

El resultado del proceso de envejecimiento, se llame como se llame, es siempre algo negativo

The result of the aging process, whatever we choose to call it, is always negative

RAQUEL BECERRIL-GONZÁLEZ

Facultad de Educación de Palencia. Universidad de Valladolid. España

raquel.becerril@uva.es

NICOLÁS-JULIO BORES-CALLE

Facultad de Educación de Palencia. Universidad de Valladolid. España

nicolasjulio.bores@uva.es

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6720-0459>

Recibido / Received: 5/12/18. Aceptado / Accepted: 16/12/18.

Cómo citar / Citation: Apellido, Becerril-González, R. y Bores-Calle, N.J. (2018). El resultado del proceso de envejecimiento, se llame como se llame, es siempre algo negativo, *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 20(2-3), 341-367.

DOI: <https://doi.org/10.24197/aefd.2-3.2018.341-367>

Resumen. Con objeto de conocer cómo se viven los procesos de envejecimiento en nuestra sociedad, se llevó a cabo una investigación cualitativa basada, principalmente, en entrevistas abiertas a personas mayores de diferentes edades. Presentamos, en esta ocasión, algunas de las evidencias científicas del trabajo: acercarse a este colectivo es una tarea ardua porque ni siquiera es fácil encontrar un nombre apropiado con el que denominarlo y que sea aceptado por todos; se llame como se llame a este proceso o etapa vital, siempre resulta ser algo negativo y así lo ven nuestro interlocutores; nadie quiere pertenecer, ni dice sentirse parte de este colectivo, en otras palabras, en sus explicaciones, los viejos son, casi siempre, “los otros”; y la cultura corporal hegemónica (e. g., el ideal de la juventud) en nuestro contexto socio-cultural influye directamente en la forma de experimentar el proceso de convertirse en personas mayores, de ahí la necesidad de comprenderlo para reflexionar sobre el rol que desempeñamos los profesionales de la educación en este sentido.

Palabras clave. Envejecimiento; entrevistas abiertas; negación de la vejez; cultura corporal.

Abstract: In order to know how the processes of aging in our society are lived, a qualitative research was carried out based, mainly, on open interviews to elderly people of different ages. We present, on this occasion, some of the scientific evidences of the study: It is not easy to approach the collective because it is not even possible to find an appropriate name, accepted by everybody; whatever this process / stage is called, it always turns out to be something negative, and that's the view of the participants in the study; nobody wants to belong or feel part of this collective, that is, in their explanations, the elders are (almost) always the others; and

hegemonic body culture (e.g., the youth ideal) in our socio-cultural context directly influences the way of experiencing the process of becoming elderly, hence the need to understand it to reflect on the role that education professionals play in this regard.

Keywords: Aging; open interviews; aging denial; body culture.

“Y el viejo, qué te ha parecido, Es viejo, y con eso queda todo dicho. Ahí es donde te equivocas, de los viejos está todo por decir, lo que sucede es que no se les pregunta nada y entonces se callan”.

(José Saramago, 2004, p.313)

INTRODUCCIÓN

El envejecimiento de la población suscita interés e intereses por diferentes aspectos relacionados con las sociedades actuales: económicos, sociales, educativos, políticos, científicos, estéticos, relacionales o médicos. Nos encontramos ante una temática recurrente, tanto en la literatura científica como en el uso que de ésta se hace en lo político, lo social y por parte de la ciudadanía en general. Pero pese a ser algo tan inherente a nuestro día a día, su concepto no está del todo definido (Delgado, 2003, p.17).

La primera dificultad que debemos afrontar en el estudio es la variedad de términos empleados para designar al colectivo: *personas mayores, tercera edad, los mayores, viejos, cuarta edad, personas de edad avanzada, adultos mayores, ancianos*, entre otros muchos. La mayoría de estas palabras son eufemismos que nos hablan de un contexto sociocultural concreto en el que unos términos quedan en desuso tras asignarles una connotación negativa, inventándose otros políticamente más correctos, pero igualmente efímeros, que volverán a caer en desuso, a la vez que se les atribuye significados peyorativos.

Nosotros recurriremos a todos ellos e incluso emplearemos la denominación de “personas viejas” (al igual que otras publicaciones y estudios), alejándolos de cualquier connotación negativa y tratando de visibilizar la vejez, lejos de eufemismos creados culturalmente para ocultar una realidad evidente y natural: que los seres humanos envejecemos.

Sin embargo, las acepciones relacionadas con el envejecimiento, la vejez y los viejos siguen proponiendo *“una visión negativa de esta etapa de la vida”* (Enciso, 2012, pp.3-4). Esta confusión y falta de concreción, junto a la polisemia de términos empleados, tampoco ayuda a asociar la vejez con connotaciones positivas.

A pesar de que otros autores (Fernández, 2009, p.53) alejan el envejecimiento de lo patológico, *“representar envejecimiento y vejez, en cuanto a condición humana, ha sido definirlos como fase de deterioro progresivo en todo el ciclo vital”* (Osorio, 2007, p.6), al relacionar el envejecimiento con cambios orgánicos, inevitablemente se asocia éste con deterioro, unido a la enfermedad, la dependencia y la muerte.

La indefinición es mayor si la pregunta que nos hacemos es: *cuándo una persona es vieja*, pues la respuesta no puede reducirse sólo a cuestiones cronológicas, ya que *“es evidente que ser viejo es algo más que cumplir cierta edad”* (Fernández, 2009, p.56). Ahora bien, si la pregunta que nos hacemos es: *cuándo un ser humano comienza a considerarse viejo*, las respuestas se complican todavía más, pues, *“[...] la frontera entre la edad madura y la ancianidad es sólo una cuestión de definición social, y cualquier intento de delimitarla en términos estrictamente cronológicos está plagado de dificultades”* (Kelh y Fernández, 2001, p.134).

Teniendo en cuenta que la imagen negativa de todo lo relacionado con la vejez y el envejecimiento en nuestra sociedad es una constante (Lehr, 1982; Bazo, 1996; Villar, 1997; Martín, 2000, IMSERSO, 2002; Abellán y Esparza, 2009; Salmerón, 2012; Fernández-Muñoz, 2016), la autoimagen de los mayores va a estar influida por esa proyección externa que existe de ellos. De ahí que la presencia y mantenimiento de una percepción negativa de la vejez produzca rechazo u ocultación de quienes envejecen y que, como explica Salmerón (2012, p. 81), se pueda *“afirmar que el colectivo que se muestra más reticente para opinar y referirse a la vejez, no es otro que el de los propios mayores, quizás por la proximidad que sienten ante ella”*.

Esta dificultad para hablar del envejecimiento muestra que *“la mayoría de la población actual no está preparada para afrontar la vejez y sus implicaciones desde un punto de vista cultural y de modelos de conducta”* (Martín, 2000, p.179), en otras palabras, nuestra cultura no ha logrado prepararnos para la vejez (Salmerón, 2012, pp. 83-84), y pensar en ella y hablar de ella sigue siendo inadecuado y ajeno.

Con este artículo, fruto de una investigación más amplia, se intenta mostrar el modo en que las personas mayores “evitan el envejecimiento” porque, a pesar de las diferentes estrategias que persiguen lo contrario, es interpretado como algo negativo.

El análisis de sus relatos nos permite visibilizar dicha negación del propio envejecimiento, las dificultades de acercamiento a un colectivo que no sabemos cómo debemos nombrar, y las connotaciones negativas que se le asignan y han interiorizado los propios mayores. Dicho de otro modo, tratamos de penetrar en las razones que llevan a las personas a renegar de su (nuestra) propia vejez.

1. METODOLOGÍA

Con la intención de dar respuestas a qué significa ser viejo en la sociedad actual, especialmente centrados en los hitos que más notoriamente influyen en la toma de consciencia del propio proceso de envejecimiento, pusimos en marcha una investigación tramada por un amplio conjunto de aspectos metodológicos (Coller, 2000, p.17).

Las entrevistas abiertas a 17 personas de ambos sexos, de entre los 60 y los 79 años, disponibles en MP3, en las que se invitaba a relatar “*el propio proceso de envejecimiento*” fueron la fuente principal de la que obtuvimos los datos necesarios para responder a los objetivos planteados para esta publicación.

Los participantes fueron seleccionados atendiendo a criterios de diversidad de contexto y representatividad de niveles socioeconómicos y socioculturales. Las entrevistas se realizaron en lugares variados, respetando los intereses de las personas entrevistadas y procurando un espacio tranquilo. La mayoría se llevaron a cabo en centros y locales públicos, destinados a un uso exclusivo de personas mayores. También se utilizaron casas particulares cuando así lo consideraron convenientes las protagonistas.

A partir de los datos obtenidos, y teniendo en cuenta que “*no existe un único modo estandarizado de realizar el análisis cualitativo*” (Latorre, 2003, p.83), se procedió a su categorización temática (Figura 1).

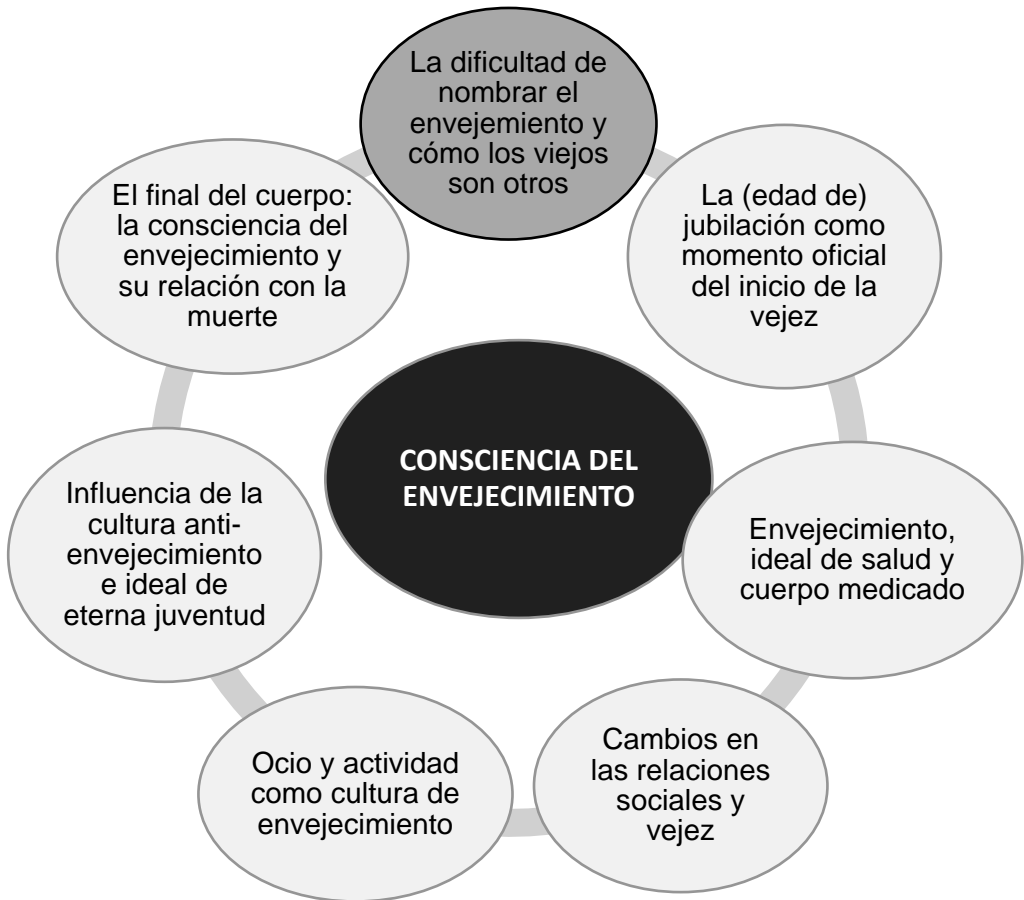


Figura 1. Sistema de categorización a partir de las entrevistas y temas resultantes de la investigación global

Nos centramos aquí en el tema o categoría destacado (oscurecido) en la Figura 1: *La dificultad de nombrar el envejecimiento y cómo los viejos son otros*, del cual se infieren los tres focos de análisis que se sintetizan en la Figura 2.

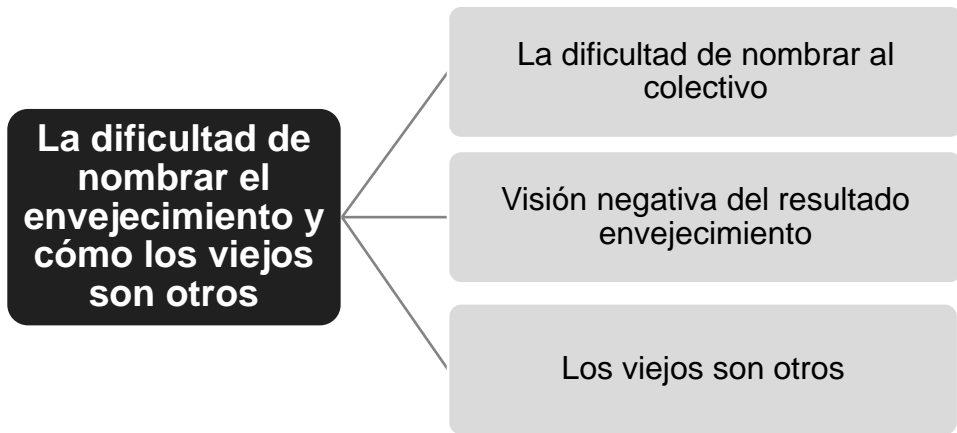


Figura 2. Focos de análisis del tema que se describe

2. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS DATOS

Se presentan a continuación los datos e información agrupados dentro de la categoría mencionada en la figura 1 y las sub-categorías indicadas en la figura 2.

2.1. La dificultad de nombrar al colectivo

No existe un acuerdo sobre qué expresión es la idónea para dirigirnos a este grupo de personas de *edades avanzadas*, ni para referimos a la etapa de la *vejez* como tal. Desacuerdo que se convierte en uno de los interrogantes iniciales de la investigación debido a que las personas entrevistadas, tras enunciárseles la temática (el proceso de envejecimiento), afirmaban que no podían hablar de “eso” porque “todavía no eran personas mayores”, además de considerarlo un tema complicado del que no podían opinar.

Esta negación del propio envejecimiento, unida a la sorpresa de ser interrogadas por este tema, fue una constante en las entrevistas, exceptuando algunos casos de personas enfermas. Como consecuencia, decidimos investigar sobre las causas.

Así pues, centramos parte del trabajo en indagar, en primer lugar, acerca de los términos a emplear para evitar ofender a las personas a las que se consultaba por su envejecimiento; y, en segundo lugar, en cuáles eran las razones por las que esas personas manifestaban, con perplejidad, no identificarse con la temática. Situaciones parecidas se reflejan en estudios de otros contextos (Reyes, 2003, p.1).

Eran pasos previos, pero fundamentales, para conocer los factores que influyen en la consciencia del envejecimiento. Necesitábamos saber cómo quieren que se denomine al colectivo de las personas que envejecen, a sabiendas de que ellas mismas niegan pertenecer a ese colectivo.

Tanto en la bibliografía consultada como en los datos analizados, se registran designaciones como personas mayores, ancianas, envejecidas, jubiladas, viejas, de edad, veteranos, tercera edad, cuarta edad, pensionistas, abuelos/as, seniors, adultos mayores, personas envejecientes o grandes longevos. También es frecuente encontrar expresiones y metáforas para referirse a esta etapa vital: *“nuestra generación”*, *“las edades estas”*, *“a esta edad”*, *“tener años”*, *“estas edades”*, *“a nuestra edad”*, *“con nuestros años”*, *“en estos momentos (nuestros)”*, *“el atardecer de la vida”*, *“la edad de oro”*, *“el otoño de la vida”*, *“el viaje de la experiencia”*, *“los mejores años de nuestra existencia”*,...

Si bien es cierto que la literatura cuenta con innumerables denominaciones para cualquiera de las grandes etapas de la vida (infancia, adolescencia, juventud y adultez), lo peculiar de las aplicadas a la vejez, especialmente en nuestro contexto social, es la búsqueda de expresiones que dulcifican u ocultan la propia vejez. Dicho de otra forma, estas expresiones esconden a menudo algunos de los estereotipos positivos que intentan mostrar la vejez como “la mejor edad”, sobre todo con fines claramente comerciales.

A continuación, explicamos los usos y significados que otorgan a los términos más empleados en el contexto analizado: personas mayores, viejos/as, tercera edad, jubilados y pensionistas, ancianos/as y abuelos/as. La intención es subrayar que el lenguaje juega un papel esencial en la construcción de los estereotipos negativos sobre la vejez.

Personas mayores

La mayoría de los participantes emplea la expresión *personas mayores* para referirse al colectivo. A excepción de tres personas del medio rural que no lo usaban al principio, todos relatan “su proceso de envejecimiento” utilizando términos como “*las personas mayores*”, “*los mayores*” o *una persona es “mayor”*.

Según Sánchez Vera (1993, p.41), el término “mayores” expresa “*la generalización de lo genérico: el mayor es cualquiera que tiene más años que otro. De esta forma estamos integrando en el ‘todo’ a los viejos, justamente cuando en realidad se les está segregando*”. Pero también “*el término ‘mayor’ connota cierta dignidad o rango a quien lo detenta, no en vano infunde gravedad y decoro, a la vez que madurez*” (ibídem). De ahí que la totalidad de las personas entrevistadas señalen que el término más acertado para designar a las personas de su edad es el de “*personas mayores*”.

«He hablado de dos edades de mayor: la de mi madre y la mía. [Dentro de los mayores] hay más mayores. [...] ¡Hombre, la palabra vieja no me gusta! No. La gente mayor, la gente mayor sí. Sí, las personas mayores”. [...] Eh... a mi edad [somos] eh..., pues ¡qué sé yo! [risas incómodas] Eh... mayores ya. No muy mayores, pero mayores [risas]. Porque tampoco entramos en los de jóvenes ya... O sea que ya mayores, cierta mayoría ya [silencio]» (IRENE, 62 años).

Aportan razones asociadas con el respeto o relacionándolo con ser una persona activa (subyaciendo, en ocasiones, una idea de no envejecimiento). Es el término considerado como más adecuado, el más correcto, el que mejor suena. Ana (78 años) explica cómo prefiere que llamen a las personas de su edad:

«[...] pues “mayores”; [silencio pensativa] “personas de la tercera edad”..., “personas ya mayores”, no sé... Pues esa la veo más normal porque somos mayores...; “para mayores”..., como dicen “grupos de mayores”, “para personas mayores”, “esto lo hacen para personas mayores”, pues bien..., porque somos mayores» (ANA 78 años).

Alude a que “lo dicen así”; que escucha normalmente que una actividad “es *para mayores*”; que existen grupos (asociaciones) “*de mayores*”; y que hay recursos “*para personas mayores*”. Del mismo

modo, acepta, sin mucho convencimiento, incluirse en el colectivo. Es el término a emplear porque es *el más normal*, el más empleado, el que mejor suena, porque es el que se usa socialmente.

Efectivamente, son las más utilizadas entre “los profesionales de la vejez”, las manejadas en los estudios, folletos informativos, investigaciones, temáticas de congresos, órganos de representación, páginas web, blogs y publicidad del IMSERSO (Becerril, 2011, p.158).

En el ámbito político se utilizan expresiones como “nuestros mayores”, “homenaje a nuestros mayores”, acompañadas de un tono paternalista, asociadas a servicios sociales, prestaciones y actos organizados en programas de fiestas. Existen argumentos críticos con el uso del término “personas mayores”, aunque de manera anecdótica. Consideran que hablar de *los mayores* es una manera de evitar hablar de *los viejos*, en un intento de disimular, tapar u ocultar que se envejece, aunque llamándolo de diferente manera no se evita.

«[Con rotundidad en el tono y en el gesto con la mano] ¡Uno de 70 años es viejo! [silencio]. Que dicen que son “personas mayores”..., bueno [riendo] a todo el mundo hay que barnizar un poco para que parezca más guapo [risas]; pero eso no, eso no te quita ni los años ni nada; ahí está, eso no hay manera de que lo puedas...» (ANASTASIO, 71 años).

En definitiva, el término “personas mayores” es el empleado en las entrevistas y se señala como el más adecuado, asociándolo a respeto y activismo. Este uso lingüístico coincide con el vocablo que se utiliza (y se difunde) actualmente desde las instituciones y organismos oficiales. Pero sobre todo, es una forma de no emplear la palabra viejo/a.

Viejos/as

Salvo excepciones puntuales, en las que parece ser que se apuesta por la denominación viejo/a, se rechaza tajantemente el uso de este vocablo.

«Menos viejas lo que sea, una persona mayor, una señora mayor o [pausa] o lo que quieras; pero menos ¡ay qué vieja!; ¡ay a mí eso me sienta muy mal! Y viejos son los perros; pero, bueno, suena muy mal. Vieja... “¡mira a esa vieja!” Es que además lo dicen con, con desdén,

con... [susurrando como hablando de una tercera persona] “¡Mira la vieja!, ¡qué pinta tiene!”» (FRANCISCA, 68 años).

Al preguntar directamente por el uso del término viejos/as, algunos responden con señales de ofensa, sobre todo a través de la comunicación no verbal. Rechazan su uso o señalan que “[tono de enfado]...esas palabras no, no, no las uso para nada, para nada, para nada” (MANUEL, 67 años).

«A mí no me gusta decir: “¡Uy, qué viejo eres!” Sino: “¡Qué mayor eres! Eh..., no, “qué mayor” es diferente que “qué viejo”. No, no, es que yo prefiero..., es que me suena... [...] Viejo parece que es desperdicio en un sentido, y mayor es que “tú has cumplido toda la época de tu vida y te ha tocado llegar a esa que es la de mayor”. Eh..., pero no es porque no sirvas, ¿eh?; porque a lo mejor sirves para estorbar, sirves para “quita de ahí, que no vales para otra cosas”, ¿eh?; para siempre reprimendas o cosas negativas o, eh...; pero nunca para estorbar o para... nunca tirar a la basura; como viejo es una cosa que ya no se utiliza..., ¿eh? Entonces..., aunque estorbes y estés en otro sitio, eres mayor, estorbas; pero, bueno, es diferente [a viejo]» (ALEJANDRO, 61 años).

Desdeñan el término *viejo*, señalan que es algo mal dicho, una falta de respeto, que suena mal y que está mal visto: «*Hombre, pues viejo no. Está muy feo. Ya pues... persona mayor..., señora mayor..., pero ya viejo no. Está muy mal dicho, muy mal visto vaya*» (CARMEN, 72 años).

En ocasiones exclaman que “*viejos son los trapos*”, los objetos, no las personas. Parece que ya es suficientemente malo envejecer como para que además te lo llamen: «[*Viejos*] no me gusta, *viejos son los trapos. Y, para que estén menos viejos, los lavo y los guardo por si hacen falta. Y así son menos viejos [risas]*» (IRENE, 62 años). En esta línea, Celia (63 años), alude a que la denominación “*viejo*”, que se asocia con “*las cosas*”, agrava lo que ya de por sí es malo: envejecer.

«*Pues yo creo que es la palabra mayores [es la mejor para asignar a personas de mi edad], porque viejas son las cosas. [Viejo o vieja no me gusta] no, no mucho. No, no porque no [risas], porque ¡harto tenemos llegando mayores para que te llamen viejo...!, ¿no sabes? No me gusta. No*» (CELIA, 63 años).

Buendía (1997, p.16) considera que “*es social y no biológico el sentido peyorativo que tiene la palabra viejo, como lo demuestra el hecho de que en unas sociedades sea objeto de discriminación mientras que en otras lo fue de promoción*”.

Así, “viejo/a” no se emplea a lo largo de las entrevistas ni mucho menos identifican a nadie como tal (impensable a sí mismo). Pero aceptan la palabra cuando creen que es lo que espera la entrevistadora, o cuando piensan que esta considera “viejo/s” como el término correcto.

«Persona vieja pues bueno, oye, también. Depende de cómo tú lo quieras... Mis padres han muerto los dos con 84 años. Primero murió mi padre, y luego mi madre. Mi madre estaba mucho mejor que estoy yo con 80 años, 84 que murió. Yo a mi madre nunca la vi vieja; bueno, mi madre estuvo activa hasta el último año» (ELVIRA, 70 años).

Anecdóticamente utilizan la palabra por cuestiones de uso del lenguaje o dentro de frases coloquiales o expresiones populares: “*después de vieja, mandil blanco*”, «*Es que, hija, no sabemos nada, ningún idioma, ninguna nada; ahora, después de vieja..., bueno, pues a mí me gusta [aprender inglés]*» (FRANCISCA, 68 años). O cuando Anastasio (71 años) ironiza con el uso de otros términos, reconociendo que tratan de sustituir la palabra viejo:

«Pues, eh..., legalmente, si uno usa el castellano [la palabra viejo] sería lo correcto; lo que pasa [es] que, si queremos..., bueno..., suena un poco mal viejo; pero, bueno, pues viejo pues claro, si es uno como un coche, si es viejo, pues ¿por qué le vas a decir... de la tercera edad...?» (ANASTASIO, 71 años).

Algunos critican los conceptos eufemísticos, pues “*viejos se ha usado siempre, aunque ahora esté mal visto*”. En ocasiones se asume o se intuye que lo negativo no es la palabra, pero sí las connotaciones sociales que esta lleva. Algunas entrevistadas apuestan por el uso de la palabra viejo/vieja como una forma de reivindicación o rebeldía, como crítica a esa connotación social negativa.

«[...] Lo que sí que es cierto es que utilizamos luego eufemismos para, pues no sé. Tengo aquí ahora la “Agenda de las mujeres” de este año, [...] el título me ha gustado porque pone “viejas y libres”, pues, si eres vieja,

eres vieja. Entonces, ahora es un término que no me importa, pero sí que es cierto que la palabra viejo a veces cruje un poco. Pero no sé si es correcto. [...]. Pero yo creo que más que el..., el nombre, el término, es lo que conlleva» (TERESA, 60 años).

De este modo, algunas personas se plantean que quizá no es tan despectivo, aunque suelen utilizarlo a lo largo de las entrevistas cuando quieren expresar la cara negativa de la vejez que vendrá en un futuro que tratan de evitar: “*pues no estás tan vieja*”, “*ya llegará el día que serás un viejo cascarrabias*”, “*hay gente vieja, vieja...pero vieja*”.

La cuestión es que todos coinciden en la necesidad de respeto y aprecio. A veces emplean diminutivos en señal de deferencia y con cierto paternalismo.

«Bueno, eso [la palabra viejo/a] según cómo te lo digan, si te dicen [vozecilla aguda y lentamente]: “Uy, qué viejecita” o cualquier cosa cariñosamente, pues tú dices: “Bueno, pues lo han dicho”. Pero si dicen [voz grave] “¡Anda, vieja bruja, asquerosa!” o cualquier cosa, ya eso es diferente, porque es diferente. Bueno, a mí un día me llamaron vieja “con rebaba” y dije: “Pues mira”, y dije...: “¡Pues mira, he tenido la suerte de llegar a ser vieja!, lo malo es que ¿si no llegas tú?”. Pero bueno, es así» (ANA, 78 años).

Esto mismo se puede comprobar en el siguiente fragmento: «*Puedes decir: “Mira esa señora qué mayor y qué guapina va; mira esa señorina qué mayorina es y qué guapina va”.* Yo digo así, o: “*Esa ¡ay, pobre, cómo se ha dejado! Fíjate*”. Pero nada, comentarios de esos, vamos; pero yo decir “vieja”..., no» (FRANCISCA, 68 años). Uniendo cierta idea de respeto e infantilización, junto a una mayor valoración social de las personas culturalmente bellas: las que “se cuidan”, frente a las que “se dejan”.

Puede ser que los diminutivos sean un modo educado de tratar mejor o con más respeto a las personas, sin embargo, en no pocas ocasiones son sinónimos, más o menos intencionados, de joven o de “parecer menos viejo”. Lo evidente es que rechazan tajantemente el uso del término viejo/a para designar al colectivo y que lo sustituyen conscientemente con distintos eufemismos.

Tercera edad

Otra de las expresiones que emerge es la de *tercera edad*. Este término se acuñó, según Rioseco (1993, p.111), en Francia a partir de “*un médico y político francés*” (Jiménez, 1989, en Almanza y Galdeano, 1989, p.415). En su día, se convirtió en la alternativa para sustituir palabras como viejo o anciano,

“[...] palabras como viejo o anciano están desapareciendo casi de nuestro lenguaje siendo sustituidas, sobre todo en los medios de comunicación de masas y el lenguaje “políticamente correcto” por expresiones como “tercera edad” o “nuestros mayores” En Hispanoamérica se utiliza el eufemismo de “adultos mayores” (Feixa, 1996, p.327).

Sin embargo, según el análisis de este estudio, parece estar en desuso. Nuestros interlocutores rechazan dicha denominación: “[Con desprecio] *¿Cómo que tercera edad, qué es eso?*” (ELVIRA, 70 años), “*De la tercera edad, parece que se es de tercera categoría*” (NATIVIDAD, 68 años), “*Si existe la tercera edad, tendría que haber una cuarta edad y quinta [risas]*” (FRANCISCA, 68 años) o “*De la tercera edad, eso ¿qué es, del tercer mundo?, anda, anda...*” (M^a DEL RÍO, 75 años). Esta idea subyace en algunas entrevistas.

«Es que tercera edad...; mira; yo con eso..., yo no, no puedo yo, yo no sé cuándo se puede llamar tercera edad; porque eso, eso hace bajar mucho a la persona, la tercera edad. Yo no creo en eso de la tercera edad, ni con ochenta años si quiera se puede decir tercera edad. Tercera edad a lo mejor se siente alguien de la tercera edad, se siente cuando tiene uno noventa, noventa y tantos años, pero tercera edad, yo, yo no, no estoy de acuerdo con emplear ese término» (MANUEL, 67 años).

Sin embargo, es un término empleado de manera espontánea en otros relatos. Considerándolo como más adecuado que viejos o ancianos y se llega a intuir cierta identificación: «*La tercera edad..., que estamos ya en la tercera, será ya la definitiva la tercera edad, claro, ya hemos pasado*» (ANA, 78 años). Y es que «*[...] no me disgusta, porque realmente es la tercera edad. Primero son los niños, luego la juventud y luego somos nosotros, con lo cual no me disgusta a mí la tercera edad, ¿eh?*» (CELIA, 63 años).

Hasta hace unos años las asociaciones y centros sociales que actualmente se denominan *de personas mayores*, se registraban como *de la tercera edad*, así nos encontramos con “Asociación de la tercera edad San Mamés”, “Centro de la tercera edad Santa Rosa de Lima” u “Hogar de la tercera edad Eras del Rosal”,

«A mí no me disgusta [el término tercera edad]. Oye, es una cosa que se ha dicho..., o la tercera... de la..., con eso del IMSERSO siempre se ha dicho “la tercera edad”. Y hay un cantar que dice [cantando]: “Los de la tercera edad...” , que sí es verdad que hablando, una canción que se titula “los jubilados”, me parece; y entre la canción sale la [expresión] tercera edad» (MARÍA, 79 años).

De ahí que la denominación “suene bien”. Pero cada vez se rechaza más y se emplea menos. Es en el medio urbano donde se cuestiona su uso.

«Yo la “tercera edad”, pues sí que lo utilizo, pero no sé si es correcto o no es correcto. Pero pasaba lo mismo como cuando, pues... como a veces utilizaban términos de pues..., para decir “los discapacitados”, cuando son personas que tienen una discapacidad. Entonces, el lenguaje es importante y el lenguaje tiene un sentido, pero yo no sé qué termino será mejor» (TERESA, 60 años).

En el medio rural se emplea poco en las conversaciones, usando más *los mayores*, pero no existe ese rechazo inicial al uso del término. Quizá porque se asocia a las expresiones empleadas entre el mundo asociativo: «Bueno, pues el baile, nosotros aquí en el centro de la tercera edad tenemos baile todos los domingos y festivos» (JOSÉ M^a, 73 años).

Tercera edad, en varias ocasiones, se asocia con una última etapa del proceso de envejecimiento: los viejos entre los viejos. Hace unos años, las personas de la tercera edad eran esas personas que todavía no eran *ancianas* porque “hacían cosas”: viajes, labores, partidas de cartas, excursiones, visitas, cursos... Ahora (y de momento) esas personas que participan en actividades propias del envejecimiento activo, son las *personas mayores*, pasando a considerarse de la *tercera edad* a las anteriormente denominadas *ancianas*. Sin olvidar que también existe una *cuarta edad*: «Pues, bueno, la tercera edad yo creo que eso tiene más significado que mayores porque es la tercera edad, es que estás ya

al final porque sólo hay cuatro. O sea, [riendo] que estás ya con un pie aquí y tres en el otro barrio» (ANASTASIO, 71 años).

También dejan claro que ni se es (todavía) persona mayor, ni vieja y tampoco de la tercera edad. «*Tercera edad me parece una etapa que yo todavía no he llegado, a mí me parece eso: yo por lo menos no me considero [riendo] todavía que sea de la tercera edad» (ELVIRA, 70 años).*

En definitiva, el término *tercera edad* aceptado y difundido como el más correcto hace unos años, es ahora rechazado por la mayoría. Aunque se usa de forma espontánea en los relatos sobre el proceso de envejecimiento para referirse, sobre todo, a los centros, asociaciones y actividades de ocio del medio rural.

Los jubilados y pensionistas

Utilizan el término “jubilados” o “pensionistas” quienes provienen del medio rural o de contextos en los que todavía existen lugares públicos que mantienen denominaciones, ya casi en desuso, como “bar de los jubilados”, “asociación de jubilados”, “local de los jubilados”, “hogar del pensionista” o “baile de los jubilados”. Y lo siguen usando a pesar de que en la coyuntura actual se considera más correcto el término “centros sociales para personas mayores”:

«Podían hacer algo, pues para ir a estar o echar una partidilla allí, donde el bar de los jubilados...; bueno, ahora porque está el centro este, de momento, pero dejaron perder el local de los jubilados ¡que tenía bar y todo! Y podían explotarlo una familia o algo, y poder ir, estar ahí, donde los jubilados, las personas mayores, porque digo yo que será de los jubilados todavía, ¿no?, ¿...o es del ayuntamiento?» (Mujer, 77 años).

Aunque la mayoría señalan que la jubilación y la vejez son conceptos con diferente significado, varias personas se refieren a *ese fenómeno de la última etapa vital* como la época “de la jubilación”, utilizándolo como un todo: “*nosotros los jubilados*”, “*ir donde los pensionistas*” o “*a los jubilados*”.

Otros hablan de “su jubilación” independientemente de que hayan trabajado o no. Relatan, por ejemplo, que solicitan “el carnet de jubilada” en su CEAS para descuentos en cursos, viajes y tiendas.

Este uso de la palabra jubilación como sinónimo de vejez es también frecuente entre las personas que narran su propio proceso de envejecimiento con referencias constantes a lo que era su dedicación laboral. Estructuran el discurso desde ahí, con referencias al antes y después del día o el periodo en el que dejaron de trabajar: «*En esta época que vamos [a los viajes del Club de los 60] son todos jubilados y mayores*» (ELVIRA, 70 años). No es inusual que empleen las palabras jubilación y envejecimiento como sinónimos:

«*Pues lo mejor de envejecer es llevar una jubilación, un envejecimiento..., eh..., bien. ¿Entiendes? Y que, y que vivas bien y que no tengas molestias o no tengas que ir mucho al médico y eso, es porque por ahí vamos a pasar todos. Lo que pasa es que, bueno, si llevas una jubilación que, o envejecer, vamos...*» (ANASTASIO, 71 años).

Entendemos que con el uso de este término intentan suavizar y evitar la palabra viejos.

Ancianos/as

La palabra *anciano* no suele, en principio, estar impregnada de connotaciones, negativas o de desprecio, como ocurre con *viejos* o, en ocasiones, con *tercera edad*. Sin embargo, en la línea de las acepciones anteriores, nos encontramos con manifestaciones de rechazo y de ofensa al ser preguntados por el término.

«*Anciano... pues peor todavía [que tercera edad]. No sé..., anciano... no, no, no... No lo sé, es que no conozco a ningún anciano por decirlo así. “Anciano”, yo no sé cómo se puede llamar anciano a una persona porque, de todas maneras, esa palabra yo creo que denigra mucho a una persona y, y, y la hace bajar a no sé, no sé a dónde. Anciano... [pausa negando con la cabeza] es que la baja mucho a la persona*» (MANUEL, 67 años).

De este modo, no se acepta como término para designarse, pues el anciano es “*el mayor más mayor de todos*”. En esta lógica, establecen una serie de categorías terminológicas otorgadas por edad: mayores–tercera edad–jubilados y, después, ancianos.

«*[...] cuando oigo de 65 años que es un “anciano”..., no. Es una persona de 65 años, yo [el término anciano] lo entiendo en la edad de 80*

para arriba o de 85. [...] Pero yo la palabra anciano, pues que sea, no sé, que lo veo para más mayor que para mí, para más años...; y yo ya te digo que yo para mayo hago 77 años y que también voy para ello [...]. No sé, parece que “el anciano” [riendo] no me... [risas] y llegaremos y estaremos en la ancianidad porque es así, pero claro...» (ANA, 76 años).

En la misma línea, emplean “anciano” también cuando se refieren a personas dependientes, enfermas, solas o abandonadas. Acompañado de un tono de voz y connotaciones de lástima, pena o tristeza.

“Además te tratan de “anciano”, ¿eh?, y también te duele. Te tratan bien, porque es que te dan muchas pautas de clases, de cursos, de vacaciones...; en principio no te puedes quejar, pero rápidamente la gente joven te llama “anciano”. [...] Ese vocabulario... pues oye sí que te pesa. Cuando escuchas el telediario, verás cómo “a un anciano de 65 años” le ha pasado cualquier cosa. O sea que el vocabulario pesa, igual que hay un vocabulario un poco sexista que como mujer te duele, hay un vocabulario dedicado a los abuelos que, aunque sea verdad, dices: “Pues, por qué me llaman anciana, por qué me llaman anciana [risas]”» (NATIVIDAD, 68 años).

De algún modo, los *ancianos* son siempre “los otros, los más mayores”; además, ponen de manifiesto un cierto miedo y rechazo a llegar a ser una persona *anciana*, vocablo que opera como sinónimo de la temida dependencia: «*Persona anciana, esa es la palabra que a mí me da miedo, miedo. Persona anciana y persona de la tercera edad..., esa palabra sí la tengo..., sí la tengo miedo*» (ELVIRA, 70 años).

Complementariamente, referirse a alguien como anciano es también una forma de mostrar respeto por una persona dependiente, que necesita cuidados, institucionalizada, en la línea de las ya no denominadas “residencias de ancianos”, en su última etapa antes de la muerte. Una etapa que produce miedo, tristeza, paternalismo y lástima.

Abuelos/as

La denominación de *abuelos* se limita a expresiones y narraciones asociadas a las personas que tienen nietos o quieren tenerlos. No suelen tener problemas a la hora de definirse como abuelo o abuela, sintiéndose identificados con un vocablo que les otorga un rango que viven con agrado y del que presumen con orgullo: “soy abuelo”, “me hicieron

abuela”. Lo cual no impide que, a menudo, aclaren que son abuelas/os jóvenes:

«...Pues sí, oyes, eres joven y eres abuela, pues fíjate qué alegría, para poder disfrutar del niño, y eso; y mi marido pues más todavía [...], una abuela joven pues fíjate qué maravilla» (M^a DEL RÍO, 75 años).

Pero la palabra “abuelo” también ha tendido a generalizarse y encontramos que la expresión *los abuelos* es utilizada para referirse a las personas con las que trabajan algunos (y sobre todo algunas) “profesionales de la vejez”: auxiliares de enfermería en centros psiquiátricos, residencias de ancianos, cuidadoras, trabajadores sociales, etc. Igualmente, distintas tiendas y cadenas comerciales emplean dicho término para dar nombre a sus negocios: “*Mundo abuelo*”, “*Todo abuelos*”.

La levedad de las distintas denominaciones

Como escribio Agulló (1999, p.12), “*con el tiempo, cualquier concepto referido a esta etapa se vuelve inservible (malsonante e incluso ofensivo) porque acaba adquiriendo tintes negativos debido al rechazo general al envejecimiento*”.

Tal como hemos comprobado, ninguna denominación –ni tercera edad, ni jubilados, ni ancianos, ni abuelos, ni, mucho menos, viejos– satisface a todos. Tampoco triunfaron otras propuestas, más o menos ingeniosas, como “*vejentud*”, fusión de vejez y juventud, propuesta por Jiménez Herrero (1989, p.391), sugiriendo un sentido positivo y esperanzador de la vejez. El término *mayores* genera más consenso, pero tampoco les convence porque, dicen, “todavía no lo son” y, en consecuencia, no lo utilizan en todas las ocasiones.

«[...] Que hoy día más o menos está intentando cambiar por..., en vez de “mayor”, que parece que es una cosa negativa a simple vista, se está poniendo como “senior”. [...] Entonces, bueno..., como estamos acostumbrados a lo que es la tercera edad, pues de momento te sorprende un poco; pero... pues, no sé, llegaría el momento a “los senior” les pasaría lo mismo que nos está pasando a nosotros con la vejez. Llegaría un momento en que dirías... [gesto de desagrado]. “Senior” es la edad en la cual yo me encuentro, ¿eh?; pues eso, a mí no me gustar decir: “¡Uy,

qué viejo eres!” Sino “¿qué mayor eres!”, ¿eh?, No. “Qué mayor” es diferente que “qué viejo”» (ALEJANDRO, 61 años).

El hecho es que ningún término resulta ser completamente de su agrado porque no se identifican con ninguno. Además, todas las denominaciones son, de un modo u otro, puestas en cuestión en poco tiempo, interpretadas de forma negativa o consideradas malsonantes debido, entre otras cosas, a la emergencia y difusión (comercial y/o sociopolítica) de algún sinónimo que es mucho más moderno, correcto o integrador. A este respecto, Sánchez Vera, tras analizar los diversos eufemismos de la palabra viejo, se pregunta “¿cuál será el siguiente invento?” El sentido y significado de esta búsqueda, explica, no es otro que “restarle gravedad o dramatismo a lo que ya de por sí es inexorable y tiene algo de patético: el estar envejeciendo todos los días, el caminar hacia la muerte, la culminación vital” (Vera, 1993, p. 38).

En cualquier caso, y lejos de la pretensión de considerar un término como más apropiado que otro, las personas consultadas rematan, por un lado, que “es lo mismo todo, todo es lo mismo, pero... pero suena de otra manera, por lo menos a mí” (FRANCISCA, 68 años) y, por otro, que el problema no es tanto la denominación como la exclusión, la discriminación y el deprecio que, tácita o explícitamente, sufren las personas llamadas *mayores*.

En definitiva...

La confusión que manifiestan las personas que participan en esta investigación ante la cantidad de sinónimos, es producto de la parcialidad y la falta de claridad con la que se trata este tema. El desconcierto no sólo se detecta en las conversaciones cotidianas, también está presente en el discurso científico. Observamos cómo los vocablos relativos a esta etapa de la vida son un tema recurrente en los documentos y estudios dedicados a la vejez (Mingorance et al., 2018). La mayoría de los autores coinciden en destacar la complejidad del uso de uno u otro término y señalan la subjetividad y polisemia de los diferentes vocablos y expresiones. También coinciden en apuntar que la mayor parte de las veces son palabras eufemísticas y estereotipadas, que reflejan las múltiples imágenes y representaciones sociales que se esconden tras los términos, por lo que el uso de uno u otro no resuelve la asignación de connotaciones sociales negativas asociadas a las personas viejas.

Esta ambigüedad e indeterminación demuestra que la vejez es una etapa que se esconde, se niega, se evita, no se nombra ni se define de una manera concreta. *“El problema no está pues en el concepto en sí, sino en la negociación social negativa hacia la vejez que hace que se reniegue de la identidad de ‘ser mayor’ y cualquier concepto afín”* (Agulló, 1999, p.368). Es decir, el significado peyorativo atribuido al envejecimiento no es consecuencia del término empleado, el problema es que *no ser joven*, se llame como se llame, es algo que debe evitarse porque es negativo.

2. 2. Visión negativa del resultado del envejecimiento

Al enunciar el tema de las entrevistas, las reacciones verbales y, sobre todo, las no verbales de nuestros interlocutores, fueron de rechazo, como si se les hubiera planteado una encerrona o les estuviéramos preguntando algo de lo que no quieren hablar o no saben cómo hacerlo (quizá porque nunca se les ha preguntado). Como nos dijo Natividad, 68 años, *“...es que no trae cosa buena el envejecer”*. Sólo con plantearlo, cae uno en la cuenta de que la vejez es algo poco agradable y de lo que no estamos acostumbrados a hablar: *“la vejez es dura”* (CELIA, 63 años); *“[...] la vejez es chungu para todos me imagino yo, [...] pero la vejez yo creo que para todo el mundo es mala”* (ANASTASIO, 71 años); *«se acepta muy mal porque supone pérdida de estatus, pérdida de protagonismo, y, sobre todo, pues considerar que tu vida ya se ha acabado, o no tiene sentido»* (TERESA, 60 años). Y es que, como afirma Wortman (2005), *“el sujeto que envejece se enfrenta con una desvalorización social, producto de un modelo cultural acerca de la vejez que la define como una etapa de decadencia en lo físico y en lo mental”*.

De ahí que cualquier acercamiento al tema, como lo es esta investigación, sea visto con cierto recelo y como algo extraño por la falta de interés general: *«Que una chiquita como tú se interese por estas cosas tiene mucho valor. A nadie interesa esto... porque la educación, la crisis...; pues sí, pero de gente ya como nosotros... [risas] ¿Puede interesar a alguien esto?»* (NATIVIDAD, 68 años).

La visión negativa del envejecimiento va acompañada de la idealización de la juventud: *“[La juventud] es una época de ilusiones y ahora pues ya de mayor, ahora esas ilusiones ya menguan”* (ALEJANDRO, 61 años). Porque *«cuando tienes una edad joven, pues no se te pone nada por delante, puedes hacer lo que te dé la gana. Y*

luego ya, cuando eres mayor, [...] no puedes hacer... pues lo que has hecho antes» (CELIA, 63 años). De ahí que varias personas manifiesten que «[...] esto es muy aburrido [risas], esto que estoy contando [...]. Es que tú me preguntas por la vejez, yo te podría contar..., mi vida ha sido una riqueza, todo el tiempo...» (ELVIRA, 70 años).

Frente a una idealizada juventud omnipresente y omnipotente, en nuestro contexto el envejecimiento se rechaza y se califica de nocivo; a este respecto, los comentarios de nuestros interlocutores reproducen auto-identificaciones de inferioridad social en todos los ámbitos ya explicadas en otros estudios.

“En aquellas culturas en las que se venera la juventud y se tiene una visión negativa de la vejez, la edad se convierte en un factor determinante primordialmente de las autoevaluaciones del individuo; todo cambio en la capacidad de ejecución, debido en gran parte a factores sociales diversos, se atribuye automáticamente al proceso de envejecimiento” (Buendía y Riquelme, en Buendía, 1997, p.86).

Esa imagen del envejecimiento se difunde y se (re)crea gracias a la acción de los diferentes agentes transmisores de “cultura de envejecimiento”, convirtiéndose en elementos muy influyentes en la manera de vivimos, entendemos y pensamos la vejez. Dichos agentes “nos enseñan” a modelar y conformar las percepciones de nuestro propio proceso de envejecimiento y, en no pocas ocasiones, como en el caso de nuestros interlocutores, se expresan a través de nuestras (sus) palabras.

A este respecto, sus relatos también parecen poner de manifiesto lo que Halliwell y Dittmar (2003) calificaron como “*doble estándar del envejecimiento*”; con ello se referían al diferente impacto de la imagen y apariencia corporal (negativo para las mujeres, neutral o positivo para los varones) en la percepción de su proceso de envejecimiento.

2. 3. Los viejos son otros

En todas las entrevistas transmiten directa o indirectamente la idea de que “yo no soy viejo”: “*No, todavía no [riendo], no me considero que todavía...; soy joven me parece a mí, aunque los años ahí están, pero no me considero mayor porque me siento activa y, al sentirme activa, pues no me considero mayor*” (CARMEN, 72 años). Y es que todas consideran, al menos en los primeros minutos, que es un tema ajeno a

ellas. Como afirma Agulló (1999, p.370), “*a veces los mayores son `los otros´; otras veces son `ellos´; son y no son mayores... La confusión está servida*”.

Analizando las expresiones y referencias que nos muestran *que los viejos son los otros*, encontramos un dato significativo: la mayoría de las referencias se narran en tercera persona. Al clasificar estas descripciones en tercera persona, los relatos que nos dicen que ese “*los otros*” son “los más mayores” o “los de antes”:

«*No, no, no, a mí me parece que me queda mucho tiempo todavía [para ser una persona mayor], pero lo tengo cerca ya*» (ELVIRA, 70 años)

«*Yo [...] veía a la gente y antes estaban, yo creo, más envejecidas. Cuando veías un hombre de 60 años o 64, que mucho más no creas que se vivía, ¿eh?, le mirabas, decías: “¡Oh, qué viejo es, qué arrugado está, me cago en la mar!”*» (ANASTASIO, 70 años)

«*[...] Mi madre, de mis años, ya no era joven, ¿eh?*» (NATIVIDAD, 68 años).

Respecto al envejecimiento en primera persona, el suyo, concluyen que es algo que se siente (no se es) de modo que, si no llegas a sentirlo, puedes no envejecer nunca.

De alguna manera, van posponiendo la edad en la que consideran que alguien es mayor, a medida que ellos la van alcanzando. Así, uno nunca es viejo porque la edad para serlo siempre está por encima de la que cada uno tiene en ese momento concreto de su vida. Esta lógica nos refuerza, una vez más, la idea de que envejecer es percibido como algo negativo que todo el mundo evita, aunque solo sea ampliando los plazos personales para considerarse como tal.

Por ello, es normal que “los viejos siempre sean los otros”. El problema es que esta interpretación de las propias circunstancias impide prepararse para afrontar el propio envejecimiento, el cual, según lo que aquí se ha narrado, se evita ser nombrado y, *todavía mejor*, pensado. Esta evasión de la realidad ayuda, se entiende, a ser/estar bien, feliz, optimista y activo.

CONCLUSIONES

Con esta investigación, sin obviar sus limitaciones, se pretende recuperar la voz y la palabra de las personas mayores, a través de una

temática poco común en conversaciones cotidianas e insistiendo en el carácter directo de la escucha.

En el artículo se reitera lo que es una constante en los relatos: la negación, mediante diferentes estrategias, de la propia vejez. En dicho marco, parece obvia la influencia de la imagen negativa del envejecimiento hegemónica en nuestro contexto social y el modo en que dicha visión negativa interviene y configura la consciencia de la vejez que tienen nuestros interlocutores.

En la realización de este trabajo con *personas mayores*, nos hemos encontrado ante un colectivo denominado con diferentes eufemismos y que, al hablar de sí mismo, evita, ante todo, la palabra viejo. Lo importante aquí no son tanto los términos empleados como el hecho de que sean reflejo y reproduzcan una imagen negativa de la vejez. Es como si el hegemónico ideal de *eterna juventud* se prolongase en el tiempo retrasando el envejecimiento y ocultando, escondiendo o negando su existencia.

Los mensajes dominantes en nuestro contexto sociocultural influyen directamente en la forma en que las personas (nuestros interlocutores) experimentan el proceso de convertirse en personas mayores. Una de las cuestiones más llamativas es la consideración de la vejez como algo ajeno (*los viejos son otros*). En esta tesitura, ¿cuáles son las condiciones de posibilidad para la reflexión sobre el propio envejecimiento? Por ello, el acercamiento interpersonal al tema que ha conllevado la presente investigación ha sido considerado, en los primeros contactos interpersonales, una rareza carente de interés por las propias personas que envejecen.

Muchos son los estudios que apuntan que las *personas mayores* se encuentran englobadas en un grupo social en continua expansión, justificándose así la necesidad de estudiar el envejecimiento. Sin embargo, las vivencias de las propias personas mayores no parecen haberse tenido todavía suficientemente en cuenta:

“(...) Todos estos procesos fisiológicos son bien conocidos por la ciencia y en parte se entiende bien. Existe una muy amplia literatura sobre este tema. En cambio se entiende mucho menos (y se toca con mucha menos frecuencia en la literatura científica) la experiencia misma de envejecer. Se trata de un asunto que relativamente se ha tratado poco” (Elias, 2010, p.86).

Precisamente, de la intención de abordar esa experiencia misma de envejecer, nació el trabajo en el que se basa este artículo. Tratando de ampliar el conocimiento sobre cuestiones que afectan al colectivo de las personas mayores y reflexionando sobre el rol que desempeñamos los profesionales de la educación en este sentido.

Si las personas con las que trabajamos y convivimos difícilmente se definen (a priori) como viejas, podríamos interpretar que nos encontramos ante una falta de realismo de las personas que envejecen. Sin embargo, esta investigación apunta al contexto, pues *“aceptar la vejez no es cosa fácil, justamente por las implicaciones con las que está asociada esta última etapa de la vida, por ello razones sobran para inventar argucias y poner trampas para no autorreconocerse como viejos”* (Reyes, 2003, p.9).

Y es en este contexto en el que desempeñamos nuestro trabajo educativo. De ahí, la necesidad de analizar si nuestras prácticas diarias con la población en general tienen en cuenta esa *consciencia del envejecimiento* o, por el contrario, convierten a la educación en un agente trasmisor de la cultura de evitación de la vejez en nuestra sociedad.

BIBLIOGRAFÍA

- Abellán, A. y Esparza, C. (2009). Percepción de los españoles sobre distintos aspectos relacionados con los mayores y el envejecimiento. Datos de mayo de 2009. *Portal Mayores, Informes Portal Mayores*, 91. Descargado de: <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/pm-barometro-cis-mayo-2009-01.pdf>
- Agulló, M.S (1999). *Mayores, actividad y trabajo en el proceso de envejecimiento y jubilación: una aproximación psico-sociológica*. Tesis doctoral. Madrid: Universidad Complutense de Madrid. Descargado el 15 de septiembre de 2017 de: <https://eprints.ucm.es/2013/1/T23799.pdf>
- Almanza, J.M. y Galdeano, J. (1989). (Eds.) *Hacia una vejez nueva*, Salamanca: San Esteban.
- Bazo, M.T (1996). Aportaciones de las personas mayores a la sociedad: análisis sociológico. *Reis*, 73, 209-222. Descargado el 10 de septiembre de 2017 de: http://ih-vm-cisreis.c.mad.interhost.com/REIS/PDF/REIS_073_13.pdf

- Becerril, R. (2011). Cuerpo, cultura y envejecimiento. Análisis de la imagen corporal en la publicación 60 y más (IMSERSO). *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 13(2), 139–164. Descargado el 15 de septiembre de 2017 de: https://www5.uva.es/agora/revista/13_2/agora13_2a_becerril
- Buendía, J. (comp.) (1997). *Gerontología y Salud*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Coller, X. (2000). *Estudio de casos*. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS).
- Delgado, M. (2003). La construcción social de la vejez. *Jano*, Vol. LXIV N° 1.474, 12(1402)-17(1407)
- Elias, N. (2010). *La Soledad de los Moribundos*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Enciso, B. (2012) *Doce causas para 2012: Por el respeto a la figura de las personas mayores en la sociedad*. Madrid: UDP-IMSERSO
- Feixa, C. (1991). Antropología de las edades. En J. Prat y A. Martínez (Ed.), *Ensayos de antropología cultural* (pp. 319–334). Barcelona: Ariel.
- Fernández, J.J (2009). *Determinantes de calidad de vida percibida por los ancianos de una residencia de la tercera edad en dos contextos socioculturales diferentes, España y Cuba*. Tesis inédita de doctorado. Universidad de Valencia. Descargado el 27 de septiembre de 2017 de: <http://roderic.uv.es/handle/10550/15670>
- Fernández, R. (2009). *Envejecimiento activo: Contribuciones de la psicología*. Madrid: Pirámide.
- Fernández-Muñoz, J.N. (Coord.). (2016). *INFORME 2016. Las personas mayores en España. Datos estadísticos por Comunidades Autónomas*. Madrid: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad Secretaría de Estado de Servicios Sociales e Igualdad Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO). Descargado el 20 de noviembre de 2018 de: http://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/11_2017001_informe-2016-persona.pdf
- Halliwell, E y Dittmar, H. (2003). A Qualitative Investigation of Women's and Men's Body Image Concerns and Their Attitudes Toward Aging, *Sex Role* 49(11-12), 675-684. doi: 10.1023/B:SERS.0000003137.71080.97

- IMSERSO (2002). *Las personas mayores en España. Datos estadísticos por Comunidades Autónomas*. Vol. I y II. Madrid: Subdirección General de Planificación, Ordenación y Evaluación. IMSERSO. Descargado 20-I-18: http://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/112017001_informe-2016-persona.pdf
- Kehl, S. y Fernández, J.M (2001). La construcción social de la vejez. *Cuadernos de Trabajo Social*, 14, 125-161. Descargado el 20 de enero de 2018 de: <http://envejecimiento.sociales.unam.mx/archivos/europa.pdf>
- Latorre, A (2003). *La investigación- acción. Conocer y cambiar la práctica educativa*. Barcelona: Graó.
- Lehr, U. (1982). La situación de la mujer madura: aspectos psicológicos y sociales. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 14(3) 385-396. Descargado el 9-I-2018 de: <https://www.redalyc.org/pdf/805/80514308.pdf>
- Martín, A.V. (2000). Diez visiones sobre la vejez: del enfoque deficitario y de deterioro al enfoque positivo. *Revista de Educación*, 323, 161-182. Descargado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=19354>
- Mingorance, D.L., Álvarez, H., Amor, G., Rincón, M., Rodríguez, A. (2018). La denominación para las personas mayores. Un análisis genealógico. *Holograma*, 27(1) pp. 34-63. Descargado el 1 de septiembre de 2018 de: <http://cienciared.com.ar/ra/doc.php?n=2079>
- Osorio, P. (2007). Construcción social de la vejez y expectativas ante la jubilación en mujeres Chilenas. *Universum*, 22(2), 194-212. Descargado el 9 de junio de 2017 de: <http://repositorio.uchile.cl/handle/2250/121586>
- Reyes, L. (2003). *¡Viejos son los cerros...! Resistencias culturales a aceptar la vejez*. Santiago de Chile: Instituto de Estudios Indígenas.
- Rioseco, E. (1993). La ancianidad, producto social. En P. Sánchez Vera, *Sociedad y población anciana*. Murcia: Publicaciones Universidad de Murcia.
- Salmerón, J.A (2012) *La percepción del envejecimiento desde la perspectiva de las mujeres mayores usuarias de los centros sociales de la comarca del Valle de Ricote de la Región de Murcia. Sus implicaciones para la*

Educación. Tesis inédita de doctorado. Universidad de Murcia. Descargado el 9 de mayo de 2017 de: <https://digitum.um.es/xmlui/handle/10201/30160>

Saramago, J. (2004). *Ensayo sobre la lucidez*. Madrid: Alfaguara

Vera, P. (Ed.) (1993). *Sociedad y población anciana*. Murcia: Universidad de Murcia.

Villar, F. (1997). Construcción y evaluación en diferentes cohortes del DSE. *Anales de psicología*, 13(1) 31-37. Descargado el 15 de noviembre de 2017 de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16713103>

Wortman, S (2005). La biomedicalización del envejecimiento. *Topia*, abril 2005. Descargado el 20 de noviembre de 2017 de: <https://www.topia.com.ar/articulos/biomedicalizacion-del-envejecimiento>