implicación de curas y sacerdotes en la vida diaria (en un momento en que son un recurso muy escaso). Se trataría, sobre todo, de recuperar aquella vida social en torno a las parroquias cuando éstas eran un importante centro de encuentro y actividades no siempre religiosas. También los mayores que están en residencias echan en falta una mayor presencia de la iglesia en su día a día.

12. Bibliografía

Abellán García, A., Esparza Catalá, E. Pérez Díaz, J. (2011). Evolución y estructura de la población en situación de dependencia. *Cuadernos de Relaciones Laborales 29(1),* 43-67.

Abellán García, A., Lorenzo Carrascosa, L. y Pérez Díaz, J. (2012). Indicadores demográficos. En R. Díaz (Coord.), *Las personas mayores en España* (pp 40-80). Madrid: IMSERSO.

Abellán García, A. Aceituno Nieto, P., Pérez Díaz, J., Ramiro Fariñas, D., Ayala García, A. y Pujol Rodríguez, R. (2019). Un perfil de las personas mayores en España, 2019. Indicadores estadísticos básicos. *Informes Envejecimiento en red,* 22. Disponible en https://digital.csic.es/bitstream/10261/180092/1/enred-indicadoresbasicos2019.pdf (2 de agosto de 2022).

Arroyo, M. (2008). Individualización y religión en la Europa católica. *Revista Española de Sociología*, *9*, 61-85.

Ayalon, Liat et Alia (2021). Aging in Times of the COVID-19 Pandemic: Avoiding Ageism and Fostering Intergenerational Solidarity. *The Journals of Gerontology: Series B*, *76*, e49–e52. https://doi.org/10.1093/geronb/gbaa051

Barreiro, B. (2017). *La sociedad que seremos. Digitales, analógicos, acomodados y empobrecidos*. Madrid. Editorial Planeta.

Beck, U. (2009). *El Dios personal. La individualización de la religión y el espíritu del cosmopolitismo*. Barcelona: Editorial Paidos.

Bueno-Bejarano-Vale-de-Medeiros, A., Ramos-Pereira, E., Costa-Rosa-Andrade-Silva, R., Nencetti-Pereira-Rocha, R. y Gil-Moncayo, F. (2019) El sentido de la vida como recurso espiritual para el cuidado en oncología. *Revista Cubana de Enfermería*, *34* (4) Disponible en http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/2243 (8 de junio de 2022).

Bustos Gisbert, Mª L. (2018). Evolución de la población rural en la provincia de Salamanca. *Boletín de la Asociación de Geógrafos Españoles, 77*, 200–228. https://doi.org/10.21138/bage.2539

Butler, M.D. (19675) *¿Why survive? Being Old in America*. New York: Harper & Row.

Camarero Rioja, L. A. (Comp.) (2009). *La población rural de España. De los desequilibrios a la sostenibilidad social*. Barcelona: Fundación La Caixa.

Camps Cervera, M. V. (2004). La vejez como oportunidad. *Monografías Humanitas,* 1, 99-105.

Casado Marín, D. y López Casasnovas, G. (2001). *Vejez, dependencia y cuidados de larga duración Situación actual y perspectivas de futuro*. Barcelona: Fundación La Caixa.

Castells, M. (2006). *La era de la información* (Volumen I). Madrid: Alianza.

Consejo Económico y Social Castilla y León (2010). *Promoción de la autonomía personal y atención a las personas en situación de dependencia. Aplicación de la Ley 39/2006 en Castilla y León. Informe a Iniciativa Propia IIP 3/10*. Valladolid: Autor.

------. 2018. *Informe sobre el medio rural y su vertebración social y territorial*.

Donehower, G. (2013). El futuro del envejecimiento en México. Fechas emblemáticas y opciones de políticas: una mirada hacia 2040 y más allá. CEPAL. Disponible en http://hdl.handle.net/11362/37541 (15 de mayo de 2022).

Esparza Catalán, C. (2011). Discapacidad y dependencia en Castilla León. *Informes Portal Mayores,* 117. Disponible en http://digital.csic.es/bitstream/10261/39620/1/pm-discapacidadcastillaleon-01.pdf (16 de abril de 2022).

Fundación Fomento de Estudios Sociales y de Sociología Aplicada (2019). *VIII Informe sobre exclusión y desarrollo social en España*. Madrid: Fundación FOESSA.

García Sanz, B. (2003). *Sociedad rural y desarrollo*. Madrid: Ministerio de Agricultura Pesca y Alimentación.

García Sanz, B. y Martínez Paricio, J. (2006). Demografía de la vejez. Mª T. Bazo Royo y B. García Sanz (Coord.), *Envejecimiento y sociedad: una perspectiva internacional* (pp. 1-37). Madrid: Editorial Médica Panamericana.

Gómez García, J. Mª, Peláez Fermoso, F. J. y García González, A. (2011). Dependencia, envejecimiento demográfico y economía social. Estimación de los potenciales efectos y valoración de la implantación del SAAD en Castilla y León. *Revista de Economía Pública, Social y Cooperativa, 71*, 101-128.

Green, R., Benshoff, J., & Harris-Forbes, J. (2001). Spirituality in Rehabilitation Counselor Education: a Pilot Survey. *Journal of Rehabilitation*, *67(3)*, 55-60.

Iglesias de Ussel, J., López Doblas, J., Díaz Conde, Mª P., Alemán Bracho, C., Trinidad Requena, A. y Castón Boyer, P. (2001). *La soledad en personas mayores: influencias personales, familiares y sociales*. Madrid: IMSERSO.

IMSERSO (2005). *Cuidado a la dependencia e inmigración*. Madrid: IMSERSO.

------ (2007). *A propósito de las condiciones de vida de las personas mayores*. Encuesta 2006. Madrid: IMSERSO.

------ (2017). *Las personas mayores en España. Datos estadísticos estatales y por Comunidades Autónomas. Informe 2016*. Madrid: IMSERSO.

------ (2021). *Las personas mayores en España. Datos estadísticos estatales y por comunidades autónomas. Informe 2018.* Madrid: IMSERSO

Instituto Nacional de Estadística. 2021. *Riesgo de pobreza y/o exclusión social (estrategia Europa 2020). Indicador AROPE*. Disponible en https://www.ine.es/prensa/ecv_2020.pdf (24 de febrero de 2022).

Laborde, A. (2017). "La gente te mira raro cuando dices que te casas por la iglesia". El País online. 10 de enero de 2017. https://elpais.com/politica/2016/12/19/actualidad/1482162082_252517.htm

López-Casquete, M., Muñiz-Velázquez, J. A., & Gómez-Baya, D. (2018). Materialismo consumista e (in)felicidad: una revisión de la bibliografía. *Arbor, 194(788)*, a452. https://doi.org/10.3989/arbor.2018.788n2012

Martín Gómez, Á., Rivera Navarro, J. y Gómez Rodilla, I. (2015). Envejecimiento, dependencia y hábitat de residencia: un análisis de la provisión de cuidado formal e informal a los mayores en los entornos rurales. *Documentación social, 177*, 163-180.

Martín Gómez, Á. (2019). *Envejecimiento, dependencia y hábitat de residencia: un análisis de la provisión de cuidado formal e informal a los mayores en los entornos rurales.* (Tesis de Doctoral). Universidad de Salamanca, Facultad de Ciencias Sociales.

Martín Gómez, Á., Sánchez-Sierra, M., Gómez Rodilla, I. y Huete García, A. (2021). Barómetro SOCYL. Cinco años de opinión pública en Castilla y León: 2016-2020. Salamanca: SOCYL.

Médicos sin Fronteras (MSF). 2020. *Poco, tarde y mal. El inaceptable desamparo de las personas mayores en las residencias durante la COVID-19 en España*. Barcelona: MSF.

Nussbaum, M. C. y Levmore, S. (2018). *Envejecer con sentido: Conversaciones sobre el amor, las arrugas y otros pesares*. Barcelona: Editorial Paidós.

Organización de las Naciones Unidas (2012). *ONU llama a incluir envejecimiento de la población en agenda de desarrollo. Centro de Noticias ONU. Disponible en http://www.un.org/spanish/News/story.asp?NewsID=24622#.VUCVhSHtmko* (20 de abril de 2022).

------ (2014). *La situación demográfica en el mundo 2014. Informe conciso. Nueva York: ONU.*

Pérez Menayo, V. (2003). Prestaciones de dependencia: situación comparada en la Unión Europea. *Revista del Ministerio de Trabajo y Asuntos Social*, 43, 295-323.

Pinazo-Hernandis, S. (2020). Impacto psicosocial de la COVID-19 en las personas mayores: problemas y retos. *Revista Española de Geriatría y Gerontología*, *55*, 249-252.

Pinilla, V. y Sáez, L. A. (2021). La despoblación rural en España: características, causas e implicaciones para las políticas públicas. *Presupuesto y Gasto Público, 102*, 75-92.

del Rey Poveda, A., Cebrián Villar, M. y Ortega Osona, J. A. (2009). Despoblamiento y envejecimiento en Castilla y León durante el siglo XX: análisis a través de la emigración femenina y la pérdida de nacimientos. *Revista de Estudios sobre Despoblación y Desarrollo Rural, 8*, 113-149.

Rodríguez López, E. y Castro Clemente, C. (2019). Soledad y aislamiento, barreras y condicionamientos en ámbito de las personas mayores en España. *Revista Internacional de Políticas de Bienestar y Trabajo Social Ehquidad,* 12, 127-154.

Rodríguez Rodríguez, P. (2004). *Envejecimiento en el mundo rural: necesidades singulares, políticas específicas*. Madrid: IMSERSO.

Rueda Estrada, J. D. (2016). Las personas mayores en el mundo rural. Una ventana a la esperanza. *Actas de Coordinación Sociosanitaria,* 16, 21-32.

Ruiz Andrés, R. (2022). *La secularización en España*. Madrid. Cátedra.

San Martín Petersen, C. (2007). Espiritualidad en la Tercera Edad. *Psicodebate. Psicología, Cultura y Sociedad, 8*, 111-128.

13. Índice de gráficos

Gráfico 1. Evolución del envejecimiento a nivel mundial. 1950-2100 11
Gráfico 2. Evolución de la esperanza de vida al nacer en España. 1990-2020 12
Gráfico 3. Esperanza de vida al nacer en España por Comunidad Autónoma. 2020. 13
Gráfico 4. Evolución de los grupos de población históricos y previsiones de futuro en España. 1950-2100 14
Gráfico 5. Indicador coyuntural fecundidad en España. 1950-2100 15
Gráfico 6. Pirámide poblacional España. 2021 16
Gráfico 7. Índice de envejecimiento en España. 2000-2021 17
Gráfico 8. Tasa de dependencia en España. 2000-2021 18
Gráfico 9. Tasa de dependencia en España según Comunidad Autónoma. 2021 18
Gráfico 10. Evolución de la tasa de pobreza y/o exclusión social de las personas mayores de 65 años en España. 2008-2020 19
Gráfico 11. Número de personas pertenecientes a grupos de edad en Castilla y León. 2010-2021 20
Gráfico 12. Evolución de las personas mayores de 80 años en Castilla y León. 2010-2021 21
Gráfico 13. Evolución de la población en la Provincia de Salamanca. 1998-2021. 24
Gráfico 14. Evolución del crecimiento vegetativo en la provincia de Salamanca. 1975-2020 ... 25
Gráfico 15. Evolución saldo migratorio en la provincia de Salamanca. 2008-2020 25
Gráfico 16. Comparación de la población menor y mayor de 65 años en la provincia de Salamanca. 1998-2021 26
Gráfico 17. Evolución de la esperanza de vida al nacer en la provincia de Salamanca según sexo. 1998-2020. 27
Gráfico 18. Pirámide de población provincia de Salamanca. 2021 27
Gráfico 19. Evolución del índice de envejecimiento en la provincia de Salamanca. 1998-2021 28
Gráfico 20. Evolución de la tasa de dependencia de personas mayores en la provincia de Salamanca. 1998-2021 29
Gráfico 21. Evolución de la población en Salamanca capital por grupos de edad. 2003-2021 .. 33
Gráfico 22. Porcentaje del total de municipios en la provincia de Salamanca con población menor de 16 años. 2021 35

14. Índice de tablas

Tabla 1. Indicador coyuntural fecundidad en España. 1975-2020..... 13
Tabla 2. Porcentaje de prestaciones reconocidas ayuda dependencia Castilla y León. 2022 21
Tabla 3. Número de centros de día y residencias para mayores gestionados por la Junta de Castilla y León en Castilla y León. 22
Tabla 4. Número de prestaciones reconocidas en la provincia de Salamanca por grado de dependencia y sexo. 2020 29
Tabla 5. Número de pensiones reconocidas en la provincia de Salamanca e importe mensual medio percibido según sexo. 2022 30
Tabla 6. Número de prestaciones reconocidas en la provincia de Salamanca por tipo. 2022 ... 30
Tabla 7. Distribución de población en la provincia de Salamanca por tamaño de municipios. 2021 31
Tabla 8. Distribución de población en Salamanca capital por sexo y grupos de edad. 2021 32
Tabla 9. Distribución de población en el alfoz de Salamanca por grupos de edad. 2021..... 33

Cáritas Diocesana de Salamanca

OBSERVATORIO DE LA REALIDAD