

**Núria Pascual Aguilar**

**L'impacte dels estereotips edatistes en l'autoestima i l'autopercepció de la  
persona gran: una revisió integradora**

---

TREBALL FI DE GRAU

dirigit per la Dra. María José Domínguez González

Grau d'Educació Social



**UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI**

**Tarragona, 2022**

## Resum

El present treball duu a terme una revisió integradora per impulsar el foment de la perspectiva intergeneracional en l'acció socioeducativa, donant veu a l'afectació de l'edatisme en la gent gran i promovent l'avenç de l'estudi sobre aquest en l'àmbit espanyol. La síntesi dels antecedents bibliogràfics espanyols existents i la mostra de les conseqüències d'aquestes en la gent gran és l'objectiu principal del TFG, alhora que es busca demostrar la importància de presentar una bona autoestima i autopercepció en el procés d'envelliment. S'ha fet ús de Web of Science, Scopus i Dialnet com a bases de dades referents per aquest treball. Dels criteris d'inclusió escollits es destaca que la mostra ha de ser espanyola i que ha de trobar-se dins els àmbits de Psicologia, Educació i Ciències Socials, a més d'estar directament relacionat amb l'autoestima i autopercepció en la tercera i quarta edat. S'han escollit 18 articles dels quals s'ha extret la informació necessària per complir els objectius en format taula, deixant constància del nombre i edat de la mostra, el context en el qual es va dur a terme l'estudi i els principals resultats (entre altres). Els divuit articles fan ús de qüestionaris, entrevistes directes a les persones grans i accions socioeducatives per comprovar els efectes de l'edatisme en l'autoestima i autopercepció de la persona gran. Es confirma que les creences edatistes tenen un impacte directe en el desenvolupament de la persona. Són creences inculcades de manera inconscient des dels sis anys i provoquen un procés d'envelliment poc saludable. Es conclou que aquestes idees són modificables, per la qual cosa la intervenció des de l'Educació Social és molt necessària en aquest àmbit, sent vitals tant els estudis teòrics com la creació d'accions socioeducatives que erradiquin les falses creences.

*Paraules clau: edatisme; atribucions; gent gran; autoestima; autopercepció; estereotips; acció socioeducativa*

### **Abstract**

This paper carries out an integrative review to encourage the promotion of the intergenerational perspective in socio-educational action, looking at the effects of ageism on the elderly and promoting the advancement of the study of ageism in Spain. The synthesis of the existing Spanish bibliographic antecedents and the demonstration of the consequences of these in the elderly is the main objective of the TFG, while seeking to demonstrate the importance of presenting a good self-esteem and self-perception in the process of aging. Web of Science, Scopus and Dialnet have been used as reference databases for this work. Among the inclusion criteria chosen, it is emphasized that the sample must be Spanish and that it must be in the fields of Psychology, Education and Social Sciences, as well as being directly related to self-esteem and self-perception in the third and fourth ages. Eighteen articles were selected from which the information necessary to meet the objectives was extracted in table format, including the number and age of the sample, the context in which the study was carried out and the main results (among others). The eight articles make use of questionnaires, direct interviews with the elderly and socio-educational actions to verify the effects of ageism on the self-esteem and self-perception of the elderly. It is confirmed that the educational beliefs have a direct impact on the development of the person. These beliefs are unconsciously inculcated from the age of six and provoke an unhealthy development process. It is concluded that these ideas are modifiable, which is why intervention from Social Education is very necessary in this area, being vital both theoretical studies and the creation of socio-educational actions that eradicate false beliefs.

*Keywords: ageism; attributions; elderly; self-esteem; self-perception; stereotypes; socio-educational action*

## Índex

|                                                                                                                                                             |           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. Justificació i presentació .....</b>                                                                                                                  | <b>6</b>  |
| <b>2. Bases Epistemològiques .....</b>                                                                                                                      | <b>7</b>  |
| 2.1. Marc conceptual: fonamentació teòrica i estat de la qüestió .....                                                                                      | 7         |
| 2.1.1. <i>Origen i evolució del terme</i> .....                                                                                                             | 7         |
| 2.1.2. <i>Butler com a promotor principal de l'estudi de l'edatisme</i> .....                                                                               | 7         |
| 2.1.3. <i>Crítica a la definició de Butler</i> .....                                                                                                        | 9         |
| 2.1.4. <i>Edatisme positiu</i> .....                                                                                                                        | 10        |
| 2.1.5. <i>L'edatisme en diversos àmbits</i> .....                                                                                                           | 11        |
| 2.1.6. <i>L'edatisme a Espanya</i> .....                                                                                                                    | 12        |
| 2.1.7. <i>L'edatisme en l'Educació Social</i> .....                                                                                                         | 13        |
| 2.2. Marc metodològic .....                                                                                                                                 | 14        |
| 2.3. Marc contextual .....                                                                                                                                  | 15        |
| <b>3. Disseny de la recerca .....</b>                                                                                                                       | <b>18</b> |
| 3.1. Objectius .....                                                                                                                                        | 18        |
| 3.2. Procés de consulta i selecció d'articles de les bases de dades .....                                                                                   | 19        |
| 3.3. Mètodes i tècniques de recollida de dades .....                                                                                                        | 23        |
| 3.4. Procediment i anàlisi de dades .....                                                                                                                   | 24        |
| 3.5. Cronograma de les fases de recerca .....                                                                                                               | 24        |
| <b>4. Resultats i conclusions .....</b>                                                                                                                     | <b>26</b> |
| 4.1. Exposició dels resultats .....                                                                                                                         | 26        |
| 4.1.1. <i>Estudis descartats</i> .....                                                                                                                      | 26        |
| 4.1.2. <i>Mostra dels articles definitius</i> .....                                                                                                         | 28        |
| 4.2. Discussió .....                                                                                                                                        | 39        |
| 4.2.1. <i>Objectiu específic 1: estudiar les conseqüències de l'edatisme en les persones grans com a fenomen discriminatori a Espanya.</i> .....            | 39        |
| 4.2.2. <i>Objectiu específic 2: definir els efectes de l'edatisme interioritzat en la socialització de la persona.</i> .....                                | 40        |
| 4.2.3. <i>Objectiu específic 3: relacionar l'edatisme amb el tracte social negatiu de la societat vers les persones grans.</i> .....                        | 42        |
| 4.2.4. <i>Objectiu específic 4: demostrar la importància de presentar una bona autoestima i una correcta autopercepció en el procés d'envelliment</i> ..... | 43        |



|                                                                            |           |
|----------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 4.2.4.1. La importància de l'autoestima en el procés d'envelliment .....   | 44        |
| 4.2.4.2. L'impacte de l'autopercepció en el procés d'envelliment .....     | 45        |
| 4.2.4.3. Aspectes personals que agreugen l'edatisme .....                  | 46        |
| 4.2.4.4. Conseqüències de l'edatisme vers l'envelliment .....              | 46        |
| 4.3. Propostes de millora adreçades a la professió d'Educació Social ..... | 47        |
| 4.4. Futures línies d'investigació .....                                   | 50        |
| <b>5. Referències bibliogràfiques.....</b>                                 | <b>52</b> |

### Índex De Figures

|                                                                                       |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Figura 1.</b> Projeccions de la població entre el 2018 i 2068 .....                | 16 |
| <b>Gràfic 2.</b> Índex (%) d'autopercepció de felicitat segons l'edat a Espanya ..... | 17 |
| <b>Taula 3.</b> Índex (%) d'ansietat i depressió en diverses franges d'edat .....     | 17 |
| <b>Taula 4.</b> Objectius generals i específics del present Treball Fi de Grau .....  | 19 |
| <b>Figura 5.</b> Algoritmes de recerca bibliogràfica utilitzats .....                 | 21 |
| <b>Taula 6.</b> Taula resum de les fases de recerca .....                             | 26 |
| <b>Taula 6.</b> Exposició dels articles definitius emprats .....                      | 29 |

## 1. Justificació i presentació

La següent revisió busca analitzar els coneixements que es tenen actualment sobre com l'edatisme existent en la societat espanyola, entès com a fenomen discriminatori, té conseqüències en el correcte desenvolupament de la gent gran. L'edatisme és un problema mundial que provoca, des de l'etapa infantil, una interiorització d'estereotips negatius sobre l'envelliment, i que dona com a resultat un prejudici vers les persones de la tercera i quarta edat (Steward, 2021). Tal com indiquen Rothermund i altres (2021), aquesta discriminació influeix de manera directa en la persona gran, contaminant la visió que té d'ella mateixa, promovent així el tracte despectiu i la baixa autoestima, empitjorant el seu benestar. Segons comenten, tot això té greus repercussions en la salut física i mental de la persona. Un exemple d'això seria l'estudi de Marquet i altres (2019), que mostra com l'edatisme produeix una major edat subjectiva en la persona, ja que empitjora la seva autopercepció i fa que existeixi un malestar cognitiu, emocional i físic. Això és degut al fet que aquest fenomen provoca en la persona la creença de què els falsos estereotips que descriuen a la gent gran són autodescriptius. Observem, doncs, la importància de presentar una bona autoestima i una correcta autopercepció en el procés d'envelliment, puig que això assegura una adaptació positiva als canvis, acompanyada de satisfacció vital i salut (Alaphilippe, 2008).

Steward (2021), comenta que l'edatisme és un aspecte crític en l'àmbit del Treball i l'Educació Social a causa del gran impacte que té en la salut de les persones grans, ja que cal treballar per erradicar aquesta discriminació internalitzada per motius d'edat a escala micro, meso i macro. Això s'aconsegueix a través d'una intervenció socioeducativa des de l'educació social fonamentada en els coneixements existents vers l'edatisme, i que tingui com a objectiu principal modificar la visió de la tercera i quarta edat com a gent dependent, passiva i lenta (Agudo, 2008). Actualment, ja existeixen intervencions educatives d'èxit, com la mencionada per Marquet i altres (2019), en la qual els i les participants modifiquen la seva autopercepció negativa en veure descripcions positives i imatges felices de gent que es troba en la mateixa etapa de la vida.

La tercera i quarta edat és una de les etapes vitals que em generen més inquietud com a Educadora Social, ja que a través del meu procés formatiu no he observat una implicació profunda per part dels altres i les altres professionals. La realització del present TFG resulta de gran rellevància per tal de poder analitzar si la literatura científica espanyola dona la suficient importància a l'erradicació de prejudicis vers la persona gran, permetent així la introducció de la perspectiva intergeneracional en l'acció educativa, i garantint una reducció dels estereotips edatistes que afecten directament en l'autopercepció de la persona, i que no permeten un envelliment digne. A escala professional, els resultats i les conclusions que

s'assoleixin em permetran establir el punt d'inici de futures investigacions que desitjo realitzar vers les persones grans, enfocant la meua carrera professional en assegurar l'estat de benestar en la tercera i quarta edat.

## 2. Bases Epistemològiques

### 2.1. Marc conceptual: fonamentació teòrica i estat de la qüestió

#### 2.1.1. Origen i evolució del terme

Abans d'endinsar-nos en l'edatisme a escala espanyola, és necessari entendre l'origen del terme ubicant temporalment l'inici de l'estudi dels prejudicis vers la gent gran. La tercera i quarta edat és l'últim estadi en el cicle vital, i és l'únic que manté des de l'antiguitat dues posicions completament antagòniques: la visió platònica i la visió aristotèlica de la vellesa (Carbajo, 2008, citat per Jiménez Alfaro, 2015). Com bé indica Jiménez Alfaro (2015), la primera mostraria un punt de vista positiu sobre la gent gran, ja que arribada aquesta etapa la persona assoliria el màxim nivell de virtuts morals i, per tant, la capacitat de desenvolupar alts càrrecs autoritaris de la manera més justa possible. Per contra, i seguint amb l'argumentació de l'autor mencionat, Aristòtil percep l'última etapa vital com el moment de total debilitat i inutilitat per al dia a dia en la societat, caracteritzant a la persona de desconfiada, mesquina, pessimista i covard. En resum, relaciona directament la tercera i quarta edat amb la malaltia, afirmant que la vellesa és una malaltia natural.

L'interès científic vers el fenomen de l'envelliment no va arribar fins a la primera meitat del segle XX quan, després de la guerra, occident començava a presenciar un augment en el nombre de persones grans (Jiménez Alfaro, 2015), cosa que va acabar sent introduïda en el món de la investigació com un problema social fa aproximadament cinquanta anys (Levi & Macdonald, 2015), i va pressionar en l'estudi de l'edatisme. Tornant als punts de vista filosòfics de l'envelliment, l'aristotèlic comprendria els estigmes vigents en la societat moderna (Jiménez Alfaro, 2015). Aquests últims entren dins el que s'anomena **edatisme**; considerat com aquells estereotips, prejudicis i actes discriminatoris cap a les persones en funció de l'edat (ONU, 2021a).

#### 2.1.2. Butler com a promotor principal de l'estudi de l'edatisme

L'edatisme és un concepte que es va començar a desenvolupar l'any 1969 per Robert N. Butler qui, després de l'època de guerra mencionada, va iniciar la redacció, investigació i publicació d'aquest mot a través de revistes acadèmiques (Levy & Macdonald, 2015). Prèviament a la seva anàlisi, Tuckman i Lorge (citats per Levy & Macdonald, 2015) ja havien

mentonat l'any 1953 el fet que l'envelliment era vist per la cultura predominant com el moment en el qual la persona havia de dur a terme un rol menys actiu en la societat, cosa que afavoria la creació d'estereotips sobre la vellesa. Posterior a aquest fet, Butler va descriure l'edatisme de la següent manera:

L'edatisme és una forma d'intolerància que actualment ignorem: la discriminació per raó d'edat, el prejudici d'un grup d'edat cap a un altre. (...) És un malestar profundament arrelat per part dels joves i les persones de mitjana edat: una repulsió personal i un disgust per l'envelliment, la malaltia, la *discapacitat*, i la *por a la impotència*, la *inutilitat i la mort*. (Levy & Macdonald, 2015, p. 5)<sup>1</sup>

Com podem veure, és una clara descripció del punt de vista aristotèlic que comentàvem amb anterioritat. Sis anys després, però, el mateix autor va decidir redefinir l'edatisme com un "procés d'estereotipació i discriminació que es realitza de manera sistemàtica a altres persones pel fet de ser grans, igual que el racisme i el sexisme ho fan amb el color i el gènere" (Butler, 1975, citat per Iversen et al., 2009, p.6). Aquesta ha acabat sent la definició més acceptada sobre l'edatisme fins a l'actualitat, encara que ha rebut sèries crítiques per part d'altres autors, que tampoc han estat capaços de presentar una definició del concepte que no fos difusa i massa simplificada (Iversen et al., 2009).

Finalment, Butler va decidir l'any 1980 aprofundir més en l'edatisme i ampliar la seva conceptualització, assenyalant que és un concepte que es basa en tres problemes socials (Butler, 1975, citat per Levy & Macdonald, 2015):

1. Actituds basades en el prejudici cap a la vellesa i el procés d'envelliment.
2. Pràctiques discriminatòries en diversos àmbits i funcions socials contra la gent gran.
3. Pràctiques i polítiques institucionals que perpetuen els estereotips i redueixen les probabilitats de poder dur a terme una vida plena.

A més, va diferenciar entre l'edatisme benigne, entès com la por a envellir, i l'edatisme maligne, basat en estereotips d'inutilitat cap a les persones grans (Butler 1975, citat per Levy & Macdonald, 2015).

---

<sup>1</sup> Traducció pròpia.

### **2.1.3. Crítica a la definició de Butler**

Encara amb totes aquestes publicacions de l'autor, i tenint en compte que la seva definició sobre l'edatisme és l'acceptada actualment en el món acadèmic, altres investigadors consideren que la complexitat social existent vers l'edatisme no es troba representada en les descripcions de Butler (McGowan, 1996, citat per Iversen et al., 2009). Van ser molt crítics amb ell, determinant que encara queda molt recorregut per comprendre el fenomen i les característiques socials que componen l'edatisme.

Una de les crítiques que més impacte podria tenir en la definició de Butler és que, segons diversos autors com Bytheway (1995) i Hagestad & Uhlenberg (2005) (citats per Iversen et al., 2009), la descripció de l'edatisme en els articles de l'autor podria mostrar certs trets que fomenten el manteniment d'aquest prejudici. Tal com comenten, Butler fa un elevat ús de la terminologia "gent gran" per a diferenciar-los de la resta de persones, promovent la idea que aquestes persones que estan discriminades formen part d'un grup completament diferent dins la societat. A més, Blaakilde (2002, citat per Iversen et al., 2009) afegeix que la vellesa és una construcció cultural i social que no presenta una delimitació fixa de quan comença. Encara amb això, Hagestad i Uhlenberg (2005, citats per Iversen et al., 2009) deixen clar que el comentat no implica que no es diferenciï entre edats, ja que biològicament existeixen unes diferències molt importants que no haurien de ser irrelevantes, però que tampoc haurien de donar peu al menyspreu.

Un altre dels punts més criticats en la definició de Butler és que compara l'edatisme amb el racisme i el sexisme, oblidant allò que els fa diferents: segons Iversen i altres (2009), tothom acaba envellint i formant part d'aquella etapa que ha jutjat i prejudicat al llarg de la seva vida a través d'estereotips que té inculcats, mentre que no tothom formarà part d'un col·lectiu racialitzat o sexualitzat. A més, ells mateixos comenten que si es compara la recerca que s'ha dut a terme amb el racisme i el sexisme, la recerca vers l'edatisme ha estat molt descuidada. Levy i Macdonald (2015) comenten que, segons l'OMS, l'edatisme és actualment més nociu que el sexisme o el racisme.

#### 2.1.4. Edatisme positiu

D'altra banda, Palmore obre una altra via d'estudi en l'edatisme, incorporant a la seva definició el que s'entén com **edatisme positiu**. D'aquesta manera, ell concep l'edatisme com "qualsevol prejudici o discriminació a favor o en contra d'un grup d'edat" (Levy & Macdonald, 2015, p.10), podent veure a la gent gran com a útils, amables, estables, de confiança, curiosos, etc. En definitiva, des d'un punt de vista platònic, ja que l'autor també comenta que, per totes aquestes característiques, serien dignes d'estar en posicions de poder. Tal com comenten Iversen i altres (2009), però, hem de tenir molta cura amb aquests suposats estereotips positius, perquè una maximització d'aquests pot provocar l'efecte contrari. És a dir, donen com a resultat una compassió i una visió de la persona gran com a persona dependent de la seva ajuda, promovent una discriminació sense ser-ne conscients.

La realitat és que la recerca en l'edatisme s'ha focalitzat molt en les causes i les conseqüències, mentre que la conceptualització d'aquest s'ha deixat molt de banda (Iversen et al., 2009). Davant aquesta situació, decideixen recopilar les diverses descripcions sobre l'edatisme proposades al llarg de la història, per intentar d'aquesta manera actualitzar i reformular la definició d'edatisme. Analitzen aproximadament trenta publicacions que busquen descriure aquest fenomen discriminatori, i resulten amb el següent:

*L'edatisme es defineix com els estereotips negatius o positius, els prejudicis i la discriminació contra (o en benefici de) les persones grans d'acord amb la seva edat cronològica o la percepció d'ells com a <<vells>> o <<ancians>>. (Iversen et al., 2009, p.4)<sup>2</sup>*

A aquesta descripció donada cal afegir una breu diferenciació entre estereotip i edatisme, i és que, mentre el primer està format per components cognitius i afectius distorsionats i negatius, el segon, l'edatisme, presenta elements objectius que existeixen en la societat i els seus ciutadans (Vicente López, 2011). La generació de prejudicis comentada pot produir-se de manera inconscient, donada per la interiorització d'uns ideals discriminatoris per raó d'edat, que provoquin que es pensi, se senti i s'actuï basant-se en l'edat cronològica o la categorització de la persona com a envellida (Iversen et al., 2009).

---

<sup>2</sup> Traducció pròpia.

### **2.1.5. L'edatisme en diversos àmbits**

L'edatisme es produeix no només en la interacció de persones o grups de persones (nivell meso), sinó que també té lloc actualment a escala macro i micro (Iversen et al., 2009). En el macro se situen totes aquelles situacions d'edatisme institucional, cosa que Palmore (1999, citat per Iversen et al., 2009) exemplifica amb la política de jubilació obligatòria, i afegeix diverses situacions injustes d'acomiadament i contractacions en el mercat laboral. Segons l'Informe Mundial sobre l'Edatisme (ONU, 2021b) serien aquelles lleis, normes socials i pràctiques institucionals que restringeixen de manera injusta les oportunitats de les persones per motius d'edat. Un altre exemple és el proporcionat per l'ONU (2021a), on es comenta que en una revisió sistemàtica de l'any 2020, el 85% dels estudis mostrava que l'edat era determinant per rebre certs procediments o tractaments mèdics. Per part de l'atenció mèdica, aquest fet queda justificat amb arguments compostos d'idees com que els adults majors es queixen més a mesura que envelleixen (Coudin & Alexopoulos, 2010, citats per Levy & Macdonald, 2015).

A banda de l'edatisme institucional, el món de la cultura també entraria dins aquesta classificació: la llengua, la literatura, l'humor, les cançons i, sobretot, els mitjans de comunicació, mostren una representació negativa de la gent gran basada en falses creences que promouen l'ideal de què envellir és negatiu (Iversen et al., 2009; Levy & Macdonald, 2015). Tal com indica Moreno (2016), rebem informació constant de manera directa i indirecta sobre els cànons de bellesa establerts en la cultura de la societat, que mostren la joventut, mentre que oculten la vellesa, reduint-la a malaltia, apatia, deixadesa, etc.

Aquest Treball de Fi de Grau ubica la seva investigació en el nivell micro i meso: a nivell meso trobem l'edatisme interpersonal que es produeix davant la interacció entre dues o més persones (ONU, 2021a). Es considera d'escala micro aquell edatisme autoinfligit, fruit de la interiorització dels prejudicis sobre l'envelliment que s'han anat aprenent al llarg del temps. Tal com comenta l'informe de l'ONU (2021a), l'edatisme s'inicia a la infància i es va interioritzant a poc a poc al llarg de la vida, bé sigui pels mitjans de comunicació o les interaccions amb l'entorn, que ja està contaminat de prejudicis, i és que els factors que augmenten el risc de caure en els falsos estereotips contra les persones grans són: ser més jove, home, amb por a la mort i amb una educació deficient (ONU, 2021a).

Tot això té un efecte directe en la persona gran, bé sigui en una pitjor salut o un aïllament social: es calcula que 6,4 milions de casos de depressió en tot el món són deguts a l'edatisme (ONU, 2021a), i és que l'afectació de l'edatisme és tan greu i afecta de manera tan directa en la persona, que tenen una autopercepció molt negativa, produint pitjors comportaments en la cura de la salut.

### **2.1.6. L'edatisme a Espanya**

Tal com comenten Giles i Rield (2005, citats per Levy & Macdonald, 2015), l'edat i la vellesa són una construcció social, per la qual cosa la societat té diferents concepcions sobre aquesta última depenent de la cultura on es desenvolupin. Seguint una investigació realitzada pel Centre d'Investigacions Sociològiques (citada per Vicente López, 2011), la majoria de la població espanyola considera que l'edat cronològica és el marcador principal per considerar que una persona és gran, juntament amb altres condicions com l'aparença física i l'estat psicològic i social (p. ex. jubilació).

Analitzant les dades existents actuals vers la gent gran i el procés d'envelliment, l'OMS (2013, citada per Jiménez Alfaro, 2015) determina que la població mundial està envellint de manera accelerada: entre el 2020 i el 2050 la gent major de seixanta anys serà el doble, i les persones que tinguin més de vuitanta augmentarà fins a gairebé quatre vegades. En l'àmbit espanyol, aquest fet mencionat és el resultat d'importants canvis demogràfics (Vicente López, 2011). Com bé comenta, des de finals dels anys setanta s'ha produït una forta caiguda de la fecunditat, alhora que s'ha incrementat l'esperança de vida i, per tant, el nombre de persones majors de seixanta-cinc anys, donant com a resultat un sobreenvelliment al país. Per exemplificar-ho es pot fer ús de les dades aportades pel Departament de Benestar Social de la Generalitat de Catalunya (2002), que mostren com la meitat de la generació nascuda entre el 1956-60 sobreviurà fins als noranta anys, mentre que aquells que van nèixer entre el 1856-60 no arribaven als vint anys. A més, comenten que la presència de persones majors de noranta anys era un fet excepcional el segle passat, mentre que actualment s'observa com un fenomen important. Vicente López (2011) comenta que per primera vegada en la història d'Espanya existeix una inversió demogràfica, on existeixen més persones majors de seixanta-cinc anys que nens i nenes.

A Espanya la qualitat de vida ha augmentat molt positivament, però encara existeixen desigualtats que caldria erradicar, especialment cap a la gent gran. Aquests últims, per exemple, presenten quasi el doble de probabilitats d'estar en risc de pobresa (Vicente López, 2011). El mateix autor també exemplifica la imatge negativa proporcionada pels mitjans de comunicació, i que acaba resultant en una realitat creguda per tota la societat i basada en prejudicis i discriminacions.

El II Pla Internacional d'Acció sobre l'Envelliment (Nacions Unides, citades per Vicente López, 2011), ja mostra la necessitat de què existeixi un compromís social per millorar el futur de les persones grans quan estableix com a prioritat la lluita contra els estereotips vers la tercera i quarta edat promocionant imatges no-edatistes. Sembla ser, però, que Espanya no

té en compte aquesta necessitat, ja que l'estudi de l'edatisme al país ha rebut molt poca atenció en comparació a altres països i contextos científics, encara que altres estudis mostren l'existència d'imatges negatives vers l'envelliment i la necessitat de treballar-ho (Nelson, 2002; Palmore, 1999; Fernández-Ballesteros, citats per Vicente López, 2011).

El més imporant a recalcar en aquest punt és que aquestes concepcions edatistes no només es troben en la resta de població, sinó que les mateixes persones grans creuen que són certes. L'estudi realitzat per IMSERSO (citats per Vicente López, 2011) demostra que més del 60% de la població espanyola considera que a partir dels seixanta-cinc anys hi ha un fort deteriorament de la salut amb incapacitacions i fortes pèrdues de memòria, i el 50% considera que són senils i pitjors en la resolució de problemes.

### **2.1.7. L'edatisme en l'Educació Social**

Com bé indica Steward (2021), l'edatisme i el seu impacte en la salut de la gent gran és un tema crític en l'Educació Social, ja que és necessari que les persones formades treballin per comprendre i reduir la discriminació internalitzada per motius d'edat des d'una visió micro, meso i macro. L'edatisme és un problema de justícia social i s'ha de lluitar per treballar-ho des d'un punt de vista crític de canvi social. Agudo (2008) comenta que la intervenció socioeducativa amb persones grans des de l'Educació Social és fonamental per tal de modificar la visió de la tercera edat com a gent dependent, passiva i lenta, i mostrar com són un col·lectiu amb un gran potencial social. Hem de tenir present que, tal com comenta l'autora, aquest grup de gent ve definit segons l'edat cronològica, però és important deixar clar que això no determina la condició de la persona.

En aquest sentit, és molt rellevant l'aportació d'Alberto Fernández de Sanmaned en una entrevista realitzada per Melina (EDUSO, 2013) quan parla de les funcions i els objectius de l'Educació Social, i menciona el fet que des de la professió és bàsic que aprenguem a viure junts com a societat independentment de l'edat cronològica. Per aquest motiu, és crucial impulsar l'estudi i la introducció de la perspectiva intergeneracional i de l'envelliment en l'acció educativa, per tal de garantir una participació ciutadana dels més grans, establint espais d'aprenentatge i reciprocitat.

Per aquest motiu, amb la gent gran hem de treballar per oferir-los una atenció, no només assistencial i sanitària, sinó també educativa. Això últim s'ha d'entendre des de la idea de creixement. Educar no és només adquirir nous coneixements, també és aprendre a adaptar-se a l'entorn i a la nova realitat resultant del seu envelliment, evitant anul·lar a la persona despertant la seva curiositat (Mañós, 1995). Cal, doncs, que la persona gran sàpiga que l'etapa en la qual es troba està plena de sensacions positives, erradicant de la seva ment

la idea que la tercera i quarta edat són etapes gens productives i amb poques perspectives vitals (Maños, 1995). Això últim és el que dona sentit a la intervenció de l'educador o educadora social, i és que la persona viu en un procés continu de readaptació a noves situacions (físiques, socials i mentals), i cal que compti amb les habilitats necessàries per fer-ho, començant per l'erradicació de pensaments negatius sobre la present etapa vital.

Sobre aquest tema, Agudo (2008) també parla de la necessitat de centrar les intervencions des d'un envelliment d'èxit que promogui una vida més llarga a través del treball de la salut física, emocional i mental, i la participació en la societat. Cal crear una societat inclusiva amb les persones grans eliminant qualsevol mena de discriminació per raó d'edat, i trencant definitivament la relació entre vellesa i malaltia (Eduso, 2013). Fernández de Sanmaned en la mateixa entrevista comenta que la invalidesa social té conseqüències directes en la persona gran, provocant una baixa autoestima i una mala autopercepció guiada pel sentiment d'inutilitat. Els educadors socials no només tenim el rol de gestors de programes, sinó també som canalitzadors d'iniciatives i oportunitats, promovent l'aprenentatge i la motivació de la persona gran.

Així doncs, Fernández de Sanmaned (2013) conclou que l'Educació Social té la funció de motivar, orientar i acompanyar a la persona en el seu procés de desenvolupament personal i, per aquest motiu, cal que ajudem a les persones grans a incloure's activament en la societat a través d'un model d'atenció integral. És important que la persona senti que té un rol en la societat, i que no està en un moment d'inutilitat caracteritzat per la passivitat i la nul·la productivitat (Maños, 1995). Perquè això succeeixi, però, cal primerament saber la realitat on ens trobem i els coneixements ja existents a Espanya, funció principal d'aquest TFG, que busca aconseguir sintetitzar i motivar l'estudi i la pràctica socioeducativa en l'Educació Social, i és que actualment tractem l'edatisme en la joventut i l'adulthood, però no podem passar per alt l'efecte que aquest té sobre la mateixa persona gran.

## 2.2. Marc metodològic

En aquest punt és interessant comentar com Bytheway veu l'edatisme. Per a ell, aquest és una ideologia, ja que està conformat per creences i idees compartides per grups dominants (Iversen et al., 2009). Ell ho veu com una construcció social i, per tant, des de l'Educació Social existeix el deure de vetllar també pel benestar de les persones grans, que a vegades passa desapercebut, fent un treball de desconstrucció i reeducació en la societat. Sobre això últim, Steward (2021) especifica la necessitat de què les persones formades en el camp social treballin per comprendre i reduir la discriminació internalitzada per motius d'edat des d'una visió micro, meso i macro. Alberto Fernández comenta, en una entrevista realitzada

per Melina (EDUSO, 2013) que l'Educació Social ha d'impulsar l'estudi i la introducció de la perspectiva intergeneracional en l'acció educativa. Per aquest motiu, és necessari examinar la realitat i donar veu a l'afectació de l'edatisme en la gent gran, promovent així l'elaboració d'intervencions i programes socioeducatius que erradiquin aquestes falses creences.

Com bé s'ha anat veient en el marc conceptual, moltes de les crítiques existents quant als coneixements vers l'edatisme rauen en el fet que no existeix una evolució vers la descripció i els coneixements del concepte, i sobre com aquest causa un impacte en la societat. Sembla que cada autor hagi analitzat el concepte sense tenir en compte els coneixements previs existents. Per aquest motiu, en el present treball es destaca la necessitat de dur a terme un estudi descriptiu a través d'una revisió integradora que permeti fer una anàlisi dels coneixements actuals sobre el problema social mencionat, agrupant en un sol lloc les conclusions de diversos autors, permetent que en un futur es pugui dur a terme una correcta acció educativa i assegurant així la promoció i evolució de l'estudi de l'edatisme en el treball de camp.

La revisió bibliogràfica és la millor opció per assolir la finalitat principal d'aquest Treball Fi de Grau, puig que és vista com el pas previ a dur a terme qualsevol investigació de camp i permet dur a terme una aproximació a què se sap i què es desconeix sobre l'edatisme (Adolf Guirao, 2015). La metodologia de la revisió integradora és un factor clau en aquest treball, ja que, com bé comenta el mateix autor, permet sintetitzar els antecedents bibliogràfics existents, analitzant de manera crítica les similituds o diferències entre els autors, donant pas a noves idees d'estudi i contribuint en l'avenç de l'estudi de l'edatisme des de l'Educació Social.

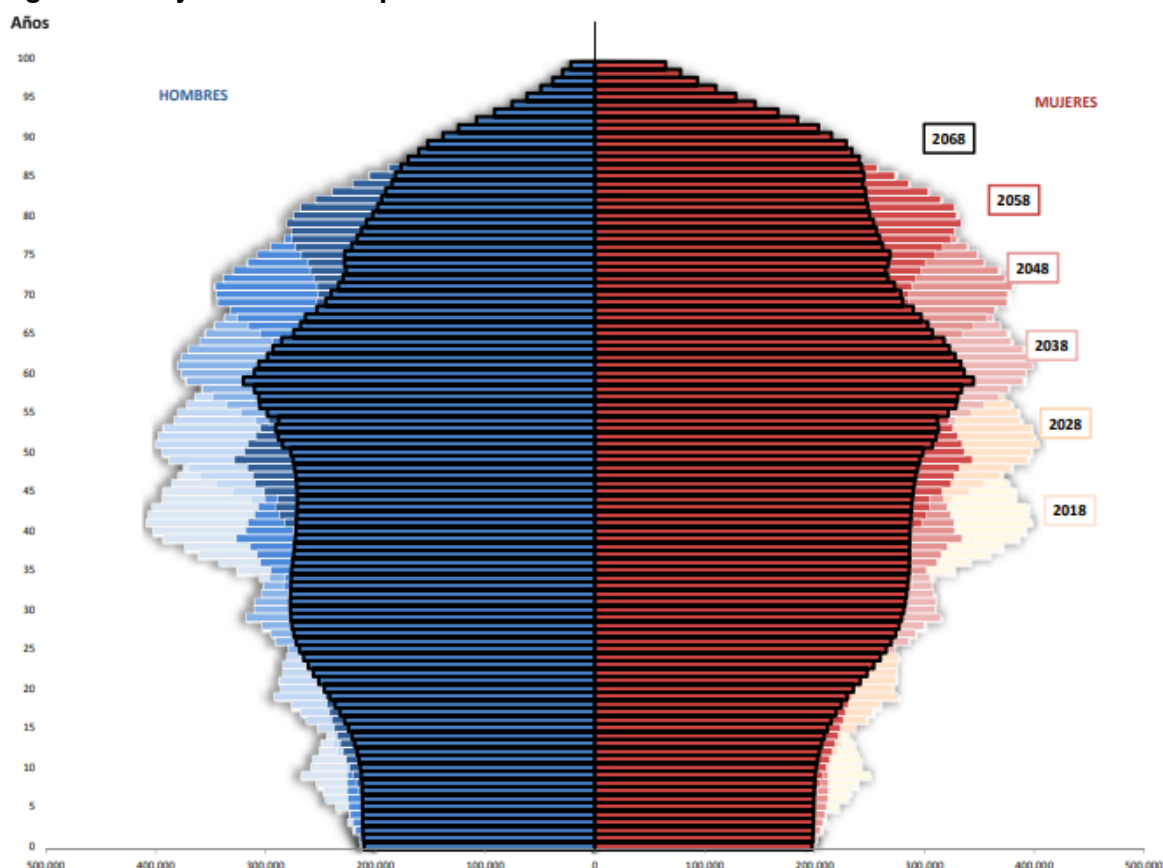
### **2.3. Marc contextual**

Per obtenir els objectius posteriorment plantejats, s'ha considerat que la millor manera de dur a terme aquesta revisió integradora és limitant la cerca a l'anàlisi d'articles del territori espanyol. Val a dir que es reconeix que la recerca sobre l'edatisme en l'àmbit europeu resultaria amb una major quantitat d'estudis, però observades les dades que es presentaran a continuació, es considera que és necessària la promoció d'estudis espanyols, donada la gran diferència amb altres països, que estan més avançats vers la investigació de l'edatisme. A més, seguint les projeccions de l'ONU (citada per Fernández et al., 2010), Espanya podria situar-se com el país més envellit del món l'any 2050, cosa que recalca més la necessitat d'enfocar els nostres esforços en l'erradicació de l'edatisme i, per tant, la millora del benestar de la persona gran.

A Espanya el fenomen d'envelliment es troba fortament accelerat, duplicant en menys de trenta anys el nombre de persones majors de seixanta-cinc anys (Fernández et al., 2010).

Per fer una comparativa, les estadístiques de l'Institut Nacional d'Estadística (2021) ens permeten observar aquest augment massiu de població envellida. El 2021, per exemple, ens trobàvem amb un total de 9.444.037 persones majors de seixanta-cinc anys, mentre que el 2005 el resultat era de 7.230.328 i, el 1990, de 5.180.951. Com es veu, la tendència de gent de la tercera i quarta edat ha anat en augment en el país, i es preveu que segueixi augmentant, cosa que pot concloure's en la següent imatge:

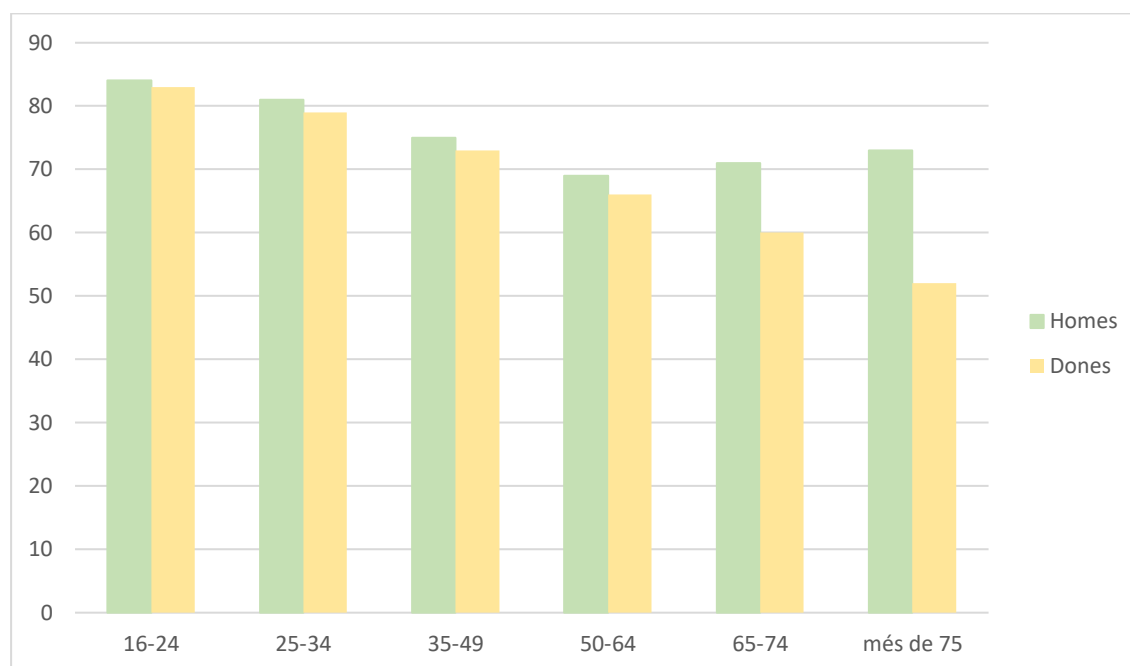
**Figura 1. Projeccions de la població entre el 2018 i 2068**



Font: INE, citat per Pérez-Díaz et al., (2020)

Davant aquesta realitat, i per contextualitzar amb detall aquest Treball Fi de Grau, cal veure quina és la tendència de salut i salut mental de la població. Seguint amb el mateix autor anterior, podem observar en el gràfic 2 presentat a continuació que el percentatge de felicitat a Espanya l'any 2018 varia molt depenent de la franja d'edat. Si ens fixem, aquesta disminueix a mesura que s'avança en l'edat cronològica. En les dones la baixada és molt més clara visualment, cosa que fa reflexionar sobre si aquest resultat està relacionat amb la desigualtat de gènere existent i accentuada en el procés d'envelliment.

**Gràfic 2. Índex (%) d'autopercepció de felicitat segons l'edat a Espanya**



Font: Elaboració pròpia. Basat en Eurostat, 2019, citat per Pérez-Díaz et al., 2020

Mostrada la gràfica, interessa en aquest punt mencionar també la salut mental dels i les habitants del país, molt relacionada amb el grau de felicitat. Seguint l'INE (s.d.), un elevat percentatge de gent gran presenta simptomatologia ansiosa i depressiva (23,23%), mentre que les persones de fins a seixanta-quatre anys (13,86%) i els i les joves de fins a vint-i-quatre anys (3,75%) presenten un índex molt més reduït.

**Taula 3. Índex (%) d'ansietat i depressió en diverses franges d'edat.**

|                 | La persona no està ansiosa ni deprimida. | Presenta símptomes directament relacionats amb l'ansietat i la depressió. |
|-----------------|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| De 15 a 24 anys | 96,25%                                   | 3,75%                                                                     |
| De 25 a 64 anys | 86,14%                                   | 13,86%                                                                    |
| Més de 65 anys  | 76,87%                                   | 23,23%                                                                    |

Font: elaboració pròpia, basat en INE (s.d.)

Finalment, i tenint en compte que el TFG se centra en les conseqüències de l'edatisme en la mateixa persona gran, cal fer ús de l'enquesta de l'INE (2020) sobre l'autopercepció de salut en les persones que resideixen a Espanya. Aquesta agrupa els resultats en franges de nou anys, i és molt interessant analitzar com la valoració d'un estat de salut positiu amb les etiquetes de <<molt bo>> i <<bo>> predomina amb un 54,07% en persones d'entre quinze i vint-i-quatre anys, i en un 56% en persones adultes d'entre quaranta-cinc i seixanta-quatre anys respectivament. Les etiquetes més negatives, com serien <<regular>>, <<malament>> i <<molt malament>>, predominen en les persones més grans de seixanta-cinc anys, i sobretot en aquelles majors de setanta-cinc.

Com s'observa en la taula, l'índex d'ansietat i depressió augmenta amb l'edat, alhora que augmenta l'autopercepció d'una mala salut. En aquest moment, el plantejament clar que s'ha de dur a terme és, en primer lloc, investigar la correlació que hi pot haver entre aquests dos factors i, seguidament, analitzar la possible relació amb els prejudicis socials interioritzats vers l'envelliment. És a dir, és necessari fomentar l'estudi de l'edatisme per entendre les conseqüències que aquest té en el benestar i correcte desenvolupament de la persona gran.

Vers això últim, la següent revisió presentada en aquest treball no presenta cap mena de limitació temporal a l'hora de cercar en les bases de dades, ja que la realitat és que, com bé s'ha anat comentant, encara queda molt d'esforç dins del món de l'Educació Social per promoure la importància d'estudiar l'edatisme. En aquest sentit, els articles són bastant recents a Espanya, així que s'ha considerat oportú poder tenir-los tots en compte. Sí que és cert, però, que només es faran ús d'aquells articles de caràcter social i psicològic, per assegurar així una visió més propera a l'Educació Social.

### **3. Disseny de la recerca**

#### **3.1. Objectius**

Per poder assegurar un èxit en la present revisió integradora és important, prèviament, establir els objectius a assolir, cosa que permetrà mantenir en tot moment una trajectòria d'estudi útil i precisa. La finalitat a llarg termini per la qual s'ha decidit dur a terme aquest estil d'investigació és la d'impulsar el foment de la perspectiva intergeneracional en l'acció educativa, donant veu a l'afectació de l'edatisme en la gent gran, i promovent l'avenç de l'estudi i la reducció d'aquest en l'àmbit espanyol. Tanmateix, el present Treball Fi de Grau es troba conduït pels següents objectius, que quedaran coberts en l'exposició i discussió dels resultats.

**Taula 4. Objectius generals i específics del present Treball Fi de Grau**

| Objectiu General                                                                                                                             | Objectius Específics                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Sintetitzar els antecedents bibliogràfics espanyols existents sobre les creences edatistes i les seves conseqüències en l'àmbit espanyol. | 1.1. Estudiar les conseqüències de l'edatisme en les persones grans com a fenomen discriminatori a Espanya.             |
|                                                                                                                                              | 1.2. Definir els efectes de l'edatisme interioritzat en la socialització de la persona.                                 |
|                                                                                                                                              | 1.3. Relacionar l'edatisme amb el tracte social negatiu de la societat vers les persones grans.                         |
|                                                                                                                                              | 1.4. Demostrar la importància de presentar una bona autoestima i una correcta autopercepció en el procés d'envelliment. |

Font: elaboració pròpia.

### 3.2. Procés de consulta i selecció d'articles de les bases de dades

Per dur a terme aquest Treball Fi de Grau les cerques bibliogràfiques s'han dut a terme en tres bases de dades diferents. Dues d'elles han estat *Scopus* i *Web of Science*, fonts de recerca d'informació científica internacional amb una gran diversitat d'opcions que ens permeten filtrar els documents amb èxit. En elles existeixen estudis centrats en l'àmbit espanyol que acostumen a ser redactats en anglès. A banda d'aquestes, *Dialnet* ha estat la tercera proposta de base de dades, ja que es tracta d'un portal que mostra més d'un milió d'articles de revistes científiques espanyoles i iberoamericanes (URV, s.d.), fet molt interessant tenint en compte que el treball se centra en el nostre país.

En un inici, les bases de dades *CINAHL* i *Psicodoc* havien estat considerades com a molt rellevants en aquesta revisió integradora, ja que permetien accedir a literatura

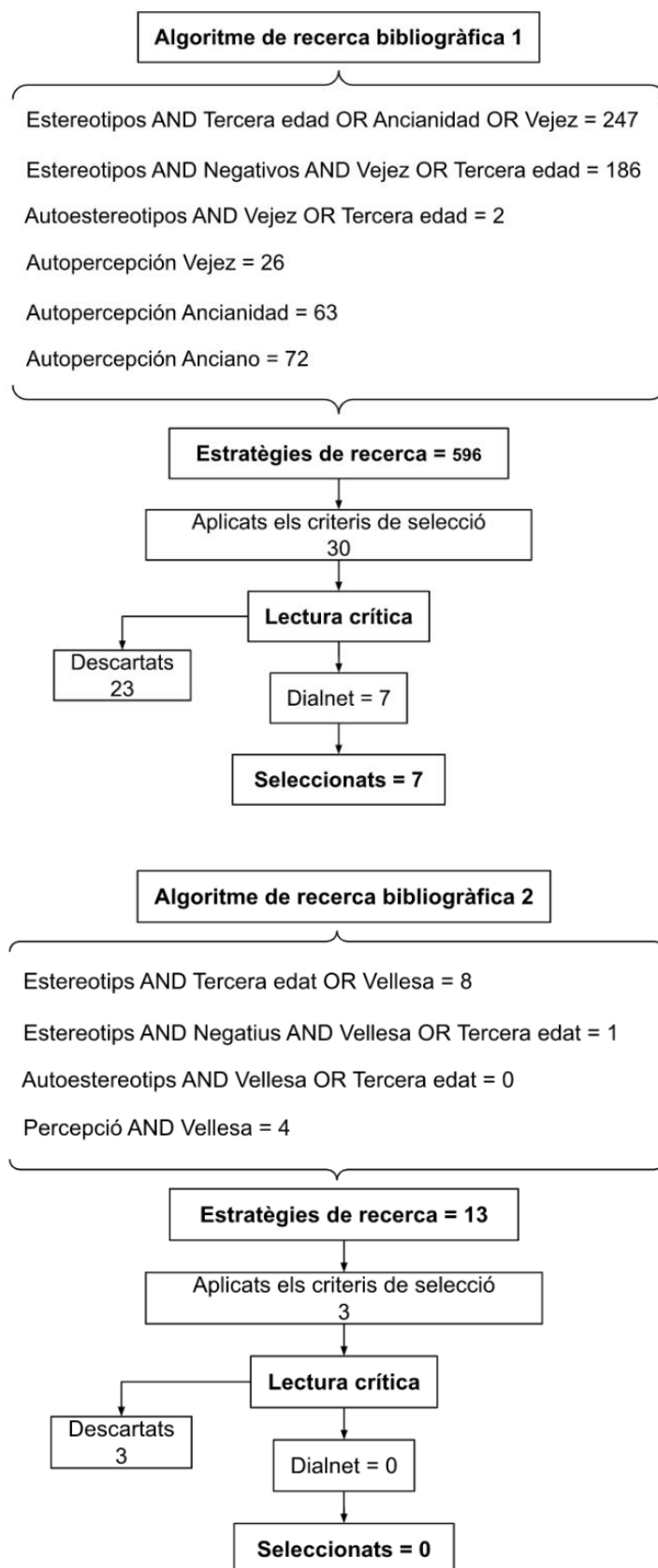


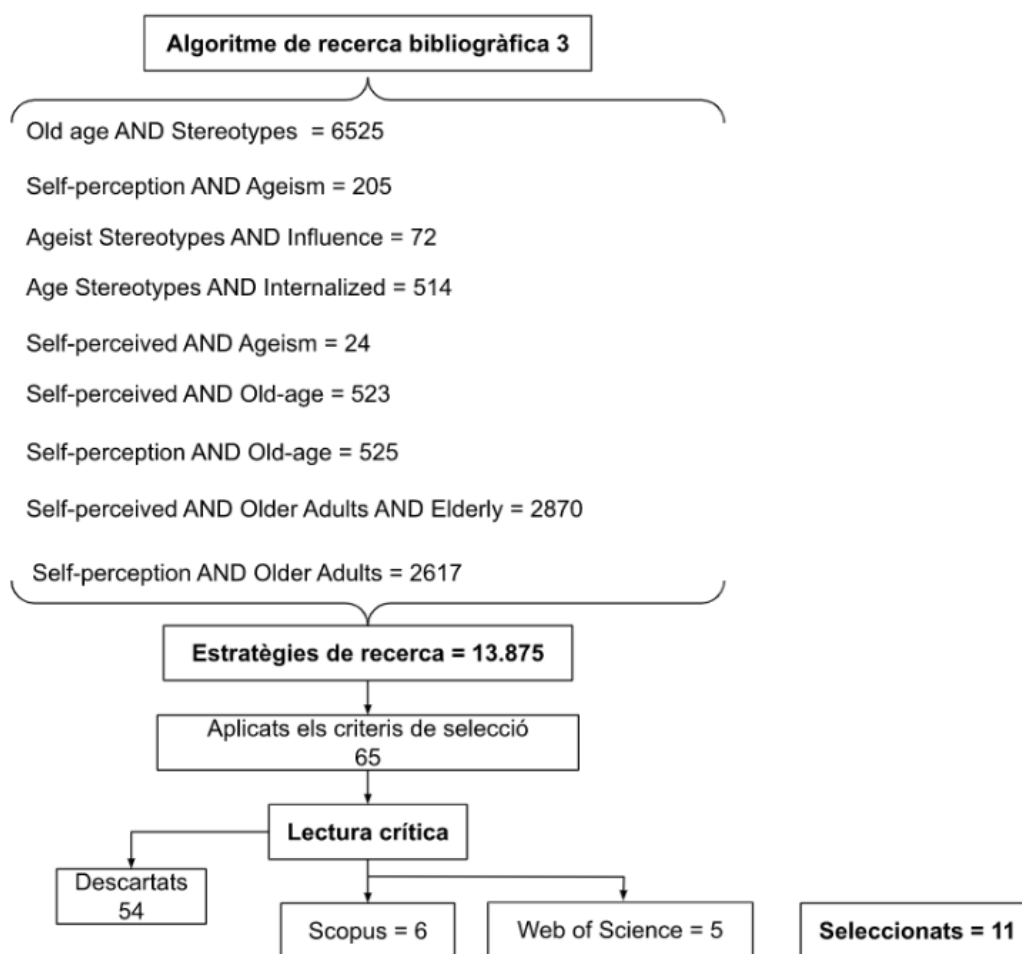
relacionada amb la salut i l'estat psicològic respectivament, cosa que es relaciona directament amb els objectius plantejats en aquest TFG. Encara amb això, però, la realitat és que a *CINAHL* no existia una opció que permetés filtrar els estudis per fer ús només de la literatura basada en l'àmbit espanyol, per la qual cosa va ser descartada. Finalment, *Psicodoc* es va considerar com una base de dades poc viable perquè la literatura existent era majoritàriament la mateixa que es troba en les bases de dades anteriorment mencionades, i la filtració en aquesta pàgina web dificultava molt el procés.

Un cop clares les bases de dades en les quals se centra el present treball, s'ha prosseguit a identificar els documents seleccionats per dur a terme la revisió integradora. Per fer-ho, s'ha creat una seqüència de cerca amb diverses combinacions de paraules clau que permeten accedir a aquella literatura que dona resposta als objectius plantejats. S'ha de tenir en consideració que en les bases de dades *Scopus* i *Web of Science* la cerca ha de dur-se a terme en anglès, mentre que a *Dialnet* ha de ser en castellà o català. A banda d'això, les opcions de filtració són diferents en l'última base de dades mencionada, així que les seqüències de cerca han resultat diferents en comparació a les realitzades a *Scopus* i *Web of Science*, tot i que segueixen la mateixa base.

Pel mencionat, es mostren a continuació els tres esquemes que resumeixen l'algoritme de recerca seguit, juntament amb el nombre d'articles trobats. En ells s'observen les paraules clau utilitzades per la tria de literatura científica. Aquestes s'han basat en la idea principal del TFG: com l'edatisme afecta la persona gran. A partir d'aquí, s'han fet ús de sinònims i diferents expressions i combinacions per assegurar abastar el nombre més gran d'articles relacionats amb la temàtica possibles.

Figura 5. Algoritmes de recerca bibliogràfica utilitzats





Font: elaboració pròpia.

Com bé s'observa, el total de resultats una vegada aplica l'estratègia de recerca és fortament major en l'algoritme número 3. En aquest esquema trobem *Scopus* i *Web of Science*, i s'ha observat durant el procés de recerca que els resultats obtinguts amb les paraules clau donen, en diverses ocasions, articles repetits, cosa que fa que el nombre total sigui tan alt, encara que realment no mostra la realitat d'articles.

El següent pas ha estat l'aplicació dels criteris de selecció, que són els següents:

1. Tenir accés al text complet i que no es tracti d'una acta de congressos.
2. Estar escrit a Espanya i basat en la població espanyola.
3. Es trobi dins els àmbits de Psicologia, Educació i Ciències Socials.
4. Estigui enfocat en la persona gran (aquest criteri s'ha hagut d'aplicar manualment a través de la lectura dels títols i resums).

El nombre total d'articles que han passat a la fase de lectura crítica ha estat de noranta. Tenint en compte que és un número encara bastant elevat, la tria definitiva s'ha dividit en dos

passos. El primer, més superficial, ha buscat que els articles seleccionats com a definitius parlessin de temàtiques relacionades amb l'autoestima i l'autopercepció enfocades a la tercera i quarta edat. El segon pas s'ha basat en una tria més profunda determinant quins dels articles són realment útils pels objectius del present TFG. Dels 90, en la primera tria han resultat cinquanta articles com a relacionats amb l'autoestima i l'autopercepció en la gent gran. A través de l'anàlisi del contingut de cada un dels esmentats, s'ha determinat que per aquest treball es farà ús de 18 articles. Els altres 32 restants s'han apartat de la selecció perquè, tot i esmentar la temàtica, o aquesta no resultava ser la qüestió central de la publicació, o es tractava des d'àmbits de medicina o televisius. A més, alguns d'ells també tractaven l'autoestima fent una comparativa amb altres països o entre els dos sexes, cosa que no ha estat plantejada en el present treball.

### 3.3. Mètodes i tècniques de recollida de dades

Per tal d'analitzar els articles seleccionats s'ha escollit la metodologia PRISMA 2020, creada específicament per assegurar que en el treball quedin representats tots els passos seguits de manera clara i entenedora (Page et al., 2021). En el seu inici es va plantejar per a revisions relacionades amb la salut, per la qual cosa van crear una llista de vint-i-set punts a complir per poder donar el treball com a finalitzat. Encara amb això, la realitat és que actualment la metodologia és també acceptada amb petites modificacions en treballs de caràcter social i educatiu com el present. S'ha considerat la millor opció per al present TFG perquè permet assegurar l'anàlisi ordenat de tots els articles en haver de seguir els passos predeterminats, que pretenen objectivitzar al màxim l'extracció d'informació, reduint així el risc de biaix.

El present treball ja ha mostrat fins aquest apartat l'organització PRISMA 2020, basada a aconseguir que el títol, el resum i la introducció mostrin quin estil d'investigació s'ha dut a terme i la rellevància d'aquest TFG, a més de comptar amb un apartat d'objectius on es mostra la finalitat clara del treball a través de la qual es regeixen els passos posteriors.

Seguint les indicacions d'aquesta metodologia, es pot observar en l'apartat de Procés de consulta i selecció d'articles en les bases de dades l'especificació dels criteris d'inclusió i exclusió d'articles per la revisió, a més del nomenament de les bases de dades escollides. En el mateix apartat també es presenta l'estratègia completa de cerca en les diverses bases de dades (vegeu Figura 5).

La metodologia emprada per determinar si un estudi compleix el llistat de criteris preestablert ha estat realitzada tant de manera automatitzada com manual. En un inici, les mateixes bases de dades ens han permès descartar tots aquells articles no complets, que haguessin estat escrits fora d'Espanya i en una llengua que no fos ni l'anglès, ni el castellà ni el català, i que no estigués relacionat amb la Psicologia, l'Educació o les Ciències Socials. Tot seguit el segon estadi s'ha basat en una avaluació manual de cada un dels articles restants segons si estaven enfocats en la persona gran i la seva autoestima i autopercepció.

### **3.4. Procediment i anàlisi de dades**

Un cop establerts els articles definitius, s'ha fet ús d'una taula com a mètode de recollida de dades. Aquesta s'omple manualment a través de l'anàlisi de cada un dels informes recopilats, i posteriorment facilitarà la seva discussió, alhora que permet als lectors i lectores d'aquest TFG analitzar les dades existents.

Els últims apartats d'aquest treball serveixen per completar els ítems de la metodologia emprada. La discussió permet dur a terme una interpretació donada d'una reflexió i mostra de les relacions existents entre els diversos estudis, seguida d'una conclusió i una aplicació de tot l'esmentat en l'Educació Social.

El risc de biaix en dur a terme un treball tan manual de manera individual és existent i s'ha de tenir en compte en els resultats d'aquest TFG, ja que existeix una probabilitat de què s'hagin passat per alt possibles articles d'elevada rellevància, o que durant l'anàlisi d'aquests no es percebin certs detalls específics. Això s'haurà de tenir en compte en les conclusions i les futures línies d'investigació que puguin sorgir d'aquest Treball Fi de Grau.

### **3.5. Cronograma de les fases de recerca**

Tota la recerca bibliogràfica es va dur a terme des de finals de maig a principis de juny, cosa que s'observarà a continuació agrupat en fases. Abans, però, ja s'havia dut a terme una presentació i contextualització de l'àmbit a tractar dins les bases epistemològiques. A diferència de la recerca bibliogràfica d'articles, que va ser un procés continu sense interrupcions, la conceptualització prèvia va ser un procés intermitent, amb aturades i reprendiments, començant el març de 2022 i continuant el juny del mateix any.

- Fase 1: algorismes de recerca i bases de dades

L'establiment de les bases de dades a utilitzar va ser una tasca bastant senzilla que es va dur a terme alhora que s'establí l'algoritme de cerca bibliogràfica, del 28 al 29 de maig. També es va aprofitar per redactar els criteris de selecció.

- Fase 2: estratègies de recerca i aplicació dels criteris de selecció.

L'aplicació de les estratègies de recerca va donar com a resultat un gran nombre d'articles, que més endavant van ser refinats amb els criteris anteriorment preestablerts. Aquesta tasca va ser més llarga del previst, ja que un dels criteris (que l'article estigui enfocat en la persona gran) es va haver d'aplicar manualment llegint tots els títols dels articles (del 30 de maig a l'1 de juny).

- Fase 3: Lectura crítica I

El procés de lectura crítica es troba dividit en dues parts. Del 2 al 4 de juny es va avaluar si els articles resultants realment estaven relacionats amb l'autoestima i l'autopercepció. Per fer-ho, es llegia el títol i el resum de cada un dels articles. Si la temàtica no estava relacionada, els articles eren descartats.

- Fase 4: Lectura crítica II

En aquest punt s'han tingut en compte els objectius a assolir en aquest TFG, i s'ha dut a terme una anàlisi més exhaustiva del contingut de cada una de les publicacions escollides en la fase 3 per determinar quins finalment podrien ser útils pel present treball. Ha estat una de les fases més llargues, ja que implica la lectura de més de cinquanta articles (del 5 al 10 de juny).

- Fase 5: Elaboració de la taula

Un cop realitzada la lectura crítica dels articles definitius s'ha procedit a crear una taula durant els dies 11 i 12 de juny que reculli el mateix tipus d'informació de tots els articles. Com bé s'explicarà més endavant, s'ha procurat que la taula permetés entendre amb claredat el tipus d'estudi analitzat, la zona geogràfica i les edats de la mostra, ja que moltes d'aquestes coses són determinants per poder assolir unes conclusions encertades.

- Fase 6: Discussió dels resultats i conclusions principals

Aquest ha estat un dels apartats més importants del TFG, ja que és el que permet obtenir unes relacions entre els articles i, per tant, unes conclusions vers els objectius específics plantejats. Ha tingut una durada de deu dies (del 13 al 22 de juny), en els quals s'ha organitzat la informació trobada segons l'objectiu al qual donava resposta, i posteriorment s'ha buscat la

interrelació entre tots ells per tal d'aconseguir una discussió lògica i fonamentada dels resultats. Finalment, s'ha revisat tot el treball i s'han aportat unes conclusions sobre les futures línies d'investigació que cal dur a terme dins l'Educació Social, basades i exemplificades amb experiències personals i subjectives viscudes durant l'estada al Centre Residencial Sanitas Tarragona com estudiant en pràctiques.

**Figura 6. Taula resum de les fases de recerca**

| Maig 2022    |              |              |              |              |              |              |
|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| 23           | 24           | 25           | 26           | 27           | (28) Fase I  | (29) Fase I  |
| (30) Fase II | (31) Fase II |              |              |              |              |              |
| Juny 2022    |              |              |              |              |              |              |
|              |              | (1) Fase II  | (2) Fase III | (3) Fase III | (4) Fase III | (5) Fase IV  |
| (6) Fase IV  | (7) Fase IV  | (8) Fase IV  | (9) Fase IV  | (10) Fase IV | (11) Fase V  | (12) Fase V  |
| (13) Fase VI | (14) Fase VI | (15) Fase VI | (16) Fase VI | (17) Fase VI | (18) Fase VI | (19) Fase VI |
| (20) Fase VI | (21) Fase VI | (22) Fase VI | 23           | 24           | 25           | 26           |

*Font: elaboració pròpia.*

## 4. Resultats i conclusions

### 4.1. Exposició dels resultats

Definits els articles a treballar en aquest TFG, s'ha considerat oportú fer ús d'una taula per mostrar de manera esquemàtica els detalls i resultats de cada un d'ells, seguint les indicacions de PRISMA 2020. Prèviament, però, es troba necessari dur a terme una breu exemplificació dels motius pels quals es van descartar determinats articles. En ser una anàlisi manual i personal, la creació d'una taula permet assegurar l'exposició del mateix tipus d'informació en cada una de les publicacions, augmentant el percentatge d'objectivitat i reduint el risc de biaix.

#### 4.1.1. Estudis descartats

Els motius pels quals es van descartar els estudis en la fase 4 del procés de recerca bibliogràfica van ser variats. En aquest punt ja s'havien dut a terme els clivatges automatitzats determinats, i també s'havien descartat manualment bona part dels articles que no servien per a aquest TFG. Encara amb això, cinquanta publicacions van passar a aquesta última fase, i

divuit d'aquestes s'han determinat com a rellevants per aquest treball. De les altres 32 es poden mencionar a continuació exemples dels aspectes pels quals van ser rebutjades:

- Una part dels articles descartats eren publicacions basades en la **sexualitat** en les persones grans, i en els motius pels quals aquesta disminuïa considerablement al llarg dels anys. En la fase 3 es va considerar que podrien arribar a ser articles molt rellevants, ja que, en parlar de les causes, potser es feia menció del fet que ens empara en aquest treball. La realitat, però, és que articles descartats per aquest motiu com serien els de Vives (2015) i Piñeiro i altres (2020) conclouien que els motius estaven més basats en l'etapa de la dictadura franquista en la qual van créixer, que els va aportar valors com el de què l'acte sexual només podia dur-se a terme amb objectius reproductius.
- López (2011) i Piñón (2002) serveixen com a exemples dels articles descartats per estar relacionats amb les **intervencions psicològiques** i la **xarxa social** de la persona. Són articles que a través del resum sembla que mostraran estudis relacionats amb la baixa autoestima de la persona gran, però realment es troben més dirigits a psicòlegs professionals i a quin estil d'intervenció és més adequat per treballar amb les persones de la tercera i quarta edat amb simptomatologia depressiva.
- Els resultats d'un d'aquests articles descartats són molt interessants i s'haurien de tenir en compte per a una futura investigació de camp. Aquesta publicació de Goñi i altres (2010) va haver de ser rebutjada perquè no complia amb els criteris, ja que en ella es valora la **validesa d'un qüestionari** creat i no mostra dades relacionades amb l'àmbit que ens interessa. Tot i això, s'ha volgut fer una menció en aquest TFG perquè a través d'aquest qüestionari es poden valorar les autopercepcions físiques en l'edat adulta i la vellesa, cosa que permetria l'anàlisi dels factors que provoquen una autopercepció positiva o negativa.
- Les publicacions de Zamora-Iniesta i altres (2022) i Machón i altres (2016) van ser descartades perquè totes elles estaven relacionades amb aspectes de **caràcter mèdic** que deixaven de banda tots els aspectes socials, quedant-se només amb malalties i símptomes físics.
- Finalment, una gran majoria dels articles descartats van ser tots els relacionats amb l'**exercici físic**. Exemples d'això són les publicacions de Calatayud (2016), Sola-Serrabou i altres (2019) i Cancela (2001).

Sobre els dos últims punts esmentats, val a dir que una bona part dels articles descartats tenien en comú que havien estat el resultat de les mateixes dues cerques



algorítmiques en el procés de recerca bibliogràfica: “Self-perceived AND Older adults AND Elderly” i “Self-Perception AND Older adults”. Curiosament, ambdues van ser les que van mostrar un nombre més elevat de resultats, en comparació a les altres cerques algorítmiques. Davant aquesta situació seria necessari valorar si realment aquesta combinació de paraules va ser adequada o si hagués requerit modificacions. Cal tenir en compte, però, que d'aquí també van sortir altres articles que sí que es troben dins els divuit definitius.

#### **4.1.2. Mostra dels articles definitius**

Finalment, s'ha dut a terme un recull dels resultats trobats en els diversos articles. En aquest apartat s'ha optat per mostrar-ho de manera esquemàtica, facilitant així la comparació entre ells i la corresponent discussió de les evidències. A l'hora d'elaborar la taula s'han tingut en compte els objectius plantejats, per recollir així la informació que permeti donar resposta a aquests. Els presents resultats són un resum que serà exposat amb més detall en el següent apartat:



**Taula 7. Exposició dels articles definitius emprats.**

| Nº | Autors i autores (Any)     | Idioma   | Mida de la mostra                      | Edat de la mostra | Font dels participants                                                     | Resultats i conclusions                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----|----------------------------|----------|----------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Tiernes (2014)             | Castellà | 80                                     | 82,03 de mitjana  | Centres residencials                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- El treball de la memòria millora l'autopercepció i les creences cap a un mateix: l'augment de confiança en les pròpies capacitats millora l'estat anímic i l'autoestima de la persona, cosa que la motiva a seguir millorant.</li> <li>- Al final de la intervenció existeix un nivell baix de queixes subjectives relacionades amb els dèficits de memòria que ells i elles mateixes relacionaven anteriorment amb les persones grans.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 2  | Amezcuca & García (2022)   | Castellà | 50 (22 d'elles eren persones expertes) | 60-87             | Espanya i Alemanya (en aquest TFG només es fa ús dels resultats espanyols) | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Existeixen connotacions negatives associades al concepte "vellesa", per la qual cosa la persona gran rebutja identificar-se com a tal.</li> <li>- La idea actual sobre l'envelliment produeix estereotips que ho relacionen directament amb les malalties i discapacitats i la dependència, deixant de banda els aspectes positius.</li> <li>- Existeix una autopercepció de càrrega social. Els prejudicis i estereotips vers la imatge corporal de la tercera i quarta edat provoquen edatisme i discriminació per part de la societat però també des d'ells mateixos: presenten una falta de reconeixement de la seva imatge corporal, provocant rebuig cap a ell/a mateixa i la vellesa com a tal.</li> </ul> |
| 3  | Benavente & Quevedo (2019) | Castellà | 91                                     | 74,07 de mitjana  | Espanya (població rural i de ciutat)                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Es valora una autopercepció positiva de la persona gran vers el seu grau de benestar i autonomia.</li> <li>- Els homes tendeixen a sentir un major control sobre la seva vida i el seu propòsit vital en comparació a les dones.</li> <li>- La jubilació té un impacte directe en l'autopercepció i autonomia de la persona; sent millor si va saber adaptar-se als canvis socials i personals. Es relaciona un major sentiment de llibertat, creixement personal i propòsit</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                           |

|   |                |          |     |           |                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---|----------------|----------|-----|-----------|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                |          |     |           |                                                   | <p>de vida en aquella persona que presenta pensaments positius vers l'envelliment.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- És possible que s'estigui evolucionant cap a un nou estereotip de vellesa relacionat amb un estil de vida actiu i positiu.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 4 | Sánchez (2004) | Castellà | 757 | Més de 65 | Màlaga, persones que no es troben en residències. | <ul style="list-style-type: none"> <li>- A major edat, més actituds edatistes: les persones grans creuen en els estereotips edatistes més que les persones joves, projectant en elles mateixes aquestes falses creences.</li> <li>- Les creences negatives vers la salut subjectiva i personalitat disminueixen amb un major nivell d'estudis. A més, la nul·la participació en la societat augmenta els estereotips edatistes, i el mateix passa amb la persona que no duu a terme exercici físic.</li> <li>- Aquelles persones que s'apliquen a elles mateixes estereotips edatistes vers la salut són les que, seguint l'estudi, es veuen com a pitjors que les altres persones grans.</li> <li>- Com més actituds edatistes presenta la persona, més estereotips negatius creu i, per tant, pitjor és el seu grau d'autoestima i optimisme, ja que presenten mala adaptació vers el procés d'envelliment.</li> <li>- En utilitzar el qüestionari CENVE s'ha observat que a major edatisme interioritzat, pitjor és la qualitat de vida de la persona.</li> </ul> |
| 5 | Muñoz (2015)   | Castellà | 100 | 72-82     |                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Les persones grans institucionalitzades presenten estereotips més negatius cap a ells mateixos que les persones que viuen al seu domicili, encara que ambdós grups presenten estereotips edatistes.</li> <li>- La gent gran com a grup social no se sent valorada.</li> <li>- Les persones institucionalitzades, a diferència de les altres, se senten passives i poc útils, per la qual cosa caldria promoure un canvi en les residències, alhora que és necessari que la societat en general no</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

|   |                          |          |     |           |                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---|--------------------------|----------|-----|-----------|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                          |          |     |           |                      | <p>exclouï a la gent gran del seu entorn, ja que tot això milloraria la seva autoestima.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dels adjectius amb els quals les persones grans no institucionalitzades descriuen la tercera i quarta edat destaquen tots aquells positius, com ser actius i sociables. Encara amb l'últim, però, no se senten valorats i es veuen desamparats. Les persones institucionalitzades, en canvi, destaquen per un major nombre d'adjectius negatius com serien poca salut, passivitat, malaltia i desamparament.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 6 | Martínez & García (1994) | Castellà | 101 | Més de 65 | Espanya              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Els i les participants de l'estudi mostren un nivell d'autopercepció de la salut positiu, possiblement per les activitats físiques grupals que duen a terme donada la seva preocupació vers aquesta. S'anomena "creença de salut suficient" perquè la persona se sent sana mentre mantingui les capacitats per fer exercici físic.</li> <li>- La satisfacció vital es troba en un punt mig. A major edat, però, menor és el grau de satisfacció vital existent. El pas dels anys suposa una readaptació constant que repercuteix en l'avaluació sobre la vida, però una correcta adaptació i acceptació del procés d'envelliment permet mantenir un nivell estable de satisfacció vital.</li> <li>- La qualitat de vida depèn de la satisfacció vital, l'estat anímic i l'autopercepció de la persona.</li> </ul> |
| 7 | Molés et al., (2019)     | Castellà | 400 | Més de 75 | Castelló de la Plana | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Una bona autopercepció es relaciona directament amb un menor grau de símptomes depressius. Una adaptació i integració social correcta disminueix la simptomatologia depressiva.</li> <li>- És necessari dissenyar intervencions dirigides a disminuir la simptomatologia depressiva treballant l'autopercepció i la integració social.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

|   |                            |        |    |       |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---|----------------------------|--------|----|-------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 8 | Blanche & Fernández (2022) | Anglès | 15 | 54-84 | Barcelona | <ul style="list-style-type: none"> <li>- La gent gran reflexiona vers l'edatisme i conclou que la societat ens prepara per treballar i ser productius, però un cop el sistema determina que ja no ho som, aparta a la persona del moviment social. Són creences lligades a la condició de jubilat i inutilitat. Comenten que l'edatisme també existeix a escala meso, i les organitzacions tracten a la persona gran diferent de la resta.</li> <li>- La imatge de persona gran està totalment estereotipada, sent aquesta algú que va a un centre cívic i duu a terme activitats lúdiques i consumeix recursos públics. Consideren que la vellesa és vista com quelcom negatiu.</li> <li>- La participació en el moviment laioflatua els fa descartar totes aquestes atribucions negatives, ja que la participació en quelcom social els fa tornar el sentiment de vitalitat i millorar l'autoestima, dignificant a la persona gran i fomentant la pertinença a un grup. Així doncs, la participació activa fomenta sentiments positius d'autovaloració i una oportunitat per a contrarestar l'edatisme interioritzat.</li> <li>- Les persones grans participants de l'estudi no volen semblar joves, volen mostrar la vellesa i fer les coses adaptades a les seves capacitats actuals. Existeix, doncs, una sensació generalitzada de què la participació en actes socials els permet desterrar en certa manera els estereotips d'edat.</li> <li>- Alguns dels entrevistats comenten que el sistema social promou les característiques relacionades amb la joventut, provocant l'exclusió de persones no adaptades al model. Denuncien la necessitat de què es modifiqui la cultura predominantment edatista existent.</li> <li>- La discriminació per motius d'edat no es considera un problema social i, per tant, no es qüestiona, així que la gent gran acaba reproduint els estereotips edatistes contra els altres i contra ells mateixos. A més, culturalment hi ha la idea de què sempre s'ha d'ésser actiu, cosa que promou la crítica vers aquells que es mostren més inactius.</li> </ul> |
|---|----------------------------|--------|----|-------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|    |                       |        |     |                                         |         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----|-----------------------|--------|-----|-----------------------------------------|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                       |        |     |                                         |         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Existeix una falta d'identitat basada únicament en l'edat de les persones grans.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 9  | Faílde et al., (2021) | Anglès | 455 | 145 (18-35)<br>154 (36-64)<br>146 (+65) | Galícia | <ul style="list-style-type: none"> <li>- L'estudi reflecteix una major quantitat d'hores de temps lliure invertides en activitats passives que en actives en les persones grans.</li> <li>- Analitzant les autoatribucions i atribucions a altres grups d'edat s'observen estereotips edatistes que afecten directament en elles. Els joves i el grup de mitjana edat percep a la persona gran com algú que inverteix menys temps en activitats d'oci cultural i social, i molt més en oci passiu. Sorprenentment, el grup de gent gran s'autoatribueix les mateixes valoracions. S'observa una profecia autocumplida donada d'una interiorització progressiva dels estereotips edatistes des de la joventut.</li> <li>- Es conclou que els estereotips d'oci de les persones grans es troben influenciats pels estereotips edatistes culturals, per la qual cosa cal promoure accions per a millorar el coneixement sobre l'envelliment, eradicant l'autoedatisme.</li> </ul> |
| 10 | Faílde et al., (2019) | Anglès | 455 | 145 (18-35)<br>154 (36-64)<br>146 (+65) | Galícia | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Els tres grups d'edat senyalen que els indicadors bàsics per determinar que algú ha arribat a la vellesa són: edat, deteriorament de la salut, deteriorament intel·lectual, aspecte físic i jubilació. Els indicadors menys associats van ser la forma de ser o pensar de la persona.</li> <li>- Sobre les actituds vers el propi envelliment es detecten diferències entre els grups d'edat. El grup de persones grans presenta una percepció més negativa del seu propi envelliment.</li> <li>- Les actituds vers el procés d'envelliment en general també presenten diferències segons l'edat. Existeixen biaixos relacionats amb l'envelliment que comporten a una visió negativa del procés vital, major en el grup de joves. En general, la tendència actitudinal vers l'envelliment és negativa en els tres grups d'edat.</li> </ul>                                                                                           |

|    |                                       |        |     |     |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----|---------------------------------------|--------|-----|-----|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                       |        |     |     |        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Els tres grups d'edat presenten coneixements baixos sobre l'envelliment i els processos associats, encara que ells pensen tenir uns coneixements elevats.</li> <li>- L'edat és considerada com el principal motiu per determinar la vellesa, però això vol dir que s'assimila l'envelliment com quelcom homogeni i que no depèn d'altres factors.</li> <li>- L'estereotip de la persona gran com algú fràgil i dependent és freqüent i mol danyí, ja que dona lloc a l'autoestereotipació i a profecies autocomplides que influeixen el seu benestar i la seva salut.</li> <li>- Quant a les actituds vers el propi envelliment, l'estudi mostra com a major edat més actituds negatives tenim. Cal invertir i fomentar projectes socioeducatius que donin la volta a aquesta realitat i fomentin una visió més positiva d'aquesta etapa de la vida. Aquests que presenten una actitud més positiva tenen més habilitats per fer ús d'estratègies adaptatives a situacions vitals.</li> </ul> |
| 11 | Sánchez<br>Palacios et<br>al., (2008) | Anglès | 757 | +65 | Màlaga | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vers la salut subjectiva, aquells que la perceben pitjor que la dels altres acostumen a tenir majors estereotips edatistes interioritzats. Millorar aquesta visió podria ser un objectiu d'intervenció interessant en la gent gran.</li> <li>- A major edat subjectiva, més quantitat d'estereotips edatistes interioritzats. Aquelles persones que es consideren majors a la seva edat cronològica presenten estereotips negatius sobre la salut en la gent gran, cosa que pot impactar directament en la seva salut i disminuir-la.</li> <li>- Les persones que habitualment participen en activitats comunitàries tendeixen a presentar una puntuació més baixa en estereotips edatistes. Investigacions anteriors demostren que un alt grau d'implicació social té un impacte positiu en la salut física i cognitiva de les persones grans. En canvi, aquelles que no tendeixen a relacionar-se socialment poden caure</li> </ul>                                                         |

|    |                                      |          |     |       |                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----|--------------------------------------|----------|-----|-------|------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                      |          |     |       |                                    | <p>en les falses creences edatistes relacionades amb la no socialització de la gent gran.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aquelles que resulten inactives físicament resulten en un major grau d'estereotips sobre la salut i la socialització.</li> <li>- Totes les variables presentades demostren la evidència de què mantenir actituds edatistes té un impacte negatiu directe en el dia a dia de la persona, ja que promou el manteniment de mals hàbits.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 12 | Sánchez-Palacios et al., (2009)      | Castellà | 757 | 65-96 | Màlaga                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- L'edat i el nivell d'estudis són elements decisius que determinen en molts casos el grau d'edatisme i prejudicis internalitzats de cada persona: el grau de creença dels estereotips negatius augmenta de manera progressiva amb l'edat fins els 80 anys. S'ha observat, però que les persones majors de 80 anys presenten un menor grau d'actituds edatistes que l'altre grup d'edat. Això concorda amb altres estudis, i l'explicació proposada és la denominada paradoxa de la discapacitat. En ella, les persones amb una elevada prevalència de malalties mantenen un alt grau d'optimisme i, per tant, menys actituds edatistes.</li> <li>- A mesura que la persona es fa gran assumeix més estereotips edatistes sobre la disminució d'interessos vitals. S'ha comprovat que després de la jubilació les persones no s'impliquen en el desenvolupament de nous interessos i noves relacions socials.</li> <li>- Un menor nivell d'estudis implica una major tendència a creure en els estereotips edatistes.</li> <li>- Seria interessant crear línies d'actuació que canviessin la visió vers la vellesa des de la infància, a més de promoure les relacions intergeneracionals.</li> </ul> |
| 13 | Fernández-Ballesteros et al., (2015) | Anglès   | 112 | 55-78 | Espanya, participants del programa | <ul style="list-style-type: none"> <li>- L'estudi mostra com els estereotips i autoestereotips edatistes afecten al rendiment de les persones grans, posant com exemple tasques de</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

|    |                                   |        |     |       |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----|-----------------------------------|--------|-----|-------|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                   |        |     |       | universitari<br>per a gent<br>gran<br>(PUMA) | <p>memòria. Així doncs, una percepció positiva de l'envelliment pot reduir aquests efectes dels estereotips interioritzats des de la infància.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Les persones que en un inici presentaven un elevat grau d'estereotips edatistes i, per tant, una baixa autopercepció, van poder modificar els pensaments a través dels estereotips positius induïts, millorant la seva memòria.</li> <li>- La discriminació per edat suposava un impacte negatiu en el benestar de la persona. Tot i això, treballar per a què la persona s'identifiqui amb el seu grup d'edat té el resultat oposat: contribueix a una identitat positiva i el protegeix de l'estigma associat al grup.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 14 | González-Domínguez et al., (2018) | Anglès | 419 | 65-84 | Espanya                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Els resultats mostren baixos nivells d'autoestigma associats a l'edat quan es compara amb l'autoestigma associat a la malaltia mental amb trastorn mental greu avaluada en la mateixa zona. Pot deure's al fet que les persones grans ho interioritzen en menor mesura. Un altre motiu proposat és que no existeixin grans estigmes relacionats amb l'edat, sinó petits estigmes que puguin camuflar-se en conductes protectores i afectives, que reforcen aquestes falses creences. A més, aquestes últimes podrien trobar-se fortament interioritzades, de tal manera que no sigui explícit i que, per tant, no siguin mesurables amb l'eina utilitzada.</li> <li>- Les dones presenten major autoestigma que els homes, cosa que podria relacionar-se amb un doble estigma per ser una persona gran i ser dona, donat el fet que en la societat els cànons de bellesa impacten més en ella, però són necessaris més estudis.</li> <li>- Els estereotips vers la vellesa no canvien amb el temps, i tant les persones joves com la gent gran presenten el mateix tipus de pensaments erronis, cosa que explica la no diferenciació dels nivells d'edatisme entre joves i majors.</li> </ul> |

|    |                                 |          |     |                       |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----|---------------------------------|----------|-----|-----------------------|------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                 |          |     |                       |                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- S'ha trobat una relació inversa significativa entre l'estigma internalitzat i la qualitat de vida, l'optimisme, la soledat percebuda, el deteriorament funcional i les estratègies per fer-li front.</li> <li>- Les persones grans tendeixen a adoptar definicions negatives sobre l'envelliment i, per tant, perpetuen els estereotips edatistes contra ells mateixos i elles mateixes.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 15 | Bustillos et al., (2012)        | Castellà | 40  | 62,19 anys de mitjana | Espanya, participants del programa universitari per a gent gran (PUMA) | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Les persones participants que van ser denominades negativament com a "velles" van mostrar en l'estudi un major temps de reacció que les persones que van rebre l'etiqueta de "persona gran".</li> <li>- Aquest estudi demostra que l'activació automàtica i inconscient dels autoestereotips interioritzats té efectes en el correcte desenvolupament de la persona. És a dir, un cop la persona és categoritzada, s'activen totes les creences edatistes relacionades amb l'aspecte mencionat.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                        |
| 16 | De Gracia Blanco et al., (2004) | Anglès   | 153 | Més de 60             | Girona                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- La salut percebuda i l'autopercepció de la pròpia persona tenen un impacte directe en la satisfacció vital.</li> <li>- Per a les persones vivint en una residència, una bona autopercepció necessita dels següents factors: relacions socials, autopercepció de l'estat cognitiu, percepció del temps i autopercepció de l'estat físic (en l'ordre escrit). Tot i això, aquestes persones institucionalitzades presenten una baixa qualitat social. Per a les altres persones participants, els factors són: autopercepció físic, autopercepció de l'estat cognitiu, relacions socials i percepció del temps.</li> <li>- L'autopercepció té un rol decisiu en la mediació entre les influències biològiques i socials.</li> </ul> |
| 17 | Pedroso et al., (2021)          | Anglès   | 317 | Més de 60             | Madrid                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Una pitjor autopercepció negativa de l'envelliment s'associa a una major càrrega autopercebuda, associada també en moltes ocasions a simptomatologia depressiva. És a dir, quan els estereotips edatistes s'activen com a autoestereotips, la persona pot sentir més dubtes sobre</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

les seves capacitats en tasques que abans duia a terme sense dificultats. Això suposa que pugui pensar que els altres es troben obligats a fer aquestes tasques, i per tant la fa identificar-se com una càrrega.

- L'activació d'aquests autoestereotips edatistes pot estar donada per dos factors, sent el primer el diagnòstic d'una malaltia crònica que s'equipara freqüentment a la discapacitat. El segon factor pot ser el rol social esperat de la persona gran: els canvis de rol social que es produeixen quan et fas gran i la percepció edatista d'inutilitat poden suposar la sensació de ser una càrrega.

|    |                               |          |     |       |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----|-------------------------------|----------|-----|-------|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 18 | Mesa-Fernández et al., (2019) | Castellà | 148 | 60-96 | Olva | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tenir estudis superiors està relacionat amb majors nivells de salut autopercebuda, ja que són persones que presenten més estratègies d'afrontament i autoregulació.</li> <li>- Les persones de major edat tendeixen a presentar una menor autoeficàcia en la salut. Les emocions positives augmenten amb l'edat, i les emocions negatives es relacionen directament amb mala salut. La disminució d'autoeficàcia i les emocions negatives estan relacionades amb els autoestereotips assumits i interioritzats que influeixen negativament en l'autopercepció de la persona, limitant i disminuint l'esforç i interès per les activitats que abans gaudia. Això últim afavoreix també el sentiment de vulnerabilitat, originant situacions de dependència i disminuint el benestar.</li> <li>- Una autopercepció positiva de salut implica tenir sentiments i emocions positives, augmentant l'autoeficiència i autoestima, i fent que la persona promogui l'autonomia i conductes saludables.</li> <li>- La disminució del grau de benestar no està relacionada amb l'edat, sinó amb l'autoestima i l'autoeficàcia.</li> </ul> |
|----|-------------------------------|----------|-----|-------|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Font: Elaboració pròpia.

## 4.2. Discussió

Exposats els resultats, és pertinent relacionar els plantejaments dels diversos autors per acabar de resoldre els objectius d'aquest TFG. Com bé s'ha dit, la finalitat principal d'aquest treball és la de sintetitzar els antecedents bibliogràfics existents sobre les creences edatistes i les seves conseqüències en l'àmbit espanyol. Per fer-ho, s'han plantejat quatre objectius específics, que a continuació es mostren com a subtítols del present apartat.

### ***4.2.1. Objectiu específic 1: estudiar les conseqüències de l'edatisme en les persones grans com a fenomen discriminatori a Espanya.***

Ens trobem en una societat en constant canvi, per la qual cosa hem de saber adaptar-nos a les noves realitats assegurant el benestar de totes les persones. Com bé s'ha anat comentant al llarg del present TFG, actualment existeix una transició demogràfica que tendeix a l'envelliment de la població, cosa que fa necessari l'estudi de la representació social de la tercera i quarta edat (Faílde et al., 2019). Cal, doncs, que es pugui garantir una protecció social i un benestar general que compleixi amb els drets de la gent gran (Faílde et al., 2019). Seguint l'enquesta de *World Values Survey*, citada per Benavente i Quevedo (2019), el 60% de les persones enquestades no considera que la gent gran sigui respectada per la societat, sent aquest un dels problemes més greus en països com Espanya, on l'edatisme es troba molt estès (OMS, 2016, citada per Benavente & Quevedo, 2019).

En la nostra societat l'edat cronològica és el principal factor pel qual es determina que una persona ha arribat a la vellesa, però aquesta manera de veure l'etapa vital estudiada és errònia, ja que contempla el procés d'envelliment com un procés homogeni en tothom i no té en compte altres factors biològics, fisiològics, genètics o socials (Faílde et al., 2019). A més, els mateixos autors mostren que aquesta visió sobre les etapes de la tercera i quarta edat promou l'assimilació d'estereotips edatistes com fets pels quals passarà tothom. En el seu estudi van observar que tant els joves com els adults i la gent gran consideren que una persona ha arribat a la vellesa quan supera l'edat de jubilació, alhora que també tenen en compte l'aspecte físic i el deteriorament intel·lectual. Com bé diuen Sánchez-Palacios i altres (2009), imposar qualitats idèntiques a totes les persones causa una privatització de la identitat personal. El resultat d'això és l'anomenada profecia autocomplida, a través de la qual les idees errònies acaben convertint-se en realitat perquè les persones creuen que és el que pertoca al grup d'edat. Com es pot observar, la societat tendeix a discriminar a les persones grans

despersonalitzant-les i tractant-les com un únic grup, sense tenir en compte les inquietuds individuals.

Davant l'últim estudi mencionat, i tenint en compte que les persones de divuit anys ja tenien clar com determinar quan una persona és gran, és recurrent el plantejament del dubte sobre de quina manera van determinar quins eren els punts clau per separar l'etapa adulta de la tercera edat. Sánchez (2004) dona resposta a aquest plantejament a través de les afirmacions de Levy (2003). Aquest últim planteja que els nens i nenes no necessiten escoltar quins són els estereotips de la vellesa per interioritzar-los, sinó que la simple observació de com actuen i són tractades les persones grans és suficient, provocant que amb sis anys una persona ja pugui tenir diversos estereotips edatistes interioritzats (Isaac & Bearison, 1980, citats per Sánchez, 2004), cosa que corroboren Pedroso i altres (2021) en el seu estudi.

Cal mencionar en aquest punt que aquestes falses creences es troben en l'inconscient de la persona, creant, des de la infància, expectatives dins el subconscient sobre els propis processos d'envelliment (Levy, 2003, citat per Sánchez, 2004). Això últim provoca que quan la persona ja es trobi afectada pels autoestereotips sigui més vulnerable a patir una autopercepció negativa (Sánchez, 2004) que, com es veurà més endavant, tindrà greus efectes en el seu desenvolupament i creixement personal.

Les creences més freqüents plantejades per Sánchez (2004) sobre la visió de la societat vers la gent gran són: 1) la gent gran està malalta i presenta en moltes ocasions una elevada discapacitat funcional; 2) no tenen recursos socials, per la qual cosa es troben sols i deprimits; 3) presenten deteriorament cognitiu i trastorns mentals; 4) són incapaços d'adaptar-se als canvis.

#### **4.2.2. Objectiu específic 2: definir els efectes de l'edatisme interioritzat en la socialització de la persona.**

Tornant a centrar-nos només en l'àmbit espanyol, l'estudi de Faílde i altres (2019) exemplifica una de les conseqüències de l'edatisme interioritzat mencionades, i és que els resultats mostren que el grup de gent gran presenta una autopercepció més negativa del seu envelliment que els i les joves. Les autores demostren amb el mencionat l'existència de creences negatives errònies que donen com a resultat una visió més negativa del procés. A aquest fet se li sumen els resultats de González-Dominguez i altres (2018) els quals, corroborant els seus resultats amb la teoria de Chasteen i altres (2002), conclouen que els estereotips sobre la vellesa no es

modifiquen amb el temps, per la qual cosa l'autoestigma produït en la tercera i quarta edat és el resultat d'autoestigmes d'envelliment existents des de la joventut.

Analitzant tot el mencionat observem la importància de la visió social vers l'envelliment a Espanya, i és que a través de l'estudi de Bustillos i altres (2012), s'ha pogut concloure que l'etiquetatge social té una forta influència en el desenvolupament d'accions per part de la persona. En l'estudi mencionat, es van utilitzar dues paraules per designar a les persones i se'ls va demanar la mateixa prova. El grup que va escoltar les instruccions amb descripcions positives sobre la vellesa va mostrar millors resultats que aquells que van escoltar el mateix però amb paraules negatives vers la vellesa, donant com a resultat un alentiment motor provocat per una activació inconscient dels estereotips edatistes.

Podem afirmar, doncs, que la imatge estereotipada social de la gent gran afecta en la seva conducta, i promou també la falsa creença de què envellir és quelcom negatiu (Tiernes, 2014), fent que la persona presenti un grau tan elevat d'autoestereotips que afecten al seu dia a dia, dificultant-li les tasques (Sánchez-Palacios et al., 2008). Les conseqüències de tot el mencionat poden arribar a ser desastroses, ja que la persona pot considerar normals certs símptomes quan potser formen part d'una greu malaltia que podria haver-se tractat amb molta anterioritat (Rodin & Langer, 1980, citats per Tiernes (2014).

Un dels resultats més greus d'aquest edatisme interioritzat en la societat espanyola és el mostrat per Amezcua i Garcia (2022), quan afirmen que donada la quantitat de connotacions negatives sobre la tercera i quarta edat, aquestes etapes manquen d'una identificació col·lectiva. A Espanya, la gent gran presenta un fort rebuig pel seu físic i per la vellesa en general, ja que en la societat on convivim la tercera i quarta edat són l'antítesi de la joventut, vista com allò desitjable (Amezcua i Garcia, 2022). Les mateixes autores mostren gràcies al seu estudi que aquestes creences edatistes van augmentant amb el pas dels anys entre els 76 i els 80. Aquest fet podria contraposar-se amb el mencionat anteriorment per González-Domínguez i altres (2018), quan mencionen que els estereotips interioritzats vers l'envelliment no es modifiquen amb el temps. Analitzant els dos estudis, però, es considera que les seves idees no es troben contraposades, sinó que a aquests estereotips interioritzats estàtics mencionats se'ls pot afegir un agreujament de les conseqüències quan s'arriba als 76 anys, ja que és en aquest moment quan la persona comença a viure de primera mà totes aquestes creences que ha anat interioritzant des dels sis anys, iniciant una roda on l'edatisme modifica la realitat i, alhora, les vivències agreugen les idees edatistes.

Les conseqüències d'aquest edatisme interioritzat són molt clares. El fet de presentar estereotips sobre l'envelliment es relaciona directament amb tenir una mala salut (Sánchez-Palacios et al., 2008). Hem de pensar que, com bé han dit altres autors, la persona porta des dels sis anys interioritzant falsos ideals sobre el procés d'envelliment. Això provoca que les seves expectatives vers la tercera i quarta edat es relacionin amb experiències negatives. Per aquest motiu, l'individu no busca aturar els hàbits de vida poc saludables, perjudicant la seva salut física i mental (Sánchez-Palacios et al., 2008).

Un exemple clar sobre aquest edatisme creixent en la societat és la idea que les persones grans són passives i dependents (Sánchez, 2004), i és que la jubilació provoca en la gent la sensació que ja no són rellevants per a la societat. Per contrarestar-ho, és important que la persona faci ús del temps lliure de manera productiva a través d'experiències positives que els facin sentir autosuficients (Faílde et al., 2021). Segons els mateixos autors, però, l'edatisme també genera suposicions sobre quins són els comportaments esperats de la persona gran, cosa que influeix en l'estil d'activitats que duen a terme. La influència d'aquestes autoatribucions, altra vegada, crea la profecia autocomplida, que provoca un reforç dels falsos comportaments que ha de dur a terme una persona gran (Faílde et al., 2021).

#### ***4.2.3. Objectiu específic 3: relacionar l'edatisme amb el tracte social negatiu de la societat vers les persones grans.***

L'edatisme interioritzat no només té efectes en la mateixa persona gran, sinó que el tracte provinent de la societat també es troba influenciat pel mateix. En medicina, per exemple, alguns i algunes professionals cauen en l'error de no fer les suficients proves a la persona, ja que pensen que la simptomatologia està relacionada amb l'edat, que consideren fràgil i dèbil (Mello et al., 2018, citats per Faílde et al., 2019). Això, doncs, disminueix els drets socials de la persona gran, ja que l'atenció donada no és la mateixa que se li dona a una persona adulta (Faílde et al., 2019).

Com bé diuen Amezcua i Garcia (2022), en aquesta societat la principal característica que has de tenir per poder aportar alguna cosa és la productivitat: tots tenim un rol assignat per produir uns beneficis socials. En ser una societat capitalista, les persones grans perden la seva funció social, així que la societat, en veure'ls com algú que suposadament no aporta res, respon amb aïllament, maltractament, institucionalització i faltes de respecte (Amico, 2009, citat per Amezcua & Garcia, 2022).

En contraposició a tot el mencionat fins ara està l'estudi de Martínez i Garcia (1994), que conclou que la gent gran considera tenir en un 78,2% dels casos una bona salut. Analitzant, però, la resta d'estudis escollits per aquest treball, els resultats de Martínez i Garcia (1994) són contradictoris. Encara amb això, és interessant tenir-los en compte donat l'any en què es va dur a terme. Seria rellevant en futures investigacions intentar esbrinar si existeix una evolució negativa de l'autopercepció de la persona gran.

Per acabar aquest apartat, és interessant fer ús de l'estudi de Blanche & Fernández (2022). Aquests van decidir realitzar entrevistes a persones grans que formen part de les mobilitzacions del moviment "laioflautas", creat l'any 2011. En ell, pregunten a les mateixes persones grans (que mantenen un alt moviment en el seu dia a dia) sobre certes creences edatistes existents en la nostra cultura. Els resultats són sorprenents, i és que confirmen tot el mencionat fins ara per altres autors i autores: les mateixes persones grans conclouen que la societat té com a requisit que la persona sigui productiva per poder generar beneficis. Una vegada arriba la jubilació, encara que segueixis tenint les capacitats necessàries per ser productiu, el capitalisme passa a veure a la persona com algú que ja no té més vida, apartant-la de la comunitat. Seguint amb les mateixes entrevistes de l'estudi, el sistema promociona la joventut i exclou a les persones que no s'adaptin al model.

Finalment, conclouen que la imatge estereotipada de la gent gran és aquella en la qual la persona, després d'anys de treballar, ara li pertoca ser passiu i rebre una prestació econòmica de l'estat. Fomentar aquesta visió des de la infància provoca que la persona deixi de banda les seves habilitats i capacitats, passant a poc a poc a ser algú passiu que, suposadament, no té res a aportar en la societat, però la realitat no és aquesta.

#### ***4.2.4. Objectiu específic 4: demostrar la importància de presentar una bona autoestima i una correcta autopercepció en el procés d'envelliment***

Com bé hem comentat, a partir d'una edat la persona és capaç d'aplicar-se a ella mateixa totes les idees edatistes que presenta de manera inconscient, iniciant una autocrítica que repercuteix directament en la seva autoestima i l'autopercepció vers l'envelliment. Habitualment aquesta autocrítica ve donada de les falses creences sobre la relació directa entre la vellesa i la fragilitat, donades d'una visió distorsionada que només permet veure el procés d'envelliment com quelcom negatiu (Faílde et al., 2019). Yubero i Larrañaga (1999, citats per Sánchez, 2004) afirmen en relació a aquest aspecte que les idees sobre la tercera i quarta edat danyen al col·lectiu i la seva autoestima, ja

que les persones actuen segons les creences. Per aquest motiu, segons les idees mentals que tinguem, durem a terme uns actes o uns altres (Tiernes, 2014; Mesa-Fernández et al., 2019). Així doncs, si les nostres creences edatistes són que després de la jubilació l'habilitat física disminueix considerablement, anirem molt més en compte quan haguem de moure'ns i evitem l'exercici físic, cosa que repercutirà negativament en la nostra salut.

Seguint l'estudi d'Amezcuia i Garcia (2022), un dels aspectes més interioritzats de la persona gran és la idea de fragilitat mencionada anteriorment, cosa que els fa sentir com una càrrega social, ja que consideren que les seves capacitats no són útils per a l'àmbit comunitari. És a dir, quan s'activen aquells estereotips edatistes interioritzats relacionats amb l'autonomia, les persones creuen que ja no poden dur a terme certes tasques, cosa que els fa perdre el control de l'entorn i, per tant, augmenta la sensació de ser una càrrega (Pedroso et al., 2021). Aquesta sensació de fragilitat i poca utilitat té greus repercussions en l'autoestima de la persona, que alhora provoca simptomatologia depressiva: les persones que es consideren fràgils presenten un nombre més elevat de símptomes (entre el 30% i el 57%) que aquelles que no (12%) (Molés et al., 2019; Pedroso et al., 2021).

És en aquest moment quan cal parlar de l'estudi de González-Domínguez i altres (2018), el qual fa ús de l'instrument IS65C per comprovar el nivell d'autoestigma associat a l'edat en les persones grans. Aquest resulta amb baixos nivells d'autoestigma, però es conclou analitzats els resultats que una possible explicació és que les persones no presenten grans estigmes edatistes, però sí petites creences internalitzades que reforcen totes aquestes falses idees de manera inexplícita.

#### *4.2.4.1. La importància de l'autoestima en el procés d'envelliment*

Abans d'endinsar-nos en observar l'impacte que té el nivell d'autoestima en la tercera i quarta edat, cal fer menció a l'article de Tiernes (2014), que parla sobre la depressió geriàtrica com a expressió extrema d'alteració de l'autoestima. És cert que aquest TFG no està directament relacionat amb la depressió, però donada la informació trobada es considera necessari també fer menció a aquells aspectes que repercuteixen en el benestar de la persona i que poden estar relacionats amb les actituds edatistes. Quan una persona pateix una baixa autoestima, té més probabilitats de caure en depressió. En aquest punt, i donada la franja d'edat en la qual estem treballant, no es poden passar per alt els seus símptomes, que es troben relacionats amb la pèrdua de memòria i el descens en la seva motivació i interès a dur a terme activitats que anteriorment gaudia (Tiernes, 2014). Moltes vegades aquests símptomes són similars a

un inici de demència (Tiernes, 2014), per la qual cosa els i les professionals de la salut, carregats com bé hem dit anteriorment de falses creences edatistes, poden concloure que es tracta d'una demència donada l'edat de la persona, passant per alt l'impacte psicològic negatiu que té l'envelliment a causa de l'edatisme, i que pot estar-li causant depressió.

L'estudi de Sánchez (2004) ens demostra que l'autoestima està correlacionada amb l'edatisme. Per la qual cosa, una major puntuació en creences edatistes interioritzades implica una pitjor autoestima, ja que la persona gran veu l'envelliment com la pitjor fase del cicle vital. Per contra, aquella persona que no presenti actituds i coneixements edatistes veurà l'envelliment com qualsevol altra etapa que no l'atura en el seu procés d'aprenentatge i millora, així que la seva autoestima millorarà.

Val a dir en aquest punt que una bona autoestima no és només un major benestar vers un mateix, sinó que també té efectes directes en la salut (Mesa-Fernández et al., 2019). A través de l'estudi dels mateixos autors, s'observa una retroalimentació entre els diversos aspectes. Una elevada autoestima possibilita una percepció positiva de les pròpies capacitats i millors estratègies d'afrontament (Sánchez, 2004), cosa que millora l'autoeficàcia en motivar a la persona a implicar-se en una tasca, afectant positivament en el resultat (que podria ser, per exemple, l'exercici físic o mantenir una bona alimentació, reduir el consum de tabac i alcohol, etc.).

#### *4.2.4.2. L'impacte de l'autopercepció en el procés d'envelliment*

S'entén com autopercepció la manera que la persona avalua els seus canvis en la tercera i quarta edat, fet directament relacionat amb els prejudicis internalitzats. L'estudi de Connidis (1989) o el de Levy i altres (2002), citats per Sánchez (2004) són un clar exemple del mencionat fins ara. En l'últim, durant vint anys van estudiar la salut de persones de cinquanta anys (acabant l'estudi amb setanta anys) segons l'autopercepció que tenien vers el procés d'envelliment. Els resultats van mostrar un millor estat de salut en aquells que presentaven una actitud positiva. Això també es relaciona amb la depressió (Molés et al., 2019): si l'autopercepció de salut de la persona és bona, els símptomes depressius són nuls, mentre que si es considera que es té una salut dolenta, aquests s'agreugen.

Els resultats de la investigació de Fernández-Ballesteros i altres (2015) demostren les conseqüències de l'edatisme interioritzat en la visió de la persona vers el procés d'envelliment. Per fer-ho, van voler demostrar que aquestes creences afecten en el rendiment de les persones en les tasques de memòria: les persones amb estereotips

positius vers l'envelliment van presentar un millor rendiment en comparació a aquelles que consideraven que per la seva edat no podien dur a terme la tasca correctament.

#### *4.2.4.3. Aspectes personals que agreugen l'edatisme*

Seguint els diversos estudis presentats en aquest TFG, l'impacte de l'edatisme no és igual en totes les persones, sinó que hi ha altres aspectes que cal tenir en compte:

- Nivell d'estudis. Un major nivell educatiu està associat a un menor grau d'estereotips edatistes interioritzats relacionats amb la salut i la personalitat de la persona gran, cosa que permet que la persona tingui una millor autopercepció. Un baix nivell educatiu, en canvi, dona com a resultat un major grau de trastorns depressius, i una pitjor salut i autoestima (Sánchez-Palacios et al., 2009).
- Quant a les variables sociodemogràfiques, l'estudi de González-Domínguez i altres (2018) mostra que les dones tenen un major autoestigma relacionat amb l'edat. Els autors comenten que és possible que això es degui a un doble estigma, un donat per l'edat i l'altre pel fet de ser dona, ja que en aquesta societat els cànons de bellesa femenins són molt estrictes.
- Vers les variables psicosocials, els estigmes internalitzats afecten la qualitat de vida i l'optimisme de la persona (González-Domínguez et al., 2018). Per la qual cosa, i analitzant-ho juntament amb els altres aspectes ja mencionats, l'edatisme interioritzat crea unes expectatives molt negatives vers el propi procés d'envelliment, cosa que provoca que la persona ho observi tot de manera molt negativa, veient cada canvi com quelcom dolent. Això provoca que no s'esforci a mantenir un estil de vida saludable i afecta la qualitat de vida.

#### *4.2.4.4. Conseqüències de l'edatisme vers l'envelliment*

El procés d'envelliment és quelcom inevitable per a tots, però l'actitud vers aquest és vital per determinar-ne el resultat final. Segons l'article de Faílde i altres (2019), i com a mètode per iniciar la conclusió del present apartat, aquelles persones que s'enfrontin als canvis produïts de manera positiva tenen millors estratègies per adaptar-se als esdeveniments vitals, millorant la salut i la longevitat.

Actualment, la jubilació és un dels moments més importants en el cicle vital, i en moltes ocasions serveix a les persones i les administracions per determinar quan comença la tercera edat. Per aquest motiu, la manera d'enfrontar-nos a aquesta determinarà en gran manera com serà el nostre desenvolupament des d'aquell moment. Qui ho considera quelcom positiu, ho veu com un moment de major llibertat i independència, i una gran oportunitat per créixer en diversos àmbits. Qui ho veu negatiu,

en canvi, s'endinsa a un món de dependència i pèrdua total de llibertat (Benavente & Quevedo, 2019). A través del seu estudi, les mateixes autores comparen les conseqüències de presentar una autopercepció sobre l'envelliment positiva o negativa en diversos àmbits:

- Les persones amb una autopercepció positiva vers el seu procés d'envelliment presenten sentiments i experiències d'elevada autonomia i majors propòsits de vida, ja que tenen més clar quins són els objectius que volen assolir i com poden realitzar-ho. Tota aquesta bona autopercepció resulta en una major autoestima, pel fet que s'accepten a ells i elles mateixes des del punt de vista físic, psicològic i social.
- Les persones amb una autopercepció negativa, en canvi, no accepten el procés de jubilació, cosa que deriva a majors sentiments de malestar psicològic donades les seves dificultats per acceptar els canvis. En no acceptar l'etapa vital on es troben, no tenen uns propòsits clars i, per tant, s'estanquen en el seu desenvolupament personal, resultant en una pitjor autoestima i, alhora, en una amenaça en les funcions socials i físiques.

#### **4.3. Propostes de millora adreçades a la professió d'Educació Social**

Els canvis demogràfics i la nova realitat social han provocat una transformació en el cicle vital, provocant que la tercera i quarta edat puguin arribar a ser les etapes més llargues de la vida d'una persona, cosa que mostra la necessitat de redefinir el concepte que es tenia sobre la vellesa (Amezcuia & García, 2022). Aquesta necessitat de reconceptualitzar la idea de persona gran l'observem en diverses contradiccions socials, com les produïdes en ajudes específiques per a la tercera edat, que comencen a vegades als cinquanta-cinc anys i altres als seixanta (Amezcuia & Garcia, 2022).

En un inici, tots els estudis relacionats amb la tercera i quarta edat utilitzaven com a mostra a persones que es trobaven en consultes mèdiques, hospitals i centres psiquiàtrics, per la qual cosa els resultats no representaven a la població general de persones grans, creant així un patró amb trets patològics erronis considerats com a normatius per part de la societat (Lehr, 1980, citat per Sánchez, 2004). Aquestes idees edatistes provoquen canvis en el comportament de la societat vers la gent gran, influint directament en l'autopercepció i l'autoestima de les pròpies persones de manera negativa (Francés & Pelegrina, 1992, citats per Tiernes, 2014).

El mencionat anteriorment formaria part de l'aspecte inconscient del desenvolupament de la persona, però també hi ha aspectes conscients per part de les



persones grans, i és que senten que no són valorades per part dels altres grups socials. Muñoz (2015) ho exemplifica a través del seu estudi, en el qual conclou que un dels adjectius amb els que més identificats se senten les persones grans és la idea de ser poc valorada i estar desemparada. Per aquest motiu, des de l'Educació Social s'ha de buscar una reconducció d'aquesta visió negativa de la vellesa a través del trencament amb els estereotips existents, relacionats amb aquestes antigues i errònies idees. Molés i altres (2019) juntament amb Faílde i altres (2019) demostren en els seus estudis que actualment existeix un desconeixement general vers el procés d'envelliment, però que l'educació vers aquest àmbit permetria assolir una correcta integració social, a més de millorar la satisfacció i autoestima de la persona gran, i les actituds dels altres vers aquestes (Suh et al., 2012, citats per Faílde et al., 2019).

Sobre l'últim fet mencionat, Faílde i altres (2019) expliquen a través de les dades resultants del seu estudi que les actituds vers la gent gran es tornen més negatives amb el temps. Elles mateixes proposen que caldria dissenyar estratègies educatives que fomentessin l'envelliment actiu amb l'objectiu de canviar les actituds de la gent gran fomentant una mirada positiva vers l'etapa vital (European Innovation Partnership on Active and Healthy Ageing, 2015 citat per Faílde et al., 2019). En aquest moment l'Educació Social pot plantejar-se si realment és viable dur a terme aquest estil d'intervencions tenint en compte que la persona porta tota la seva vida amb aquests estereotips edatistes interioritzats. Tiernes (2014) ens diu que sí, és possible provocar un canvi positiu en les persones grans: en el seu estudi va aconseguir eliminar les conductes no desitjades que provenien d'idees edatistes, modificant així els pensaments negatius per aquells positius. Fernández i altres autors (2000, citats per Tiernes, 2014) corroboren la veracitat de l'afirmació en recalcar que l'ús d'estratègies educatives permet erradicar els ideals edatistes, millorant la qualitat de vida, autoestima i autopercepció de la persona, resultant en un envelliment positiu i saludable.

En conseqüència del mencionat podem veure com aquelles actituds més positives de cara al procés d'envelliment tenen conseqüències realment positives en la persona gran. Un dels factors que influeixen més en el benestar de la persona és el fet de tenir un sentit vital, quelcom que li permeti seguir un camí, tenir un objectiu. Des de l'Educació Social hauríem d'assegurar que les persones grans tinguin aquesta orientació vers un futur pròxim, ja que això genera un elevat optimisme vital (Tiernes, 2014).

Una de les orientacions més clares, a banda de treballar per trobar i assolir els objectius personals, és aquella que ens permeti com a professionals assegurar el manteniment de la vida social de la persona. Sánchez (2004) relaciona directament el



benestar i la felicitat amb el grau d'activitats de participació social que duu a terme la persona. Blanche i Fernández (2022), a través de les seves entrevistes, observen com en aquelles persones que participen en el moviment social <<laioflautas>> la sensació de ser percebuts com persones avorrides, distants i molestes eren neutralitzades. Segons comentaven els mateixos i les mateixes participants, el moviment era per a ells i elles una manera de trobar sentit a la vida, cosa que els millorava l'autoestima i els feia sentir útils i necessaris en la societat, reduint els estereotips edatistes entre la gent gran i, alhora, provocar un sentiment de respecte i admiració per part dels altres grups d'edat.

És necessari també treballar per reconceptualitzar la idea de vellesa, per tal que aquesta vagi més enllà de reducció de capacitats funcionals o la pèrdua del rol laboral (Amezcuca & García, 2022). Cal aprofitar aquesta oportunitat per incentivar la visió positiva vers la gent gran, mostrant l'etapa com un moment ple d'oportunitats d'aprenentatge i vivències positives en diversos àmbits, vetllant per assolir un estil de vida prosocial.

Resumint, des de l'Educació Social cal augmentar l'atenció proporcionada a la gent gran i a la seva etapa vital. Cal que l'educador/a social vetlli per l'elaboració d'estudis de qualitat que permetin crear estratègies basades en:

- 1) Augmentar els coneixements sobre el procés d'envelliment en tota la població, trencant amb les barreres edatistes existents que exclouen a la gent gran de la participació social.
- 2) Orientar a la persona gran en el seu procés d'envelliment per mantenir un estil de vida saludable i positiu a través d'actituds positives vers la tercera i quarta edat.
- 3) Dissenyar intervencions educatives que promoguin l'erradicació dels estereotips edatistes des de la infància, alhora que obtinguin una major autoestima i autopercepció de la persona gran.
- 4) Assegurar a través d'estratègies educatives un temps d'oci productiu en la persona gran que li permeti treballar activament les seves habilitats i capacitats, assolint els seus objectius vitals i donant suport al manteniment d'una correcta autoestima i autopercepció.



#### 4.4. Futures línies d'investigació

El motiu pel qual es va iniciar aquesta investigació va ser per promocionar l'estudi i les actuacions vers la millora de l'estat de benestar de les persones grans. A través d'aquest TFG s'ha pogut observar com l'augment de les persones en la tercera i quarta edat és una realitat, per la qual cosa és necessari fer ús de totes les conclusions i línies d'actuació proposades per transportar a la realitat actuacions educatives d'èxit que busquin reduir les conseqüències de l'edatisme. És necessari comentar que hi ha hagut una elevada dificultat en trobar estudis des de l'àmbit de l'Educació Social, així que els esforços haurien de dividir-se entre teòrics i pràctics.

Un dels aspectes que modificaria del present TFG és l'èmfasi vers la figura de l'educador/a social. Sí que és cert que s'ha donat molta importància a les actituds i accions de tota la població, però poc s'ha parlat de l'edatisme existent dins l'Educació Social. Per aquest motiu, es proposa que per a un futur es dugui a terme un estudi a través del qüestionari CENVE (o similar) que permeti conèixer la realitat de l'edatisme en els i les professionals de l'Educació Social, ja que encara que en aquest treball s'hagin plasmat les necessitats i les possibles accions que podria dur a terme el professional, aquestes tindran un major o menor èxit depenent del grau d'edatisme que presenti la persona. És important que les que lluitem contra l'edatisme existent en la societat realment creguem en el que duem a terme, així que abans d'educar a les altres persones cal que ens eduquem a nosaltres mateixos/es.

Es proposa com a futures línies d'investigació l'ús del qüestionari validat en l'article de Goñi i altres (2010) (descartat en el present TFG en no complir els criteris preestablerts). Aquest qüestionari serviria per poder estudiar des de l'Educació Social la influència de l'edatisme en l'autopercepció positiva o negativa del propi procés d'envelliment, cosa que personalment considero realment necessària després del viscut durant la meua estada al Centre Residencial Sanitas com a estudiant en pràctiques. Allí eren moltes les persones usuàries que feien referència a la seva edat per evitar dur a terme certes activitats. En aquell moment, la nostra feina com a professionals era motivar-les a intentar-ho, intentant erradicar els estereotips sobre la persona gran que consideren vertaders i que les atura en diverses ocasions. Es requereix com a futura acció de l'Educació Social crear programes que treballin aquesta reeducació amb una mirada positiva vers la tercera edat, evitant dur a terme activitats que els infantilitzin i que els porti a pensar que són "com nens petits" (dit per una de les usuàries del centre de pràctiques quan feia referència al tipus d'activitats que duen a terme).



Es considera també per tot l'esmentat en el treball que l'Educador/a Social que desitgi erradicar l'edatisme internalitzat en les persones grans ha de treballar en el seu temps d'oci, mostrant-los que la jubilació no implica la fi de la vida i que encara poden complir amb diverses funcions socials. La figura de l'Educador/a Social dins els centres residencials es mou pel temps d'oci de les persones usuàries, per la qual cosa, tenint en compte el mencionat, es recalca la necessitat de centrar les nostres accions en assegurar un temps d'oci positiu que treballi les seves capacitats i habilitats.

El present TFG ha estat format amb la funció principal de sintetitzar els coneixements actuals vers l'edatisme i les seves conseqüències en la gent gran. Vist l'estudi de Martínez i Garcia (1994), el qual mostra que en l'any de la publicació les persones grans presentaven una millor autopercepció, es considera rellevant per a futures investigacions intentar anar més enllà de la síntesi, analitzant l'evolució de l'edatisme per tal d'observar si existeix un agreujament de les seves conseqüències que ha anat augmentant amb els anys.

A més, gràcies als estudis de Muñoz (2015) i De Gracia Blanco i altres (2004), hi ha una gran diferència en l'autopercepció de persones institucionalitzades i no institucionalitzades: les primeres acostumen a sentir-se passives i poc útils, i comenten que presenten una baixa qualitat social. Les altres, en canvi, se senten actives i sociables, però igualment observen una poca valoració per part de la societat. Per tot el mencionat, es considera que els futurs plans d'acció haurien de diferenciar entre les necessitats de cada àmbit per assegurar el seu èxit, millorant així l'autoestima i autopercepció de la persona, cobrint les seves necessitats i reduint les conseqüències de l'edatisme, fomentant la mirada positiva vers l'etapa vital.

## 5. Referències bibliogràfiques

- Adolf Guirao, S. J. (2015). Utilidad y tipos de revisión de literatura. *Ene*, 9(2).  
[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1988-348X2015000200002](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2015000200002)
- Agudo, S. (2008). La educación social y las personas mayores: reconstruyendo identidades. *EDUSO*, 8. <https://eduso.net/res/revista/8/la-intervencion-en-la-educacion-social/la-educacion-social-y-las-personas-mayores-reconstruyendo-identidades>
- Alaphilippe, D. (2008). Evolution de l'estime de soi chez l'adulte âgé. *Psychologie & neuropsychiatrie du vieillissement*, 6(3), 167-176.  
<https://doi.org/10.1684/pnv.2008.0135>
- Amezcu, T., & García, M. (2022). «¿Mayor, yo? ¿Dónde lo pone?» Concepción y atribuciones sociales a la vejez según la autopercepción de las personas mayores del siglo XXI. *RECERCA. Revista De Pensament I Anàlisi*, 27(1), 1–26. <https://doi.org/10.6035/recerca.5778>
- Benavente, M. H., & Quevedo, M. P. (2019). Autopercepción de Salud, Calidad de vida y Bienestar Psicológico en una muestra de mayores. *Revista Española de Comunicación en Salud*, 10(1), 20–29. <https://doi.org/10.20318/recs.2019.3993>
- Blanche, D., & Fernández, M. (2022). (Non-)Politicized Ageism: Exploring the Multiple Identities of Older Activists. *Societies*, 12(2).  
<https://doi.org/10.3390/soc12020040>
- Bustillos, A., Fernández-Ballesteros, R., & Huici, C. (2012). Effects of category label activation about the elderly. *Effects of category label activation about the elderly*, 24(3), 352–357.
- Calatayud, P. (2016). Factores asociados al envejecimiento con éxito [Tesis Doctoral]. *Universitat de València*.



- Cancela, J. M. (2001). Influencia en la autopercepción del estado de salud tras un programa de fortalecimiento muscular en un colectivo de personas mayores de 65 años memoria [Tesis Doctoral]. *Universidad de Coruña*.
- de Gracia Blanco, M., Olmo, J., Arobonès, M., & Bosch, P. (2004). Analysis of self-concept in older adults in different contexts: Validation of the subjective aging perception scale (SAPS). *European Journal of Psychological Assessment*, 20(4), 262–274. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.20.4.262>
- EDUSO. (2013). «Una sociedad inclusiva es aquella que combate el edadismo y promueve una cultura que valora la experiencia». Entre Mayores. [https://www.eduso.net/archivos/13\\_noviembre\\_2013\\_\(educacion\\_social\).pdf](https://www.eduso.net/archivos/13_noviembre_2013_(educacion_social).pdf)
- Faílde, J. M., Dapía, M. D., Vázquez, M. A., & Vázquez, L. (2021). Are Older Adults' Leisure Patterns Consistent with the Active Ageing Model? The Influence of the Ageist Stereotypes. *Social Policy & Society*, 1–22. <https://doi.org/10.1017/S1474746421000221>
- Faílde, J. M., Dapía, M. D., Vázquez, M. A., Ruíz, L., & Vázquez, L. (2019). The perspective of different age groups regarding old age and aging in highly aged contexts. *The Social Science Journal*, 58(1), 77–90. <https://doi.org/10.1016/j.soscij.2019.03.001>
- Fernández, J. L., Parapar, C., & Ruíz, M. (2010). *El envejecimiento de la población*. Lychnos. [https://fgcsic.es/lychnos/es\\_es/articulos/envejecimiento\\_poblacion](https://fgcsic.es/lychnos/es_es/articulos/envejecimiento_poblacion)
- Fernández-Ballesteros, R., Bustillos, A., & Huici, C. (2015). Positive perception of aging and performance in a memory task: compensating for stereotype threat? *Experimental Aging Research*, 41(4), 410–425. <https://doi.org/10.1080/0361073X.2015.1053757>
- Generalitat de Catalunya. (2002). *Llibre blanc de la gent gran activa*. Departament de Benestar Social. <https://www.docsity.com/es/catalunya-libroblanco-ggact-dams/3644891/>



González-Domínguez, S., Muñoz, M., Ausín, B., Castellanos, M. A., & Pérez-Santos,

E. (2018). Age-related self-stigma of people over 65 years old: adaptation of the Internalized Stigma of Mental Illness scale (ISMI) for use in age-related self-stigma (IS65+) in a Spanish sample. *Aging Ment Health*, 22(2), 250–256.

<https://doi.org/10.1080/13607863.2016.1247422>

Goñi, A., Rodríguez, A., & Esnaola, I. (2010). Las autopercepciones físicas en la edad adulta y en la vejez. *Psicothema*, 22(3), 460–467.

Instituto Nacional de Estadística. (s. d.). *Calidad de vida relacionada con la salud en población adulta (problemas de movilidad, autocuidado, actividades cotidianas, dolor o malestar y ansiedad o depresión) según sexo, país de nacimiento y grupo de edad. Población de 15 y más años*. INE.

<https://www.ine.es/jaxi/Datos.htm?path=/t15/p419/a2011/p04/l0/&file=04041.px>

Instituto Nacional de Estadística. (2020). *Valoración del estado de salud percibido en los últimos 12 meses según sexo y grupo de edad*. INE.

[https://www.ine.es/jaxi/Datos.htm?path=/t15/p419/a2017/p04/l0/&file=01001.px  
#!tabs-grafico](https://www.ine.es/jaxi/Datos.htm?path=/t15/p419/a2017/p04/l0/&file=01001.px#!tabs-grafico)

Instituto Nacional de Estadística. (2021). *Población residente por fecha, sexo y edad*.

INE. <https://www.ine.es/jaxiT3/Tabla.htm?t=31304>

Iversen, T., Larsen, L., & Solem, P. (2009). A conceptual analysis of Ageism. *Nordic Psychology*, 61(3), 4–22. <https://doi.org/10.1027/1901-2276.61.3.4>

Jiménez-Alfaro, M. (2015). El envejecimiento y la muerte: un enfoque filosófico. *Phainomenon*, 14(1), 85–94.

<https://revistas.unife.edu.pe/index.php/phainomenon/article/view/110/51>

Levy, S., & Macdonald, J. (2016). Progress on Understanding Ageism. *Journal of Social Issues*, 72(1), 5–25. <https://doi.org/10.1111/josi.12153>

López, M. D. (2011). Ansiedad y depresión en la vejez. *Crítica*, 974.

- Machón, M., Vergara, I., Dorronsoro, M., Vrotsou, K., & Larrañaga, I. (2016). Self-perceived health in functionally independent older people: Associated factors. *BMC Geriatrics*, 16(1). <https://doi.org/10.1186/s12877-016-0239-9>
- Mañós, Q. (1995). El educador social en el ámbito de las personas mayores. *Revista de intervención socioeducativa*, 1, 62–76. <http://hdl.handle.net/11162/29390>
- Marquet, M., Chasteen, A. L., Plaks, J. E., & Balasubramaniam, L. (2019). Understanding the mechanisms underlying the effects of negative age stereotypes and perceived age discrimination on older adults' well-being. *Aging & mental health*, 23(12), 1666–1673. <https://doi.org/10.1080/13607863.2018.1514487>
- Martínez, M., & García, M. (1994). La autopercepción de la salud y el bienestar psicológico como indicador de calidad de vida percibida en la vejez. *Revista de psicología de la salud*, 6(1), 55–75.
- Mesa-Fernández, M., Pérez-Padilla, J., Nunes, C., & Menendez, S. (2019). Psychological well-being in non-dependent active elderly individuals and its relationship with self-esteem and self-efficacy. *Ciencia & Saude Coletiva*, 24(1), 115–124. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018241.35302016>
- Molés, M. P., Esteve, A., Lucas, M. V., & Folch, A. (2019). Factores asociados a la depresión en personas mayores de 75 años de edad en un área urbana. *Enfermería global: Revista electrónica trimestral de enfermería*, 18(3), 58–82. <https://doi.org/10.6018/eglobal.324401>
- Moreno, C. (2016). *CEOMA reclama a la sociedad «el buen trato a las personas mayores»*. [http://ceoma.org/wp-content/uploads/2016/09/19\\_2016.pdf](http://ceoma.org/wp-content/uploads/2016/09/19_2016.pdf)
- Muñoz, R. (2015). Diferencias en la autopercepción entre ancianos institucionalizados y no institucionalizados. *Gerokomos: Revista de la Sociedad Española de Enfermería Geriátrica y Gerontológica*, 26(2), 43–47.
- ONU. (2021a). *El edadismo es un problema mundial*. Naciones Unidas. <https://www.who.int/es/news/item/18-03-2021-ageism-is-a-global-challenge-un>



ONU. (2021b). *Informe mundial sobre el edadismo. Resumen.*

<https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240020504>

Page, M., Moher, D., Bossuyt, P., Boutron, I., Hoffmann, T., Mulrow, C., Shamseer, L., Tetzlaff, J., Akl, E., Brennan, S., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J., Hróbjartsson, A., Lalu, M., Li, T., Loder, E., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., . . . McKenzie, J. (2021). *PRISMA 2020 explanation and elaboration: updated guidance and exemplars for reporting systematic reviews*. Research Methods and Reporting. <https://doi.org/10.1136/bmj.n160>

Pedroso, M. D., Marquez, M., Vara, C., Cabrera, I., Romero, R., & Barrera, S. (2021). Guilt for perceiving oneself as a burden in healthy older adults. Associated factors. *Aging & Mental Health*, 25(12), 2330–2336. <https://doi.org/10.1080/13607863.2020.1822291>

Pérez-Díaz, J., Abellán, A., Aceituno, P., & Ramiro, D. (2020). *Un perfil de las personas mayores en España 2020*. <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/enred-indicadoresbasicos2020.pdf>

Piñeiro, I., Ullauri, M., Rodríguez, S., Regueiro, B., & Estévez, I. (2020). Variables predictoras de la inactividad sexual en las personas mayores. *Anales de Psicología*, 36(3), 512–520. <https://doi.org/10.6018/analesps.36.3.381951>

Piñón, M. (2002). *Los cambios en la red social y en la percepción de la salud durante la jubilación [Tesis]*. Universitat Rovira i Virgili. <https://dialnet-unirioja-es.sabidi.urv.cat/servlet/tesis?codigo=7697>

Rothermund, K., Klusmann, V., Zacher, H. (2021) Age Discrimination in the Context of Motivation and Healthy Aging, *The Journals of Gerontology: Series B*, 76, 167–180, <https://doi.org/10.1093/geronb/gbab081>

Sánchez, C. (2004). *Estereotipos negativos hacia la vejez y su relación con variables sociodemográficas, psicosociales y psicológicas [Tesis]*. Universidad de Málaga. <https://dialnet-unirioja-es.sabidi.urv.cat/servlet/tesis?codigo=17917>



Sánchez-Palacios, C., Trianes-Torres, M., & Blanca-Mena, M. (2008). Negative aging stereotypes and their relation with psychosocial variables in the elderly population. *Arch Gerontol Geriatr*, 48(3), 385–390.

<https://doi.org/10.1016/j.archger.2008.03.007>

Sánchez-Palacios, C., Trianes-Torres, M., & Blanca-Mena, M. (2009). Aging negatives stereotypes and their relationship with sociodemographic variables over 65 elderly. *Revista Española De Geriatria y Gerontologia*, 44(3), 124–129.

<https://doi.org/10.1016/j.regg.2008.12.008>

Sola-Serrabou, M., López, J., & Valero, O. (2019). Effectiveness of Training in the Elderly and its Impact on Health-related Quality of Life. *Apunts Educación Física y Deportes*, 137, 30–42. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2019/3\).137.03](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2019/3).137.03)

Steward, A. (2021) Toward interventions to reduce internalized ageism, *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, DOI:

<https://doi.org/10.1080/10911359.2021.1898516>

Tiernes, C. (2014). *Las creencias de las personas mayores sobre su memoria [Tesis]*. Universidad de Huelva. [https://dialnet-unirioja-](https://dialnet-unirioja-es.sabidi.urv.cat/servlet/tesis?codigo=46362)

[es.sabidi.urv.cat/servlet/tesis?codigo=46362](https://dialnet-unirioja-es.sabidi.urv.cat/servlet/tesis?codigo=46362)

Universitat Rovira i Virgili. (s. f.). *Dialnet*. URV.

[https://cercador.urv.cat/discovery/dbfulldisplay?docid=alma991004594769706715&context=L&vid=34CSUC\\_URV:VU1&lang=ca&adaptor=Local%20Search%20Engine&tab=jsearch\\_slot&query=any\\_contains\\_dialnet&offset=0&databases=any\\_dialnet](https://cercador.urv.cat/discovery/dbfulldisplay?docid=alma991004594769706715&context=L&vid=34CSUC_URV:VU1&lang=ca&adaptor=Local%20Search%20Engine&tab=jsearch_slot&query=any_contains_dialnet&offset=0&databases=any_dialnet)

Vicente-López, J. M. (2011). *Envejecimiento activo, libro blanco*. IMSERSO.

<https://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/80888089libroblancoenv.pdf>



Vives, M. (2015). Les relacions afectivosexuals en la gent gran des de la perspectiva intergeneracional. *Anuari de l'envelliment: Illes Balears*, 123–138.

<https://dialnet-unirioja-es.sabidi.urv.cat/servlet/articulo?codigo=6261470>

Zamora-Iniesta, T., Castell-Gallud, P., Fernández-Fernández, V., Castro-Sáez, M., Vicente-Escudero, J., & López-Soler, C. (2022). Self-perceived and reported mental health in older adults. [Salud mental autopercebida e informada en personas mayores]. *Anales De Psicología*, 38(1), 55–62.

<https://doi.org/10.6018/ANALESPS.479721>