

# La rebelión de las canas



observatorio  
contra a  
discriminação  
do maior

# ÍNDICE

	página
<b>0. INFORMACIÓN CANDIDATURA.....</b>	<b>1</b>
<b>1. RESUMEN EJECUTIVO.....</b>	<b>2</b>
<b>2. DESCRIPCIÓN CANDIDATURA.....</b>	<b>4</b>
2.1. JUSTIFICACIÓN.....	4
2.2. OBJETIVO .....	5
2.3. PLANIFICACIÓN.....	5
2.4. DESARROLLO Y RESULTADOS.....	6
2.4.1. INVESTIGACIÓN.....	6
2.4.2. INTERVENCIONES EDUCATIVAS Y SENSIBILIZACIÓN .....	7
2.4.3. PROGRAMA RADIOFÓNICO.....	9
2.4.4. ACCIONES INTERGENERACIONALES.....	10
2.5. EVALUACIÓN Y REVISIÓN.....	12
2.6. CARÁCTER INNOVADOR.....	12
2.7. DIVULGACIÓN Y APLICABILIDAD.....	13
2.8. CONCLUSIONES.....	13

REFERENCIAS

## 0.INFORMACIÓN CANDIDATURA

---

---

- **Área temática:** 1. Humanismo participativo
- **Título del proyecto:** La rebelión de las canas. Observatorio contra la discriminación del mayor.
- **Organización:** Complejo Hospitalario Universitario de Ourense. Área Sanitaria de Ourense, Verín e o Barco de Valdeorras.  
c) Ramón Puga 52-55; CP 32005 Ourense
- **Contacto:** Miriam Vázquez Campo  
**email:** [miriam.vazquez.campo@sergas.es](mailto:miriam.vazquez.campo@sergas.es)  
**teléfono:** 653482262  
Ourense (Galicia)
- **Autores:**
  - Miriam Vázquez Campo
  - Rebeca M<sup>a</sup> Gómez Espinosa
  - Ana M<sup>a</sup> Gómez Gómez
  - Yago Mouriño López
  - Yolanda Maroño Souto
  - José Luis López Gutiérrez
  - Diego Rivera Camba
  - Beatriz Cabanelas González
  - Belén Piñeiro Bóveda
  - Carlos Bermello Arce

## 1. RESUMEN EJECUTIVO

---

**Justificación.** El edadismo es la forma de discriminación más habitual, banalizada y universal. Se trata de una discriminación insidiosa que socava nuestras sociedades: la exclusión de la mayoría de los adultos mayores de una participación activa en la sociedad representa una tragedia inaceptable y contraria a la dignidad humana. Esta discriminación alcanza su máximo esplendor dentro del contexto socio-sanitario.

**Objetivo.** Nuestro proyecto hace hincapié en la lucha contra el edadismo. Con ello, queremos poner el foco en la necesidad de "cambio de la imagen negativa" con la que se asocia el proceso de envejecimiento promoviendo el buen trato y la atención de calidad a los adultos mayores dentro del contexto socio-sanitario.

**Planificación y desarrollo.** El observatorio contra la discriminación del mayor es un proyecto global de acción participativa. Cuenta con varios campos de acción o módulos, divididos en las siguientes áreas de acción: investigación; intervenciones educativas y sensibilización; programa radiofónico; y acciones intergeneracionales.

**Resultados.** En relación a las distintas áreas de nuestra iniciativa, estas son las acciones llevadas a cabo hasta la fecha:

a) Investigación: Desde julio de 2020 hemos llevado a cabo dos estudios de investigación:

- Estudio descriptivo para conocer la presencia de estereotipos negativos en profesionales sanitarios donde participaron cerca de 400 profesionales
- Estudio cualitativo con enfoque fenomenológico sobre 8 adultos mayores para conocer las vivencias y experiencias dentro del contexto sanitario en relación a la discriminación por edad.

Estos estudios pusieron de manifiesto que los profesionales sanitarios de nuestra área tienen creencias estereotipadas sobre los mayores, y que éstas son más intensas, cuando el profesional es más joven.

Por otro lado, dentro del estudio cualitativo, los mayores exponen que una de las conductas discriminatorias más habitual es que un profesional haya justificado sus dolencias como cosas de la edad.

#### b) Intervenciones educativas y sensibilización

Hemos llevado a cabo 2 cursos de formación a profesionales sanitarios y no sanitarios a nivel autonómico gracias a la colaboración de la Agencia gallega de Conocimiento en Salud (ACIS) y 1 curso a nivel nacional gracias a la colaboración de la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED). Relacionado con la sensibilización de la población grabamos varios vídeos de sensibilización gracias a la colaboración del Grupo de Teatro para Mayores de nuestra ciudad, que han sido difundidos por las redes sociales

#### c) Programa radiofónico

El 15 de marzo de 2022 comenzamos el programa radiofónico "La rebelión de las canas" en RadioVoz con una periodicidad quincenal. La intención de dicho programa es visibilizar a los mayores de nuestra provincia y promover el envejecimiento activo.

#### d) Acciones intergeneracionales

En enero 2023 lanzamos un concurso de dibujo con eslogan en centros de educación primaria de la provincia para reconocer la labor de los abuelo/as en las familias y la sociedad.

### **Conclusiones**

Con en estas iniciativas esperamos mejorar el trato que reciben las personas mayores y con ello mejorar su calidad de vida. Una sociedad que respeta a los mayores, crece en principios y valores.

## 2. DESCRIPCIÓN DE LA CANDIDATURA

---

### 2.1. JUSTIFICACIÓN

El envejecimiento de la población está a punto de convertirse en una de las transformaciones sociales más significativas del siglo XXI, con consecuencias para casi todos los sectores de la sociedad.

La población mayor de 65 años crece a un ritmo más rápido que el resto de segmentos poblacionales. Según datos del informe "Perspectivas de la población mundial", en 2050, una de cada seis personas en el mundo tendrá más de 65 años (16%).

El edadismo fue un término acuñado por Robert Butler en la década de los 60 para referirse a los estereotipos y prejuicios existentes en relación a la edad. Las investigaciones sugieren que la discriminación por motivos de edad puede ser ahora incluso más generalizada que el sexismo y el racismo y teniendo graves consecuencias.

El edadismo y las actitudes negativas pueden influir en el potencial de un envejecimiento saludable y activo. De hecho, los estereotipos sobre el envejecimiento tienen una influencia significativa en las propias personas mayores y pueden afectar negativamente su salud, reducir la autonomía, la independencia y la calidad de vida.

Las investigaciones muestran que los adultos mayores a menudo son estereotipados como débiles, incompetentes, enfermos e inútiles, desinteresados y apáticos, socialmente aislados, deprimidos, rígidos, fuera de contacto, agobiantes, dependientes y con problemas cognitivos. Para las personas mayores que aceptan e incorporan estos estereotipos, se autoestigman, obstaculizando un adecuado proceso de envejecimiento.

En los estudios centrados en profesionales sanitarios se ha puesto de manifiesto la falta de conocimientos sobre el proceso de envejecer, la tendencia al edadismo y a justificar la patología por "propio de la edad", así como a no diagnosticar y tratar adecuadamente

al mayor por el simple hecho de serlo. Además, también se ha observado que una mayor relación profesional-paciente no disminuye estas concepciones negativas.

## 2.2. OBJETIVO

Esta iniciativa hace hincapié en la lucha contra el edadismo. Con ello, queremos poner el foco en la necesidad de "cambio de la imagen negativa" con la que se asocia el proceso de envejecimiento, una "imagen llena de estereotipos edadistas". Además, queremos promover el buen trato y la atención de calidad a los adultos mayores dentro del contexto sanitario.

## 2.3. PLANIFICACIÓN

El observatorio contra la discriminación del mayor es un proyecto global de acción participativa. Cuenta con varios campos de acción o módulos (Imagen 1).



Imagen 1. Módulos de la iniciativa

## 2.4. DESARROLLO Y RESULTADOS

### 2.4.1. INVESTIGACIÓN

Desde julio de 2020 hemos llevado a cabo dos estudios de investigación para conocer la realidad y situación de nuestra área en relación a la discriminación del mayor.

- *Estudio cualitativo con adultos mayores.*

El objetivo de este estudio fue conocer las vivencias y experiencias en relación a actitudes y conductas discriminatorias dentro del contexto sanitario.

Para ello y bajo un enfoque fenomenológico se seleccionaron de manera intencionada 8 adultos mayores a los que se realizó una entrevista semiestructurada.

Los resultados mostraron que la mayor parte de los participantes habían sufrido conductas discriminatorias, siendo la más habitual la de que un profesional sanitario haya justificado sus dolencias o malestar como cosas de la edad y el hecho de no ser tomados en serio por el mismo motivo.

- *Estudio descriptivo sobre profesionales sanitarios*

El objetivo de este estudio fue conocer la existencia de creencias negativas hacia los mayores en profesionales sanitarios y la relación de éstas con variables sociodemográficas y laborales.

Participaron un total de 379 profesionales de nuestro hospital.

Los resultados mostraron como el nivel de creencias estereotipadas en relación a los mayores es media-alta y que estas creencias negativas son más comunes en profesionales más jóvenes.

Los resultados de ambos estudios han sido presentados a distintas reuniones científicas y están pendientes de publicación.

## 2.4.2. INTERVENCIONES EDUCATIVAS Y SENSIBILIZACIÓN

Hemos llevado a cabo varios cursos formativos sobre la discriminación del mayor desde su conceptualización a su prevención. Para ello hemos contado con la colaboración de la Agencia Gallega de Conocimiento en Salud (ACIS) y de la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED).

Gracias a la colaboración de ACIS hemos realizado 2 cursos en el ámbito de la Comunidad Autónoma de Galicia ( la 3ª edición está programada para Abril de 2023) y dentro de la UNED realizamos un curso de ámbito nacional (Imagen 2). Dichos cursos se realizaron en formato online debido a las restricciones de la pandemia por Covid 19.

Actualmente estamos planificando nuevos cursos, incluyendo varias modalidades (online y presencial).



Imagen 2. Noticia curso UNED

El programa formativo de los cursos puede verse en la siguiente tabla (tabla 1).

Tabla 1. Programa formativo	
MÓDULOS	CONTENIDOS
<b>Módulo 1: Aproximación al tema de la vejez y el envejecimiento. Los derechos de los mayores</b>	<p>La vejez como constructo social</p> <p>La discriminación por razón de edad: introducción al edadismo.</p> <p>Protección jurídica de las personas mayores desde la perspectiva de los derechos humanos</p>
<b>Módulo 2: Estereotipos y prejuicios hacia las personas adultas mayores</b>	<p>Aspectos sociodemográficos y factores Psicosociales</p> <p>Estereotipos, prejuicios y discriminación.</p> <p>La discriminación de la mujer mayor y la discriminación múltiple</p>
<b>Módulo 3: La discriminación del adulto mayor en la sociedad</b>	<p>Metodologías que llevan implícitas la discriminación</p> <p>Lenguaje y estereotipos</p> <p>Distribución de recursos</p> <p>Propuestas y soluciones prácticas de prevención de la discriminación</p>
<b>Módulo 4. La discriminación sanitaria en el adulto mayor</b>	<p>Discriminación en los cuidados al final de la vida</p> <p>Discriminación en Medicina Intensiva</p> <p>Discriminación en Oncología</p> <p>Discriminación en la investigación biomédica.</p> <p>Maltrato y violencia</p>
<b>Módulo 5. Casos prácticos</b>	Resolución de casos prácticos

Además de esta formación y sensibilización en profesionales sanitarios, hemos promovido introducir esta temática también en la formación de los futuros profesionales. Desde el actual curso académico 2022/23 dentro la Escuela Universitaria de Enfermería (EUE) de Ourense (centro adscrito a nuestro hospital), se ha incluido

como materia dentro la asignatura de Psicología, un seminario práctico dedicado a la reflexión sobre la discriminación del mayor, así como a su prevención (Imagen 3).



Imagen 3. Seminario EUE

### **2.4.3. PROGRAMA RADIOFÓNICO**

El 15 de marzo de 2022 dimos el pistoletazo de salida a nuestro programa radiofónico “La rebelión de las canas” gracias a la colaboración de Radio Voz Ourense. Con una periodicidad quincenal (jueves alternos) realizamos un programa de media hora de duración.

La radio es un medio de comunicación que rompe con las barreras intergeneracionales. Nuestro programa es un espacio de diálogo que fomenta el envejecimiento activo, mientras demuestra, que la voz de los mayores es importante y ha de ser escuchada (Imagen 4).

Las temáticas del programa versan sobre envejecimiento activo, cultura, legislación, temas relacionados con la salud, entrevistas, historias de vida, etc.



Imagen 4. Protagonistas de algunos programas

#### 2.4.4. ACCIONES INTERGENERACIONALES

Alrededor de los cuatro años, los niños internalizan estereotipos culturales relacionados con la edad, que dan forma a sus sentimientos y comportamiento hacia personas de diferentes edades. Estos estereotipos también influyen en cómo se comportan y en lo que piensan de sí mismos como miembros de un grupo de edad en particular. El aula es un entorno ideal para cuestionar los estereotipos culturales imperantes hacia los jóvenes y las personas mayores. Tener una conversación sobre discriminación por edad con niños y niñas puede ayudar a cambiar la forma en que hablamos sobre la edad, desafiar las actitudes de discriminación por edad y, en última instancia, reducir la discriminación por edad, tanto dentro como fuera del aula.

En esta línea, acabamos de lanzar (enero de 2023) un concurso de dibujo para escolares de educación primaria y tenemos programado un concurso de fotografía para adolescentes en el segundo semestre del presente año.

Dicho concurso que tiene como título “*Os meus avós, mestres da vida*” (traducción al español: “Mis abuelos, maestros de la vida”). El objetivo de este concurso es reconocer

y valorar el papel de los abuelo/as dentro de las familias y en la sociedad en general (Imagen 5).



**SERVIZO GALEGO DE SAÚDE**

**ÁREA SANITARIA DE OURENSE, VERÍN E O BARCO DE VALDEORRAS**

**"Os meus avós, mestres da vida"**

observatorio contra a discriminación do maior

**BASES DO CONCURSO**

A Área Sanitaria de Ourense, Verín e O Barco de Valdeorras convoca un **concurso de debuxo** no que poderán participar todos os nenos e nenas da provincia de Ourense en idades comprendidas entre os seis e os doce anos.

Os/as participantes deberán facer un **debuxo** na parte posterior desta tarxeta na que é imprescindible encher cos seguintes datos: nome e apelidos do neno/a participante, idade, centro de ensino ao que pertence e un número de teléfono de contacto dun dos seus pais/nais ou titores/as.

A **temática** do debuxo deberá facer referencia a: *Que fan ou saben facer o teu avó ou avoa mellor que ningún? Como é para ti o teu avó/túa avoa? Que é o que máis che gusta do teu avó/túa avoa? Que é o que che gustaría poder facer con teu avó/túa avoa?*

Tamén convidámoste a escribir un **estogan ou frase** na que expreses o que supoñen para ti os teus avós.

O **prazo de entrega** dos debuxos irá desde o **venres 12 ata o xoves 24 de novembro de 2022**. A Dirección de cada centro educativo deberá enviar as tarxetas á Delegación Territorial de Educación en Ourense.

Un **xurado** elixirá as **cinco mellores tarxetas** e obsequiará cun agasallo e un diploma a cada un o unha dos autores/as dos debuxos eleixidos.

Haberá unha **exposición** itinerante das tarxetas nos vestibulos dos hospitais da Área Sanitaria de Ourense, Verín e O Barco de Valdeorras durante as festas do Nadal e unha selección delas serán tamén difundidas polas nosas redes sociais.

NOME E APELIDOS:	IDADE:
CENTRO EDUCATIVO:	TELÉFONO:
ESLOGAN:	

Imagen 5. Modelo de participación concurso escolar

Además del concurso, se instruirá al profesorado de educación primaria y secundaria en la dinámica "Iniciemos una conversación sobre edadismo", propuesta por la Organización Mundial de la Salud, con el objetivo de que la lleven a cabo dentro de sus aulas (<https://www.who.int/es/publications/m/item/initiating-a-conversation-about-ageism>).

## 2.5. EVALUACIÓN Y REVISIÓN

Según la OMS, en su “Informe Mundial sobre el edadismo” no se ha evaluado la eficacia de ninguna campaña destinada a reducir el edadismo. Sin embargo, teniendo en cuenta la evidencia sobre la eficacia de campañas realizadas en otros ámbitos de la salud (como las de salud sexual) y para la reducción de estereotipos, prejuicios y discriminación en relación con los trastornos mentales, las campañas parecen ser una estrategia prometedora para combatir el edadismo.

Siguiendo estas tendencias, nuestro objetivo es hacer cortes anuales de creencias y estereotipos edadistas entre los profesionales y estudiantes de nuestra área sanitaria (al igual que los estudios detallados en la página 4 de este documento). Según los datos que obtengamos modificaremos y añadiremos nuevas estrategias a nuestra iniciativa.

La continuidad en los estudios cualitativos mediante entrevistas y grupos focales con adultos mayores nos reportará un feedback sobre la eficacia de estas iniciativas, al conocer sus opiniones y vivencias a lo largo del tiempo.

## 2.6. CARÁCTER INNOVADOR

A pesar de la presencia generalizada del edadismo y sus repercusiones perjudiciales, a día de hoy continúa sin haber una base sólida de conocimientos respecto al edadismo, con investigación específica, información y análisis sistemáticos de las tendencias. El propósito de esta iniciativa es subsanar esta brecha y destacar la necesidad de adoptar un enfoque innovador basado en los derechos, que aborde las estructuras sociales y estructurales que respaldan estos estereotipos a lo largo de la vida.

Nuestra iniciativa es la primera de este tipo y envergadura promovida por un área o centro sanitario en España. Además, por nuestra situación geográfica (somos una de las zonas más envejecidas de toda Europa), también es la región idónea para iniciar este proyecto, que busca ampliar sus horizontes.

## 2.7. DIVULGACIÓN Y APLICABILIDAD

El edadismo es la forma de discriminación más habitual, banalizada y universal (y la única que no puede ser castigada por la ley). La mayoría de las personas desconocen los estereotipos que utilizan de forma inconsciente al referirse a los ancianos. Son estereotipos que contribuyen a la destrucción de la persona mayor. El edadismo es la única discriminación (si la comparamos con la racial, la de género, etc.) que sufriremos todos, sino le ponemos solución.

Nuestras intervenciones no requieren grandes costes económicos y la posibilidad de ampliación a otras áreas, provincias o Comunidades Autónomas es además de totalmente factible, necesaria.

## 2.8. CONCLUSIONES

Con en estas iniciativas que incluimos en nuestro proyecto, esperamos mejorar el trato que reciben las personas mayores a nivel sanitario y en la sociedad en general. Además, perseguimos con ello mejorar su calidad de vida y fomentar su participación en la sociedad de acuerdo a sus necesidades y deseos.

Es hora de entablar conversaciones esenciales y actuar con inspiración e información.

Un día, si todo va bien, seremos mayores. Preparémonos para nuestro futuro, luchemos contra el edadismo.

## REFERENCIAS

- Nations Unidos. Envejecimiento. Documento online. Disponible en: <https://www.un.org/es/global-issues/ageing> [Internet] Consultado el 22 de noviembre de 2022.
- United Nations. Revision of World Population Prospects 2022. Documento online. Disponible en: <https://population.un.org/wpp/>. [Internet] Consultado el 25 de noviembre de 2022.
- Meisner BA. A meta-analysis of positive and negative age stereotype priming effects on behavior among older adults. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*. 2012 Jan;67(1):13-7.
- Lamont RA, Swift HJ, Drury L. Understanding Perceived Age-Based Judgement as a Precursor to Age-Based Stereotype Threat in Everyday Settings. *Front Psychol*. 2021 Jun 14;12:640567
- Ministerio de Sanidad. Promoción del buen trato. Prevención del edadismo. Disponible en: [https://www.sanidad.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Preve ncion/EnvejecimientoSaludable\\_Fragilidad/BuenTrato\\_Edadismo.htm#uno](https://www.sanidad.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Preve ncion/EnvejecimientoSaludable_Fragilidad/BuenTrato_Edadismo.htm#uno) [Internet] Consultado el 2 de noviembre de 2022.
- Nelson TD. Promoting healthy aging by confronting ageism. *American Psychologist*. 2016;71(4):276–282. doi: 10.1037/a0040221.
- Pekçetin S, Hasgül E, Yıldırım Düğeroğlu R, Arabacı Z. The effect of extended contact with community-dwelling older adults on the ageist and helping attitudes of home care students: A single-blind randomised controlled trial. *Int J Older People Nurs*. 2021 Sep;16(5):e12382
- Weber J, Angerer P, Müller A. Individual consequences of age stereotypes on older workers: A systematic review. *Z Gerontol Geriatr*. 2019 Sep;52(Suppl 3):188-205
- Lamont RA, Swift HJ, Abrams D. A review and meta-analysis of age-based stereotype threat: negative stereotypes, not facts, do the damage. *Psychology and Aging*. 2015;30(1):180–193.