

GARCÍA, A., BENITO, J., (Coords.)

Educación para la salud y Personas Mayores

Murcia: Ayuntamiento de San Pedro del Pinatar, 2003. 222 pp.

Ante el progresivo envejecimiento de la población, comienza a hacerse cada vez más normal encontrar estudios sobre las condiciones de vida de las personas mayores. Ya no sólo nos interesa que se produzca un incremento en la longevidad de las personas, sino que las condiciones de vida de éstas nos permitan hablar de las cotas de bienestar (o, en su caso malestar) en que se encuentran. En este sentido, fomentar la calidad de vida de las personas mayores supone construir los mecanismos que les permitan asumir sus propias situaciones vitales y diseñar alternativas a aquellas que se considera que influyen negativamente en sus vidas. Así, la función de los educadores para la salud será la de “formar y capacitar a las personas mayores para que sean actores activos de su desarrollo personal y colectivo” y, para lograrlo, el análisis y el conocimiento de los procesos que inciden en sus condiciones de vida representan una base especialmente importante para la construcción de nuevos y mejores marcos de desarrollo para las personas mayores. Es por ello que la Educación para la salud posibilita el avance contra todo tipo de discriminación y exclusión de los mayores. Pero lograr esta situación implica hacer frente a las dificultades de diverso tipo que se nos plantean. Por un lado, los estereotipos y prejuicios que se han creado en torno a la vejez y, por otro, las serias laguna existentes en el apoyo que las instituciones deberían prestar como garantes que son del Estado de bienestar, así como las que se derivan de nuestro propio envejecimiento biológico.

El libro consta de once capítulos que tienen como base los desarrollos realizados en el curso “Educación para la Salud y Personas Mayores” celebrado en septiembre de 2002 en San Pedro del Pinatar (Murcia). A través de cada uno de ellos, el lector podrá conocer algunos de los aspectos básicos que inciden en el fenómeno social que recubre el rótulo

de “personas mayores” y que exponemos de manera sintética a continuación.

El primer capítulo, *“El papel de la educación para la salud en la calidad de vida de las personas mayores”*, condensa las principales temáticas que se exponen a lo largo del libro, con una especial incidencia en la importancia de los procesos educativos para la salud en la configuración de una actuación autónoma e informada de las personas mayores.

El segundo capítulo, *“Animación sociocultural y personas mayores”*, hace una síntesis sobre la que se considera como una de las herramientas más interesantes para capacitar a las personas mayores, dotándolas de recursos, conocimientos, destrezas y habilidades que les permitan vivir de la mejor manera posible. Destaca, además, algunos de los ámbitos en los que es interesante su aplicación: residencias, clubes de la tercera edad, universidades de la experiencia, etc.

El tercer capítulo, *“La participación social de las personas mayores”*, incide en los conceptos de Educación y Cultura que sirven de base para desarrollar la Investigación participativa como un recurso para mejorar la vida de las personas de una comunidad a través de la plena participación de los miembros del grupo, de manera que éstos sean autónomos y genere sus propios recursos para contribuir a la solución de los problemas que se les van presentando. La especial relevancia de esta herramienta en el ámbito de las personas mayores, se debe a su incidencia en los procesos de envejecimiento activo que hacen posible que las personas mayores sean activas y puedan seguir participando en la sociedad en la que viven, independientemente de sus limitaciones sociales y de salud.

El cuarto capítulo, *“Políticas sociales y servicios sociales en atención a las personas mayores”*, hace un recorrido por los modelos de las políticas sociales, para centrarse, posteriormente, en el caso de España, haciendo referencia a las leyes autonómicas y los servicios sociales incluidos en el Plan Gerontológico Nacional y orientados a las personas mayores.

El quinto capítulo *“Ciudades acogedoras: redes formales e informales de ayuda”* se centra en el apoyo social como forma de aprovechamiento de los recursos de la propia sociedad civil para la ayuda recíproca entre los ciudadanos que surge como una forma de rebelión contra el Estado, a la vez que como respuesta a la necesidad de cubrir los vacíos que los actuales servicios institucionales dejan al aire, sobre todo cuando se habla de personas mayores. En el texto se sintetizan las dimensiones y

formas del apoyo social, describiendo el papel que juegan los diferentes agentes y redes informales de apoyo en el desarrollo de las personas mayores.

El sexto capítulo, *“La lucha contra la exclusión social de las personas mayores”*, presenta una de las situaciones a las que tienen que hacer frente las personas mayores cuando quedan al margen de los circuitos sociales ordinarios. Plantea alguna de las vías que permiten evitar que las personas mayores se vean sometidas a condiciones que hagan posible su entrada en procesos de exclusión social y cultural.

Los capítulos séptimo, *“El perfil del cuidador informal con personas mayores”*, y octavo, *“Los cuidados informales con personas mayores: intervenciones básicas”*, destacan la importancia del papel que los cuidadores informales, muchas veces olvidado o menospreciado, están desarrollando. Además, ofrecen un análisis del perfil del cuidador, el por qué del incremento de este servicio o las estrategias de intervención.

El noveno capítulo, *“El futuro de la vejez: experiencias internacionales”*, describe algunas de las experiencias que se están llevando a cabo con éxito en otros países, la puesta en marcha de políticas internacionales, etc., relacionadas con la mejora de las condiciones de vida y de salud de las personas mayores. De ellas se desprende la urgente tarea de mejorar las condiciones individuales y sociales a través de una red de servicios sociales, comunitarios y de salud orientada a la mejora de la calidad de vida de las personas mayores, que, muchas veces, está relacionada con que las personas mayores puedan permanecer en su entorno el mayor tiempo posible, de manera que puedan seguir siendo parte activa e integrante de la vida de la comunidad.

El décimo capítulo, *“La sexualidad en las personas mayores”*, hace un recorrido sobre los cambios fisiológicos, psicológicos y sociales que pueden afectar a la sexualidad de las personas poniendo de manifiesto la necesidad de erradicar los estereotipos y las falsas creencias que se han creado en torno a la sexualidad de las personas mayores, como resultado de reconocer únicamente un modelo joven de sexualidad, en el que ésta se limita a exigencias coitales. Ante esto se postula asumir una nueva visión de la sexualidad que permita a las personas mayores elegir su propia forma de vivir la sexualidad y puedan disfrutar de este período sin verse sometidos a opresiones y persecuciones que carecen de sentido.

En el último capítulo, *“La calidad de vida y las personas mayores”*, se vincula el concepto de salud con la conducta de los individuos en todos

los ámbitos de la vida. Los autores sostienen que no se puede esperar alcanzar un mínimo de bienestar sólo con conocimientos y habilidades individuales, sino que es necesario que existan las condiciones objetivas básicas (vivienda, alimentación, servicios sociosanitarios, entorno comunitario apropiado, etc.), para que podamos hablar de calidad de vida en el caso de las personas mayores.

Estamos, por tanto, ante un texto interesante y sugerente que está destinado a servir para la reflexión y estimular la búsqueda de nuevas alternativas educativas y sociales a este fenómeno que será algún día el de todos nosotros. Se trata de hacer accesible el conocimiento, lo cual no implica hacer de cada ciudadano un profesional de la salud, sino sensibilizar a la gente de la necesidad de un compromiso activo con el bienestar individual y colectivo.

M.^a LOURDES COBACHO INGLÉS
Universidad de Murcia