



Experiencias de vejez vital. Senior Cohousing: autonomía y participación

Susana Torío López, Paulina Viñuela Hernández y Omar García-Pérez

Universidad de Oviedo, España

RESUMEN

El objetivo de este trabajo es reflexionar sobre la situación actual de las personas mayores para eliminar la visión de la vejez, aún presente en el imaginario social, según la cual, se considera al adulto mayor como sinónimo de ser inactivo, dependiente y vulnerable. Consideramos que es necesario hacer valer un nuevo modelo de gestión del envejecimiento en el que los adultos mayores sean reconocidos como un recurso humano esencial de participación y colaboración en los acontecimientos que ocurren en la sociedad. Por ello, para facilitar el camino de intervención en el sentido señalado, se presentan experiencias de "otro envejecer" que funcionan como alternativas a los modelos tradicionales a la hora de imaginar las trayectorias vitales en la última etapa de su vida. Estamos hablando del *cohousing* o "viviendas colaborativas" específicamente, del *senior cohousing*, que tanto en el contexto internacional como nacional se considera una opción residencial óptima y que en los últimos años están cobrando notoriedad en los medios de comunicación social y en el ámbito académico. Esta modalidad convivencial ofrece la posibilidad de disfrutar de vida privada y comunitaria, apuesta por la mejora de las condiciones de vida de las personas mayores (autonomía, ayuda mutua, comunicación, participación social, autodeterminación, etc.) y constituye una opción de modelo sostenible del envejecimiento activo.

Palabras Clave: envejecimiento activo, cohousing, senior cohousing, modelos de vejez, participación social.

Experiences of active aging. Senior cohousing: autonomy and participation

ABSTRACT

The aim of this paper is to reflect about nowadays elderly people situation. To start with, the already existing visions of the old age as a synonym of being inactive, dependent and vulnerable, need to be reviewed. Furthermore, there is a need for a new model of aging management in which older adults can be recognized as essential human resources of participation and collaboration in society. In order to promote an intervention according to the aforementioned sense, some alternative aging experiences focused on this last stage of life will be explored. There are several options which are gaining notoriety in social media and academia: cohousing, collaborative housing, senior cohousing are only some examples considered as optimal residential options. These modalities of convivence offer the possibility of enjoying private and community life, emphasize the need to improve elderly people living conditions (autonomy, mutual help, communication, social participation, self-determination, etc.) and constitute a sustainable model of active aging.

Keywords: active aging, cohousing, senior cohousing, aging models, social participation.

La vejez: entre modelos heredados y posibles nuevos modelos

La vejez ya no es patrimonio de unos pocos y, con unos mínimos cuidados, es fácil ser mayor. A estas alturas del siglo XXI una vida larga, saludable y productiva ya no es el privilegio de unos pocos, sino el destino de la mayoría (Rojas, 2002).

Las nuevas generaciones de personas mayores muestran un dinamismo que permiten, en múltiples ocasiones, contemplar con optimismo las últimas décadas de la vida. Además de disfrutar de más salud, se ha logrado una mayor formación y cualificación profesional y distintos estilos de vida. El resultado es que

muchos mayores pueden y quieren seguir con estilos de vida semejantes a los que llevaban en la mediana edad, lo que implica seguir siendo miembros activos de la sociedad y realizar aportaciones que contribuyan al sostenimiento y a la mejora de los contextos, familiares o comunitarios, en los que están implicados (Comellas i Carbó, 2017, p. 45).

Cuando nos acercamos a la vejez, ésta se presenta como una realidad multiforme. Así, factores como la edad, el sexo, el estado civil, la disposición económica, el nivel de estudios, el nivel de recursos culturales y simbólicos, la biografía personal y

laboral, la red de relaciones familiares y sociales, la radicación geográfica, condicionan la forma en que se vive en esta etapa última de la vida. Esta nueva y diversa condición de ser mayor, se ha filtrado en el lenguaje, desde el que se ha consolidado una terminología amplísima. Para referirse a las personas mayores siguiendo un criterio general por intervalo de edad y dejando al margen los casos individuales ([Comellas i Carbó, 2017](#)) a los 65 años se les denomina *generación senior*; si se hace referencia al grupo de personas mayores con alto poder adquisitivo reciben el nombre de *generación silver, surfers o boomers* ([Guerín, 2007](#)), para aludir a los “jóvenes” de la tercera edad, que difieren de otros grupos sociales de la misma edad, usuarios de tecnología, ocio y actividades para mejorar su bienestar. El grupo con mayor formación y profesionales liberales es señalado como *goldwoker*. Llegamos al término “persona mayor”, grupo con edades entre 80-85 años y finalmente, a las personas con hándicaps, de edades diferentes, a las que nos referimos como *personas mayores dependientes*. Partiendo de una clasificación más sencilla, [Cabrera et al., 2006](#)) consideran “tercera edad”, al grupo de personas que salen de los circuitos productivos, disponiendo aún de grandes recursos y de la capacidad de participar en el bien común cuya edad oscila de los 65 a los 75 años de edad. A este grupo abundante de “young old” (ancianos jóvenes) se agrega el de los “oldest old” (los ancianos más ancianos) que superan los 75 años, a los que denomina “cuarta edad”, período en el que la salud puede verse afectada y parece más habitual entrar en necesidades de dependencia o enfermedades crónicas. Por todo ello, uno de los aspectos que marcan el mundo de los mayores en la sociedad actual es que es un colectivo amplio caracterizado por su heterogeneidad y que asume los matices que aparecen en los distintos términos con los que se les nombra.

Hace varias décadas, la profesora [Bazo \(1992\)](#) ponía de manifiesto la necesidad de profundizar en los nuevos supuestos teóricos y metodológicos que contemplaban el estudio de la vejez y de las personas ancianas más desde la “normalidad” que desde la marginalidad. Dicha contribución puede considerarse un “germen” que inició el estudio hacia nuevas concepciones de la vejez. De igual modo, [Butler \(1969\)](#) acuña el término “edaismo” (“ageism” o “viejismo” traducido al castellano) para definir el estereotipo que discrimina a las personas mayores por el hecho de ser viejas, llevando a considerarlas como un grupo social aparte relacionado siempre con la enfermedad, la dependencia, la fealdad, la pobreza o el aislamiento.

Dos concepciones de vejez conviven en este siglo XXI. El modelo deficitario, basado en el modelo médico tradicional que, centrado en los cambios biológicos, conceptualizó la vejez en términos de déficit y de involución y el modelo de desarrollo, basado en la necesidad de establecer una “nueva cultura del envejecimiento”, desde la que se considere a las personas de edad agentes y beneficiarios del desarrollo y donde la vejez sea redefinida como una etapa diferente de la vida, pero plena de posibilidades (ver, entre otros, [Belando, 2007](#); [Cabrera et al., 2006](#); [De-Juanas, Limón, & Navarro, 2013](#); [Durán, 2014](#); [Freixas, 2013](#); [Fuentes & Solé, 2012](#); [Martín, 2000](#); [Miralles, 2010](#); [Moreno, 2004](#); [Moreno Toledo, 2010](#)). Actualmente, por lo expuesto, un concepto deficitario de vejez, como el que venía planteando el modelo tradicional, que sólo contabiliza pérdidas y declinación, deterioro, dependencia, enfermedad, inactividad, improductividad, etc., ya no parece viable. Cada día aparece más nítida la imagen de la vejez como modelo de desarrollo que desvela un imaginario colectivo que evoca tiempo de oportunidad y espacio para poner en práctica renovados modos de encarar la vida. Se entiende que personas que, habiendo llegado a los 60-65 años ([Miralles, 2010](#)), existe la posibilidad de “continuar” o de “de-

sear continuar” realizando una variedad de actividades productivas y de seguir contribuyendo significativamente al desarrollo y bienestar de la familia y la sociedad: un tiempo de visionar, de asumir las ganancias del conocimiento, la experiencia, el humor, de integrarse, de conocer, etc. Paralelamente a esta concepción de la vejez, la “nueva” teoría psicológica y sociológica permite estudiar al “individuo en desarrollo”, según su capacidad para una evolución a lo largo de toda la vida, con lo que es posible asumir también la necesidad de mayores posibilidades de intervención educativa.

Desde el punto de vista científico, se han propuesto diversos conceptos para tratar de estudiar, explicar y promover esta visión optimista de la vejez, uno de ellos, desde el punto de vista psicológico y del desarrollo (tanto personal como social) es el concepto de *generatividad en la vejez* ([Comellas i Carbó, 2017](#)). Es en esta visión donde más se aprecia las contribuciones de la Pedagogía al trazar pautas que conlleven a que la vejez sea asumida de manera distinta y dinámica dejando atrás la idea de que envejecer es sólo perder. En este sentido, la educación para todas las personas constituye un compromiso y una responsabilidad mundial para ofrecer una educación de calidad adaptada a la diversidad de personas y contextos a lo largo de toda la vida ([Rodríguez-Martín y Álvarez-Arregui, 2017](#)). Así pues, la educación es un proceso permanente donde la persona debe tener oportunidades de seguir formándose e interesándose por las cuestiones que afectan a su vida individual y colectiva ([Causapié, Balbotín, Porras, & Mateo, 2011](#); [Delors, 1996](#); [Faure, 1973](#); [García Garrido & Egidio, 2006](#); [Gelpi, 1994](#); [Pérez Serrano, 2002](#); [Requejo, 2003](#); [Serdio, 2015](#)). En concreto, en el ámbito de las personas mayores, se pueden subrayar aspectos que, desde la gerontología educativa –marco disciplinar de la intervención educativa en la vejez– se han ido implementando: la educación para la salud, el trabajo con la memoria personal y colectiva, programas universitarios con contenidos y temáticas diversas, el apoyo a las familias que cuidan de personas mayores con alta dependencia, la preparación para la jubilación, etc.

De este modo, el concepto de educarse en la vejez ([Bermejo, 2006](#)) busca dar a todas las personas, independientemente de su edad, una oportunidad formativa que le permita optimizar sus capacidades, favorecedoras éstas de su desarrollo individual y social. Las propuestas pedagógicas se sustentan en torno a dos principios que se retroalimentan: la intervención con carácter preventivo y la acción. Al respecto se asume como premisa que la forma en que una persona resuelva sus problemas en la edad adulta, será un buen índice de cómo bregará con ellos en la vejez; por otro lado, se entiende que la actividad en la vejez significa estar en tareas que produzcan placer y desarrollo tanto intelectual como social, y que así entendida, es un elemento preventivo de primer orden, que evita algunos fantasmas del envejecer:

el aburrimiento, la rutina, el aislamiento, la terrible soledad. Si la actividad elegida es grupal, agrega elementos de mucho interés para acrecentar una mejor calidad de vida: el grupo actúa emocionalmente de sostén, de red, aporta interlocutores que escuchan y a los que se aprende a escuchar, con pares que comparten similares condiciones o a veces estilos de vida ([Moreno, 2004, p. 194](#)).

Por ello, actividades de desarrollo físico, deportivas, turísticas, formativo-culturales, de dinámica ocupacional, de memoria colectiva, recreativas, al aire libre, sociales y convivenciales, de participación ciudadana, de voluntariado social y asociativas (de ayuda mutua) son algunas de las alternativas que pueden ser desarrolladas en centros para mayores, centros de día, centros

culturales, aulas de la tercera edad, centros-residencias, universidades populares, asociaciones, etc., dado que proporcionan un gran enriquecimiento a la persona mayor (Limón y Berzosa, 2006; Sánchez Martínez, 2004).

“Otro” envejecer: pensar, crear y trabajar en comunidad

En los últimos años, diferentes medios de comunicación social en prensa y televisión se hacen eco de una nueva modalidad convivencial “Cohousing”¹ que se presenta como una alternativa a los formatos de convivencia usuales ya sea en el formato de establecimientos residenciales - centros gerontológicos o a la vivienda tradicional. Son experiencias prácticamente desconocidas que están cobrando notoriedad y que tratan de responder y canalizar una preocupación y un deseo de las personas mayores a la hora de imaginar sus trayectorias vitales en la etapa final de la vida que, alude a proyectos y/o servicios que aportan una experiencia de vejez alternativa y apuestan por la mejora de las condiciones de vida de las personas mayores.

El “Cohousing” surge en Dinamarca a mediados de la década de 1980, el término fue acuñado por Kathryn McCamant y Charles Durrett, matrimonio de arquitectos estadounidense, en su libro titulado “Cohousing: A Contemporary Approach to Housing Ourselves” (1994) e introducido en su país. Las corrientes feministas también tienen un papel protagonista en la instauración de estas formaciones convivenciales (Fernández-Cubero, 2015). Pronto se extendió por los países nórdicos, EE.UU y Canadá, entre familias insatisfechas por las soluciones que aportaban los estados en materia de vivienda. Como rasgo distintivo se puede señalar que se trata de una comunidad de individuos que, bajo una fórmula de cooperativa, convive en un conjunto residencial. Estas familias empezaron a crear una especie de comunidades que convivían en pequeños apartamentos individuales y una serie de espacios comunes para todos los miembros de la comunidad. Normalmente estas comunidades suelen estar diseñadas y gobernadas por los propios residentes y funcionan como un “vecindario intencional”, son conscientes y se comprometen a vivir en comunidad. En cada uno de los países europeos tienen una terminología propia para definir este tipo de viviendas (Mogollón y Fernández, 2016): *kollektivhus* en Suecia, *bofællesskab* en Dinamarca, *hausprojekt* en Alemania, o *habitat participatif* en Francia, en castellano hay quien traduce el término como “covivienda”, lo que dificulta la búsqueda, sin embargo, *cohousing* se está convirtiendo en el término unificador para todas. En ocasiones, sin embargo, éste término genérico refiere una realidad diversa, desde la que pese a ello los documentos consultados en castellano, utilizan sin distinción el término *cohousing* o *vivienda colaborativa*. Al respecto Fernández-Cubero (2015) aclara que entre ambos se pueden apreciar diferencias y señala el *cohousing* o *covivienda* como una infraestructura física y organizativa de espacios y procesos, de muy diversa índole, con mayor o menor grado de comunidad y colaboración. En cuanto al concepto *vivienda colaborativa*, además de los espacios y servicios comunes entre los residentes, enfatiza estructuras organizativas de colaboración mediante redes de apoyo mutuo en términos de solidaridad y reciprocidad de manera formal o informal, siendo la colaboración explícitamente necesaria para el proyecto por sus condiciones de partida. El tema es complejo, pues aún existen más términos diferenciados: vivienda colectiva, comuna, cooperativa de viviendas, ecoaldeas, jubilar, comunidad intencional, son algunos de los diversos términos que refieren también diversos modos convivenciales, pero su análisis desborda el objetivo

de estas páginas (véase Fernández-Cubero, 2015; Mogollón & Fernández, 2016; Ospina & Hernández, 2016; Rosa, Márquez & Navas, 2017). Conformedémonos con señalar que, en la actualidad, el grado de variabilidad de este modelo de vida es muy amplio. Así, existen coviviendas urbanas y rurales, intergeneracionales y sólo de personas mayores, comunidades mixtas o sólo de mujeres, con economía compartida y en los que únicamente se comparten servicios mínimos (lavandería, almacenamiento, etc.), con sistemas de gobernanza básicos y con complejas estructuras de resolución de conflictos y aprendizajes en torno a la democracia interna (Fernández-Cubero, 2015). Cada comunidad se adapta en función de las necesidades, objetivos, recursos y experiencias de cada grupo. En la Tabla 1, se describen la diversidad de formatos de carácter convivencial existentes en la actualidad.

Tabla 1. Tipos de cohousing existentes en la actualidad.
Fuente: Adaptado de Castilla & Gummá (2017)

Multigeneracional	Convivencia de varias generaciones.
LGTB/LGTB Friendly	En auge. Existe una opción específica para mayores.
De mujeres o “single ladies”	Mujeres solteras, divorciadas y viudas.
Ecohousing	Respeto por vivir en equilibrio con la naturaleza.
Urbano	Filosofía cohousing en un entorno urbano.
De mayores o “senior”	Formado por mayores de 50 años que deciden afrontar su vejez de manera autónoma.

Las características principales de los proyectos cohousing (Belk, 2006; Brenton, 2013; Castilla & Gummá, 2017; Cohousing Verde ASATA, 2017; Fernández-Cubero, 2015; Mogollón & Fernández, 2016; Villanueva & Yanes, 2017) son las siguientes:

1. *Procesos coparticipativos*: todos, los habitantes participan en el proceso, se implican desde el principio en el diseño en su conjunto y son responsables de las decisiones finales.
2. *Diseño vecinal integrado*: la disposición física y la orientación de los edificios estimulan un sentido de comunidad. El diseño de cada vivienda y el conjunto está pensado para facilitar estrechas relaciones de vecindad donde sea posible la ayuda mutua y la comunicación. A menudo, la entrada principal de cada casa ofrece una vista de la casa común.
3. *Instalaciones comunes*: Se caracteriza por la existencia de casas privadas (con su cocina propia, salón comedor, etc.) junto con amplios espacios y facilidades comunes (salas multiusos, biblioteca, lavandería, gimnasio, talleres, zonas verdes, etc.). Las instalaciones comunes están diseñadas para el uso diario, son una parte integral de la comunidad. La casa común típicamente incluye una cocina común, comedor, área de estar, sala de juegos para niños y lavandería, y también puede contener un taller, biblioteca, sala de ejercicios, sala de manualidades y/o una o dos habitaciones para huéspedes. Excepto en sitios urbanos muy apretados, las comunidades de viviendas compartidas a menudo tienen también equipos para parques

¹ En castellano hay quien traduce el término como “covivienda” pero generalmente se utiliza el anglicismo directamente.

infantiles, céspedes y jardines. Los espacios comunes, por lo general, tienen que tener una ubicación central para su correcto funcionamiento y están pensados para colectivizar algunas partes de la vida doméstica: desde cuestiones materiales (compartir lavadoras, máquinas de coser, taladradoras, etc.) hasta cuestiones más sociales (espacios de comer, los cuartos de hobbies, la gimnasia y la cultura en las bibliotecas y zonas de charla, conversación o cine). También, hay espacios pensados para los cuidados corporales (saunas, piscinas, salas de relajación, etc).

4. *Administración a cargo de los propios residentes*: en ella también realizan gran parte del trabajo requerido para mantener la propiedad y participan en la preparación de comidas comunes o se reúnen regularmente para resolver problemas y desarrollar políticas para la comunidad.
5. *Estructura no jerárquica* y Democrática: las decisiones: se adoptan democráticamente por consenso y aunque los roles de liderazgo naturalmente existen en las comunidades de co-vivienda, sin embargo, ninguna persona (o personas) tiene autoridad sobre los demás.
6. *Economías separadas*: cada cual mantiene su independencia económica, participando en los gastos comunes según se haya pactado.

Entre las principales motivaciones que llevan a las personas a participar en estos proyectos, entre otras, podemos destacar las siguientes (Axuntase, 2017; Bamford, 2005; Mogollón y Fernández, 2016):

- Envejecer de manera distinta a otras generaciones, especialmente, crear una forma de vida (crear, pensar y trabajar juntos)
- Mantener su dignidad y autodeterminación en la edad mayor

- Estar acompañados en la última etapa de la vida
- Elegir sus condiciones de vida antes de que se vuelvan tan frágiles que tengan que dejar decidir a otras personas por ellos
- Evitar la institucionalización en establecimientos residenciales y los efectos perversos que conllevan como la “alienación” el despojamiento del yo, entre otros que se observan en manifestaciones como una menor independencia, rigidez de horarios, pérdida de intimidad, entre otros.
- Mantener una vida activa y liberar a las familias de la carga de sus cuidados
- Encontrar un espacio adaptado a las propias necesidades; viviendas y espacios libres de barreras arquitectónicas.
- Posibilidad de disfrutar de vida privada y vida comunitaria en la medida que se desee.

Las ventajas del alojamiento compartido pueden extenderse a través de muchas áreas diferentes de preocupación social (Belk, 2006; Hill et al., 2016): a) beneficios sociales (cuidado de niños, apoyo entre iguales, ayuda en las tareas domésticas, etc.) b) beneficios económicos (aun cuando los costes iniciales pueden ser caros, ahorran dinero a largo plazo) c) beneficios ecológicos (los miembros de la comunidad generalmente tienen un mayor nivel de conciencia ambiental e incorporan elementos de diseño ecológico e intentan aligerar su impacto en el medio ambiente) y por último, d) beneficios para el vecindario (a menudo están involucradas en una amplia gama de proyectos de sostenibilidad del vecindario como la plantación de árboles, jardines comunitarios, reciclaje, etc.)

Algunos de los ejemplos de *Cohousing*, a nivel internacional, que más éxito están teniendo en la actualidad, se pueden ver en la Tabla 2.

Tabla 2. Proyectos cohousing internacionales. Fuente: elaboración propia

Ejemplos	Descripción
Muir Commons Cohousing-Davis (Estados Unidos, 1991)	Gran casa común en el centro de la comunidad (incluye una sala de estar con chimenea, un cuarto de juegos para niños, un cuarto de recreación, una oficina, lavandería y un cuarto de huéspedes). Amplios servicios comunes (huerto, parque infantil, extensos jardines, carpintería, cobertizos para bicicletas, un jacuzzi,...).
La vida verde (Berlín)	Vivienda común social y ecológica y construcción de corralas como espacio compartido.
LiLAC -Low Impact Living Affordable Community Leed- (Leeds, Inglaterra)	Proyecto urbano, una comunidad de 20 casas y una casa común. Incluye jardines, huertas privadas, un parque y espacio público para juegos. Destaca la gestión de los niños y niñas compartido.
SawyerHill Ecovillage (Boston, Estados Unidos)	Proyecto que destaca por el gran terreno que abarca y su distribución. Buscan compartir recursos (coches, herramientas,...) así como espacios y tiempos entre las personas de la comunidad en función de intereses.
Ecoquartier Viry (Francia)	Surge de la rehabilitación de un cuartel de policía. Cuenta con 3.518 habitantes. Accesibilidad para discapacitados y personas mayores.
Cohousing Pomaly (Viena, Austria)	Entorno rural. Destaca el uso compartido de cuatro vehículos y autobús para la comunidad.

Aun cuando el origen está en otros colectivos, como hemos comentado (cohousing multigeneracional), se está aplicando a gente de la tercera edad (*senior cohousing*). Los orígenes de los modelos senior datan de mediados de la década de 1960 (Cas-tilla y Gummá, 2017), cuando en Dinamarca diversas asociacio-

nes trabajan con el Estado para impulsar la independencia de los mayores y solucionar los problemas de soledad y residencia. Algunas experiencias internacionales destinadas al colectivo de mayores que se encuentran en funcionamiento, se describen en la Tabla 3.

Tabla 3. Proyectos senior cohousing internacionales. Fuente: elaboración propia

Ejemplos	Descripción
Oakcreek Cohousing (Oklahoma, Estados Unidos)	24 casas ocupadas por personas entre 60-85 años y una casa común (cuarto de lavandería, habitación para invitados, un taller, lavandería, sala multimedia, comedor, gimnasio, oficina...). Algunas viviendas pueden ser alquiladas por jóvenes, por ejemplo, estudiantes que colaboran en la vida y en las tareas diarias.
Wolf Creek Lodge (Grass Valley, California)	Comunidad de adultos activos. Su construcción se completó en octubre de 2012. Hay pequeñas casas de un dormitorio, casas de un dormitorio más grandes, casas de dos dormitorios y un baño y dos casas con dos habitaciones y baño. Disponen de una casa común.
Färdknäppen (Estocolmo, Suecia)	Centro urbano de la ciudad, rodeada de servicios urbanos importantes. Dispone de 345 m ² de espacios comunes: amplia cocina y comedor comunitario, biblioteca, sala de bricolaje, sauna, gimnasio, salita de ordenador, salón con chimenea, 3 habitaciones de invitados, espacio de reciclaje, lavandería, terraza-solárium, cuarto de bicicletas, cuarto de música y jardín (250 m ²).
La Maison des Babayagás (Montreuil, Francia)	Nacida del deseo de veinte mujeres de construir un entorno basado en valores como: autogestión, ciudadanía, ecología, feminismo, laicismo y solidaridad. Cuentan con 25 viviendas sociales (21 para Babayagás y 4 para jóvenes menores de 30 años). Tiene dos salas para actividades colectivas y tres jardines.
Köln Beginenhof (Colonia, Alemania)	Sólo mujeres (entre 51 y 73 años). Siguen los valores de las beginas medievales (espiritualidad, independencia de las mujeres, apoyo mutuo y autogestión). El barrio está aislado y desconectado de otras zonas urbanas, no hay casi servicios ni transporte público. 180 m ² de zonas comunes con: cocina, sala multiusos, sala de reuniones, sala de meditación, cuarto invitadas, jardín de 900 m ² .

Son diversas las experiencias de *senior cohousing* en nuestro país que, en los últimos años, han visto hecho realidad su proyecto e iniciada la experiencia de convivencia conjunta. Destacamos, entre otros, el Centro social de convivencia para mayores "Trabensol" (Torremocha del Jarama, Madrid), proyecto pionero en nuestro país e impulsor de la iniciativa "ecohousing"; Profuturo (Valladolid); Puerto de la Luz (Málaga, Puerto de la Torre); Residencial Santa Clara. Sociedad cooperativa andaluza

Los milagros, ServiMayor (Losar de la Vega, Cáceres). De igual modo, podemos señalar experiencias en curso y varios grupos en formación: Axuntase. Más que una casa (Asturias); Brisa del Cantábrico (Meruelo, Cantabria); La Muralleta (Santa Oliva, El Vendrell, Tarragona); Sostre Civic (Cataluña) -ver Tabla 4-. En el portal eCohousing (<http://ecohousing.es>) se pueden visualizar diferentes proyectos en desarrollo y se pueden conectar personas interesadas en proyectos de estas características.

Tabla 4. Proyectos senior cohousing en España. Fuente: elaboración propia

Ejemplos	Descripción
Centro social de convivencia para mayores "Trabensol" (Torremocha del Jarama, Madrid)	Entorno rural. Creado por un grupo de personas a punto de jubilarse. 54 apartamentos y servicios comunes (piscina terapéutica, gimnasio, huerto e invernadero, lavandería, restaurante, biblioteca, etc...).
Sociedad Profuturo, Valladolid	127 socios y tiene apartamentos de uno y dos dormitorios (37 y 90, respectivamente). Múltiples servicios comunes de tipo básico y optativo.
Puerto de la Luz (Málaga, Puerto de la Torre)	Cooperativa que ofrece apartamentos con servicios para mayores de 50 años.
Housekide (País Vasco)	27 unidades de apartamentos "autosuficientes" para vivir solos o en pareja y espacios comunes (sala de estar, videoteca, comedor o lavandería, entre otros)
Residencial Santa Clara. Sociedad cooperativa andaluza Los milagros	76 viviendas, seis habitaciones para enfermos o personas que necesiten atención continuada y múltiples espacios y servicios comunes.
ServiMayor (Losar de la vega, Cáceres)	50 paramentos, cuatro apartamentos para situaciones especiales y un pabellón para asistidos con 22 camas.
La Muralleta (Santa Oliva, El Vendrell, Tarragona);	Un colectivo de personas maduras, constituidos en cooperativa. Han construido viviendas e instalaciones comunitarias -en construcción- que responden a criterios de sostenibilidad ambiental y ahorro energético. El proyecto en la actualidad consta de 16 casas adosadas de 60 m ² -ya construidas- y espacios comunes en construcción.
Axuntase. Más que una casa (Asturias)	Grupo de personas que están buscando la manera de construir juntas una cooperativa de viviendas con servicios comunes y vida comunitarias. Desean un proyecto intergeneracional con personas de distintas posibilidades económicas en donde la ayuda mutua facilite los recursos.
Brisa del Cantábrico. Ciudad residencial (Meruelo, Cantabria)	Cooperativa integrada por 350 personas, con edades comprendidas entre 44 y 75 años, que se propone crear un complejo residencial y asistencial en el que las personas puedan seguir siendo autónomas e independientes cuando sean mayores, y donde reciban óptimos cuidados si se convierten en personas dependientes.
Sostre Civic (Cataluña)	Cooperativa con más de 570 socios, un espacio colaborativo que promueve un modelo alternativo de acceso a la vivienda, a través de la divulgación, el asesoramiento, la búsqueda de financiación, promoción y gestión de vivienda cooperativo en régimen de cesión de uso.

El funcionamiento de un *senior cohousing* presenta grandes dificultades, especialmente económicas, no todas las personas pueden contar con la dotación económica para sufragar este futuro. Las viviendas colaborativas son proyectos que necesitan inyecciones de grandes capitales monetarios por parte de los participantes, tanto para edificar como sostener el proyecto. Las personas que se interesan por los modelos colaborativos en la edad mayor (Fernández-Cubero, 2015) han resultado ser homogéneas: personas mayores con estabilidad económica, nivel cultural medio-alto y una conciencia social más o menos elaborada. De igual modo, destacar limitaciones que se pueden generar en cuanto a “desacuerdos” y conflictos como en cualquier familia o comunidad de vecinos –este tipo de vida no es para todo el mundo–, debiendo llegar a consensos y negociaciones. Y, por último, la media de edad de personas que se interesan por estos proyectos es entre 55-65 años. Especialmente, en España, hay una escasa regulación genérica, así como un desarrollo incipiente en la práctica. No podemos pensar en una propuesta mayoritaria (colectivizar aspectos privados no parece fácil cuando has vivido de otra manera durante toda la vida); es un proceso paulatino y que se debe aceptar voluntariamente (Mogollón y Hernández, 2016). Por otro lado, Mogollón y Fernández (2016, p. 27) alertan en su investigación:

hemos encontrado bastantes casos donde, llamándose a sí mismos cohousing o covivienda, solamente tienen el elemento espacial descrito. Además, en general los estudios sobre cohousing tiende a poner el foco en las características de diseño que promueven la interacción social, evidencian las prácticas de sostenibilidad ambiental o la política económica de la propiedad compartida, pero existe todavía un vacío en la comprensión del fenómeno social del mutualismo y la colaboración en la práctica.

Conclusión

Toda persona necesita estar vinculada a los contextos donde se ha realizado su proceso de socialización y de construcción de su identidad y personalidad a lo largo de la vida: la familia, la escuela y el mundo laboral, las amistades y la ciudadanía (Comellas i Carbó, 2017). En ellos, se pueden construir los nuevos vínculos, diferentes según las etapas de la vida y las oportunidades, y se crea un entorno satisfactorio y de seguridad desde el punto de vista afectivo y relacional; se va tejiendo una red de pertenencia que aporta estabilidad a lo largo de la vida, aunque con diferente importancia según la edad.

En estas breves páginas hemos querido señalar las posibilidades de que los mayores para dirigir sus vidas y contribuir en su comunidad. Sabemos que es prioritario establecer un cambio de actitudes, sensibilidades y valores acerca del proceso del envejecimiento y del aprendizaje adulto para contribuir al cambio de la imagen social de la vejez y de las actitudes hacia las personas mayores. Conocemos también que, “la insistencia en la presentación de imágenes sociales negativas de la vejez dificulta la visión de imágenes positivas, que son menos habituales pero que representan más acertadamente a las personas del siglo XXI” (Belando, 2007, p. 89). Por todo ello, insistimos en la necesidad de considerar la diversidad y la riqueza de situaciones que permita elaborar políticas adecuadas a la realidad plural, desde las que la intervención educativa no debe quedar exenta. Es sabido que nadie parece poner en duda la necesidad de una atención sanitaria o la necesidad de recibir una retribución económica, y que sin embargo el contexto educativo queda en la penumbra, “no tanto por desconsideración específica o des-

conocimiento del mismo sino porque la expresión “educación” nos conduce a un espacio más “clásico” y “determinante” de las primeras etapas de la vida y su proyección a una institución específica denominada “escuela” (Requejo, 2003, p. 268). El modelo convivencial presentado, puede sin embargo modificar esta visión.

Observamos algunos avances, pues el paradigma de envejecimiento activo empieza a hacerse realidad (Causapié, 2011; Serdio, 2008), estando en condiciones de afirmar que las personas mayores españolas cada día se incorporan con más decisión a la vida social normalizada, de modo que el término “activo” no se refiere solo a la actividad física, sino que anima a seguir participando en los acontecimientos sociales, económicos, culturales, espirituales y cívicos (Pérez-Álbeniz, Pascual, Cruz y Lucas-Molina, 2015). En un período de quince años se observa el incremento en actividades más “sociales” que implican salir y relacionarse o atender cuidados de la salud. De igual modo, se constata la ascendente tendencia en el uso de las nuevas tecnologías y la realización de iniciativas y proyectos nuevos asociados a la jubilación. El envejecimiento activo (Limón, 2015) representa y nos descubre que valores sociales tan necesarios en la actualidad: autonomía personal, participación, solidaridad, convivencia, diálogo, compartir, tolerancia, etc., no deben ser patrimonio exclusivo de una determinada edad.

En la práctica, la opción de *Cohousing* o “covivienda”, en los países de Europa del norte, es considerada una opción residencial óptima (Castilla y Gummá, 2017), porque, además de reducir los costes sociales, se ha comprobado que puede potenciar la vida activa de los mayores y posibilitar la inserción social. En definitiva, es vista como un pilar para potenciar la calidad de vida de la población mayor. Hasta la fecha, en España, esta alternativa se ha obviado para seguir manteniendo y primando el carácter asistencial. Cabe destacar que, a diferencia de otros Estados, las iniciativas existentes en nuestro país provienen mayoritariamente de los propios interesados (quizá porque éstos no dispongan de un imaginario que les permita apreciar, pensar o sentir que otros modos convivenciales son posibles). Por ello consideramos necesario seguir difundiendo y valorando esta opción como un modelo sostenible de envejecimiento activo presentándolo como alternativa que ofrece la posibilidad de avanzar hacia un cambio de paradigma en la vejez: del asistencialismo a la vida activa y en comunidad.

Referencias bibliográficas

- Axuntase (2017). *Más que una casa. Procesos colectivos de vivienda*. Recuperado el 9 de diciembre de 2017: <http://masqueunacasa.org/es/personas/axuntase>.
- Bamford, G. (2004). *Living together on one's own: Cohousing for older people –an example from Denmark and The Netherlands*. Paper Presented al Queensland Shelter Housing Conference. Gold Coast International Hotel, Gold Coast, Queensland, Australia. Recuperado 28 de noviembre de 2017: https://www.researchgate.net/publication/37620987_Living_together_on_one's_own_Cohousing_for_older_people_-_an_example_from_Denmark_and_The_Netherlands
- Bamford, G. (2005). Cohousing for older people: Housing innovation in the Netherlands and Denmark. *Australasian Journal on Ageing*, 24(1), 44-46.
- Bazo, M.T. (1992). La nueva sociología de la vejez: De la teoría a los métodos. *Revista Española de Investigaciones Científicas [REIS]*, 60, 75-90.
- Belando, M. (2007). Modelos sociológicos de la vejez y su repercusión en los medios. Reconstruyendo identidades. Una vi-

- sión desde el ámbito educativo. En B. Kristensen, L. Álvarez y J. Evans Pim (Ed.), *Comunicación e Persoas Maiores*. Galicia: Colexio Profesional de Xornalistas de Galicia.
- Belk, Ch.L. (2006). *Cohousing Communities: A Sustainable Approach to Housing Development*. Requirements of Sustainability and the Built Environment. California: UC Davis Extension.
- Bermejo, L. (2006). Promoción del envejecimiento activo. Programas de preparación a la jubilación. En J. Giró (Coord.), *Envejecimiento activo, envejecimiento positivo* (pp. 65-88). Logroño: Universidad de La Rioja.
- Brenton, M. (2013). *Senior Cohousing communities- an alternative approach for the UK?*. JRF Programme Paper a Better Life. UK Co-Housing Network. Joseph Rowntree Foundation. Recuperado el 28 de noviembre de 2017: <http://www.hub.careinspectorate.com/media/195698/jrf-senior-cohousing-communities-full.pdf>
- Butler, R. (1969). Ageims: Another form of Bigotry. *Gerontologist*, 9, 243-246.
- Cabrera, C., Navarro, R., Ruiz, J.A., Jiménez, J.F., Brito, E., & Legido, J.C. (2006). La tercera y cuarta edad. Una revolución demográfica. *XX Jornadas Canarias de Traumatología y Cirugía Ortopédica* (pp. 53-54). Las Palmas de Gran Canaria: Hospital Universitario Insular.
- Castilla, M^a R. & Gummá, E. (2017). ¿Qué es el senior cohousing? *Revista TSDifusión*, 123, 11-14.
- Causapié, P., Balbontín, A., Porras, M., & Mateo, A. (Dirs.) (2011). *Libro Blanco Envejecimiento activo*. Madrid: Ministerio de Salud, Política Social e Igualdad.
- Cohousing Verde ASATA (2017, junio). *Cohousing. Viviendo en una comunidad cooperativa*. Oviedo, Jornada sobre Cohousing, Espacio de Coworking Talud de la Ería.
- Comellas i Carbó, M^a J. (2017). *Generación senior y mentoría. Construir conocimiento mediante relaciones multigeneracionales*. Barcelona: Octaedro.
- De-Juanas, A., Limón, R., y Navarro, E. (2013). Análisis del bienestar psicológico, estado de salud percibido y calidad de vida en personas adultas mayores. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, 22, 153-168.
- Delors, J. (Dir.). (1996). *La educación encierra un tesoro. Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la educación para el siglo XXI*. Madrid: Santillana- Ediciones UNESCO.
- Durán, M^a A. (2014). *El papel de las personas mayores en la economía de Euskadi*. Vitoria-Gasteiz: Gobierno Vasco.
- Durret, Ch. (2015). *El manual del Senior Cohousing. Autonomía personal a través de la comunidad*. Madrid: Dykinson (Traducción española por Asociación Jubilares).
- Faure, E. (Dir.) (1987). *Aprender a ser. La educación del futuro*. Madrid: Alianza/UNESCO (Edición original de 1972).
- Fernández-Cubero, A. (2015). *Cuerpo, género y vejez en las viviendas colaborativas para las personas mayores* (Trabajo Fin de Master en el Master en Estudios Feministas y de Género). País Vasco, Universidad del País Vasco.
- Freixas, A. (2013). *Tan fresca. Las nuevas mujeres mayores del siglo XXI*. Barcelona: Paidós.
- Fuentes, E., y Solé, J. (2012). Las condiciones de vida de las personas mayores y los servicios sociales municipales. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, 19, 83-98.
- García, J.L., & Egado, I. (Coord.) (2006). *Aprendizaje permanente*. Pamplona, EUNSA.
- Gelpi, E. (1994). La Educación Permanente: principio revolucionario y practicas conservadoras. En A. Sánchez Román (Comp.), *La Educación Permanente como proceso de transformación* (pp. 25-36). Sevilla:M.C.E.P.
- Guerín, S. (2007). *L'invention des séniors*. París: Hachette Pluriel.
- Hill, S. et al. (2016). *Cohousing: Shared futures*. The London school of Economics and Political science. Department of Geography and Environment. Newcastle University. Recuperado el 28 de diciembre de: https://ukcohousing.files.wordpress.com/2016/06/cohousing_shared_futures_final-web.pdf
- Limón, M^a R., y Berzosa, G. (2006). Siglo XXI, envejecimiento y solidaridad. *Revista Galega do Ensino*, 48, 351-375.
- Limón, M^a R. (2015). Envejecimiento activo. *Crítica*, 998, 22-27.
- Martín, A.V. (2000). Diez visiones sobre la vejez: del enfoque deficitario y de deterioro al enfoque positivo. *Revista de Educación*, 323, 161-182.
- McCament, K. M., & Durrete, Ch. (1994). *Cohousing: A Contemporary Approach to Housing Ourselves*. Berkeley: Ten Speed Press.
- Miralles, I. (2010). Vejez productiva. El reconocimiento de las personas mayores como un recurso indispensable en la sociedad. *Kairos. Revista de Temas Sociales*, 26, 1-14.
- Mogollón, I. y Fernández, A. (2016). *Viviendas colaborativas para personas mayores. Un acercamiento al contexto vasco y a las realidades europeas. Arquitectura del cuidado*. País Vasco: EMAKUNDE y Gobierno Vasco.
- Moreno, J. (2004). Mayores y calidad de vida. *Portularia*, 4, 187-198.
- Moreno Toledo, A. (2010). Viejismo (ageism). Percepciones de la población acerca de la tercera edad: actitudes e implicaciones sociales. *Revista Electrónica de Psicología Social Poiesis*, 19, 1-10.
- Ospina, M^a A., y Hernández, E. (2016). Arquitectura como generadora de comunidades. Covivienda, una necesidad emergente. *DEARQ: Revista de Arquitectura de la Universidad de los Andes*, 19, 158-161
- Pérez-Albéniz, A., Pascual, A.I., Cruz, M., & Lucas-Molina, B., (2015). Más allá del conocimiento. El impacto de un programa educativo universitario para mayores. *Aula Abierta*, 43, 54-60.
- Pérez, G. (2002). Aprender a lo largo de la vida. Educación para la ciudadanía. En M^a T. Martín (Dir.), *Educación Permanente para todos. Congreso Internacional "La Educación permanente ante el siglo XXI"* (pp. 261-287). Madrid: UNED.
- Requejo, A. (2003). *Educación Permanente y Educación de Adultos. Intervención socioeducativa en la edad adulta*. Barcelona: Ariel.
- Rodríguez-Martín, A., & Álvarez-Árregui, E. (2017). Presentación del monográfico Educación inclusiva: avances desde la reflexión, la práctica y la investigación. *Aula Abierta*, 46, 5-8.
- Rosa, C.J., Márquez, M^a J., y Navas, D. (2017). Hacia un nuevo modelo de gestión y autofinanciación de la regeneración de barriadas obsoletas. *Ciudades*, 20, 45-70.
- Rojas Marcos, L. (2002, 30 de octubre). La ley y la edad. *El País*. Recuperado el 29 de noviembre de 2017: <http://www.luisrojasmarcos.com/opinion.php>.
- Sánchez Martínez, M. (2004). La educación de las personas mayores en el marco del envejecimiento activo. Principios y líneas de actuación. *Informes Portal Mayores*, 26. Recuperado de <http://www.imsersomayores.csic.es/documentos/documentos/sanchez-educacion-01.pdf>
- Serdio, C. (2008). La educación en la vejez: fundamentos y retos de futuro. *Revista de Educación*, 346, 467-483.
- Serdio, C. (2015). Educación y envejecimiento: una relación dinámica y en constante transformación. *Educación XXI*, 18(2), 237-355.
- Villanueva, M., y Yanes, S. (2017). *Envejecimiento activo y senior cohousing, una visión desde el Trabajo social* (Trabajo Fin de Grado). Universidad de la Laguna. Recuperado el 28 de

diciembre de 2017: <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/6888/Envejecimiento%20Activo%20y%20Canarias%20>

[Cohousing,%20una%20perspectiva%20desde%20el%20Trabajo%20Social.pdf?sequence=1](#)