La exclusión social en las personas mayores

Marina Sánchez-Sierra y Pedro Fuentes
Equipo de Estudios de Cáritas Española

Puedes encontrar a Marina en X (antiguo Twitter)

> *¿Qué imagen se nos viene a la cabeza cuando pensamos en personas mayores? ¿Es más ventajoso a nivel de integración social ser mayor o ser joven? En el siguiente texto se analizan las características de las personas mayores en España con especial atención a su posición dentro del espacio de la integración/exclusión social.*

La definición de persona mayor ha evolucionado gracias a muchas y variadas cuestiones, entre las que cabe destacar de manera inequívoca el acceso y los avances sanitarios, pero son también relevantes los cambios dados en el estilo de vida, así como las condiciones en las que se da nuestra existencia, pues no es lo mismo nacer en un país, familia, barrio, clima… o en otro. Sin embargo, de forma global los avances y transformaciones dados han derivado en una esperanza de vida más larga que con frecuencia desdibuja la idea de ser mayor y su correspondencia con la experiencia de serlo.

1. – ¿Es mejor ser joven?

El mercado de empleo tiene como principal característica la precarización: contratos a tiempo parcial, personas que trabajan menos horas de las deseadas, bajo nivel de ingresos y

trabajadores pobres, dificultad de acceso (sea al primer empleo o no), trayectorias interrumpidas… A esto se suma un precio de la vivienda notablemente alto, poco equiparable al nivel de los sueldos, hablemos de propiedad o de alquiler. E introducimos un tercer elemento, el nivel educativo y las trayectorias profesionales de las personas que acceden a esa categoría de *persona mayor*. Son tres cuestiones que están cambiando la **distancia existente entre la juventud y las personas de más edad**: las primeras se ven abocadas a trayectorias vitales sujetas a la improvisación, a experiencias como el *coliving* (anglicismo para referirse a compartir piso que pretende disfrazar que esta manera de vivir a partir de cierta edad responde a un problema estructural que aboca a personas adultas a una precariedad que les impide vivir solas), a retrasar la edad a la que se tiene el primer hijo o hija, a vivir el presente porque el futuro genera altos niveles de ansiedad por la incertidumbre del qué pasará, y a la búsqueda de experiencias porque no es factible adquirir propiedades. Mientras, las segundas, las mayores, se encuentran -y seguimos generalizando- con viviendas en propiedad ya pagadas, pensiones suficientes para vivir, y un estado de salud que les permite gozar de unos buenos años por delante antes de llegar a esa vejez en la que el cuerpo ya nos limita.

Es decir, la imagen que hubo de persona joven y *exitosa* como sinónimo de parte del engranaje de la productividad empresarial frente al anciano o anciana sujeta a una pensión mínima que apenas le da para (sobre)vivir, ha quedado obsoleta.

Así lo vemos al mirar los datos de la Encuesta de Condiciones de Vida (ECV en adelante) del INE para 2023. El Gráfico 1 muestra cómo **a medida que avanza la edad del grupo poblacional observado, aumenta la renta neta media disponible por persona**, alcanzando su máximo entre las personas de 65 y más años.

Gráfico 1. Renta neta media por persona por edad, 2023

Fuente: Elaboración propia a partir de Encuesta de Condiciones de Vida 2023, INE

Se trata de un dato ciertamente positivo para las personas mayores, y que podríamos hacernos pensar, esperanzadas, que a medida que nos hagamos mayores aumentará nuestra renta media. Una mirada más dura, por otro lado, lo que nos muestra es el **empobrecimiento de una población que mira a la jubilación propia como una utopía irrealizable**.

2.- Las diferencias de género

También hemos de mirar a las diferencias por género. Si la esperanza de vida en España es de 83,1 años, hay una diferencia de 5 años entre hombres y mujeres: este valor es de 80,4 años para ellos, frente al 85,6 de ellas (Esperanza de vida al nacer 2022, INE). Un dato ventajoso para las mujeres… ¿o quizá es más complejo?

Efectivamente, no solo es importante el tiempo que nos queda por delante, sino también la calidad de vida que disfrutemos durante ese tiempo. Y si bien es cierto que a los 65 años la esperanza de vida con buena salud es similar en hombres y mujeres (10,7 y 10,3 respectivamente), el porcentaje de años que esperamos vivir con esa buena salud a lo largo de nuestra vida es notablemente menor entre las mujeres: 44,7% de *buena vida* para ellas, 56,5% para ellos. Por tanto, **de media las mujeres ciertamente vivimos más años, pero en general durante más tiempo vivimos peor** en el sentido de que vivimos con limitaciones funcionales y de discapacidad (Mujeres y hombres en España, INE 2022).

Tabla 1. Esperanza de vida y porcentaje de vida en condiciones de buena salud, 2021



[1]Fuente: Esperanza de vida al nacer según sexo 2022, INE

[2]Fuente: Mujeres y hombres en España 2021, INE

En definitiva, **las mujeres esperan vivir proporcionalmente menos años en buenas condiciones**, algo que se corresponde con cómo se sienten ellas. Si a priori podríamos pensar en una reducción lógica que, efectivamente, ellas viven peor los años que les quedan porque les quedan más años de vejez, los datos nos dicen que no se trata únicamente de esto, pues **la diferencia con los hombres en la autopercepción a nivel de salud está presente desde los 15 años** (gráfico 2), aunque sí es cierto que la distancia entre hombres y mujeres se va acentuando de forma más notable a partir de los 65 años.

Gráfico 2. Percepción del estado de salud como Muy bueno / Bueno por género, 2020



Fuente: Encuesta Europea de Salud en España 2020. INE-MSCBS

Las condiciones de vida influyen en cuánto vivamos, pero sobre todo en cómo vivimos. Esos cuerpos femeninos más longevos están también sometidos a más pobreza económica. El reparto tradicional de tareas ha conllevado una menor presencia de las mujeres en el mercado laboral, con las consecuencias que ello ha tenido y las dificultades que siguen teniendo para acceder a este y para hacerlo en las mismas condiciones que ellos. El resultado de estas cuestiones de carácter estructural es una

tasa de riesgo de pobreza para las personas mayores de 65 años que se sitúa de manera desigual entre hombres y mujeres, con valores del 15,8% para ellos y del 20,3% entre ellas, lo que supone una **diferencia porcentual del 25%.**

Tabla 2. Tasa de riesgo de pobreza, 2023



Fuente: Encuesta de Condiciones de Vida de 2023, Instituto Nacional de Estadística

Algo que está en consonancia con la renta media de los hogares según el sexo de la persona de referencia. El siguiente gráfico muestra una visión del cociente de renta anual renta media de los hogares según si este está encabezado por un hombre o por una mujer a lo largo de una década. En él, vemos que **las rentas de los hogares con persona de referencia hombre son superiores a las rentas de aquellos hogares donde la persona de referencia es una mujer**, algo que ocurre de manera generalizada (línea azul oscuro), pero más acusada entre la población de mayor edad, donde **la renta de los hogares encabezados por mujeres de 65 y más años en 2022 suponía el 74% de la renta media de los hogares encabezados hombres** de la misma edad. Además, esa mirada longitudinal muestra cómo en la última década en ningún caso llegaron a acercarse las rentas medias de ambos tipos de hogar.

Gráfico 3. Cociente mujeres respecto a hombres de la renta anual neta media por hogar por edad de la persona de referencia



Fuente: Mujeres y hombres en España a partir de Encuesta de Condiciones de Vida 2022, INE

Por tanto, **tienen peor vejez las mujeres también por factores de tipo estructural** pues, por lo general, presentan en todas las edades tasas más elevadas de pobreza y de exclusión social y, una vez vuelven a la inactividad, cobran pensiones inferiores (Pinazo-Hernandis y Bellegarde, 2018)[1] en el culmen de un ciclo de desigualdad que se perpetúa.

A la vez, los roles de género, las sitúan a **ellas como cuidadoras** (de parejas, ascendentes, descendientes, y de sí mismas) que, con el tiempo y cuando pasan a necesitar ser cuidadas, no es fácil de cambiar, entre otras cosas porque, en cierto modo, pierden una de las principales funciones que culturalmente daban sentido a su vida. Esto, a pesar de la incorporación de la mujer al mercado laboral y de los avances en materia de género, está **lejos de ser revertido**, tanto de facto como en el imaginario social, a pesar de los innegables avances transitados. En el caso de las mujeres, al cuidado de hijos e hijas se suma más tarde el de nietos y nietas, en ocasiones teniendo que compatibilizarlo con el de padres y madres ya nonagenarios que reciben cuidados de mujeres que han superado la edad de jubilación. Y, en el entre tanto, en algún momento se suma el cuidado de esas parejas con menor esperanza de vida.

Y **las tareas de cuidados son complejas y tienen un coste físico y emocional** que se nota especialmente en las mujeres y que revierte en esa salud a la que hacíamos mención anteriormente en un círculo ciertamente vicioso y difícil de romper.

A todo esto, se suma la presión estética del cuerpo (propio y de los dependientes a cargo, que no solo deben estar bien

cuidados sino también parecerlo) y del hogar, una **carga mental** que no desaparece con la edad y, en definitiva, un cansancio para el que muchas veces no se vislumbra una pausa, un descanso, la satisfacción del trabajo bien hecho y, sobre todo, terminado.

3.- Ser mayor en España

Para ofrecer una mirada más exhaustiva de las condiciones de vida de las personas mayores vamos a mirar también al concepto de integración social, compuesto de diferentes dimensiones. Los datos de la EINSFOESSA 2021 (Ayala, Laparra y Rodríguez, 2022)[2] muestran que los niveles de integración son más elevados entre la población de 65 y más años que entre la población general. De hecho, **mientras que el 23,4% de la población española está en situación de exclusión**, sea esta moderada o severa, **son menos de 1 de cada 10 las personas de 65 y más años en exclusión (9,2%)**.

Gráfico 4. Espacios de la exclusión social por edad

Fuente: Elaboración propia a partir de la EINSFOESSA, 2021

Pero las diferentes dimensiones que componen la exclusión también afectan de manera diferenciada según la edad. Así, esa primera *ventaja* que parecen ofrecer los años, no es tal en todas las dimensiones. Un análisis más detallado nos ofrece algunas diferencias muy claras: las personas mayores tienen notablemente menor exclusión en dos espacios de los que ya venimos hablando, el empleo y la vivienda, que preocupan menos

a las personas de más edad porque ya están fuera del mercado de empleo, de un lado, y porque en la mayoría de casos ya tienen solucionada la cuestión habitacional, de otro. Sin embargo, **las dimensiones de educación, política, aislamiento y conflicto social son más excluyentes para ellas**.

Gráfico 5. Exclusión en las diferentes dimensiones según edad



Fuente: Elaboración propia a partir de datos de la EINSFOESSA, 2021

Prestamos atención a la dimensión de la vivienda por su especial relevancia, tanto en el peso que tiene sobre los presupuestos familiares y sus gastos, como por lo que significa para el desarrollo del proyecto vital. Así, los datos del Módulo de Calidad de Vida de la ECV 2023 nos permiten también ver el componente subjetivo de esta cuestión, encontrando que **hay más insatisfacción con la vivienda a menor edad de la persona de referencia del hogar**. Insatisfacción que se entiende de manera general y que puede referirse a diferentes aspectos: tamaño, precio, lugar donde se encuentra, etc. Es importante reseñar que aún en el grupo que más satisfacción muestra, que es el de 65 y más años, hay más de un 10% de personas que siguen sin encontrar en su casa el lugar que les gustaría.

Gráfico 6. Hogares que están satisfechos con su vivienda en cuanto a su tamaño, precio, vecindario, etc. por edad de la persona de referencia



Fuente: Elaboración propia a partir de Encuesta de Condiciones de Vida 2023, INE

Tal y como señala el informe Análisis y Perspectivas de 2023, **entre 2015 y 2022 el precio de la vivienda ha aumentado un 51%; un 74% en el caso de la vivienda nueva**. La misma vivienda que, nueva, en 2015 costaría 100.000€, en las mismas condiciones en el año 2022 tendría un precio de 174.000€[3]. Cabe pensar, pues, que el precio es uno de los elementos que dificultan el acceso a la vivienda y que, por ende, puede estar produciendo insatisfacción, bien por la imposibilidad de acceso, bien porque las posibilidades de gasto para la vivienda no son suficientes para adquirir una casa que cumpla los requisitos que una familia requiere y/o desea.

4.- La participación social y política de las personas mayores

El estudio cualitativo sobre la situación de las personas mayores en la provincia de Salamanca realizado por la Cáritas Diocesana de dicha diócesis en 2022[4] refleja, desde una perspectiva cualitativa, la diferente participación de las personas mayores en actividades socio-culturales. Residentes de zonas rurales indicaban que hay **poca oferta** para ellos y ellas y, no solo eso, sino que muchas veces **se inician actividades, pero estas no mantienen su continuidad en el tiempo**. Por su parte, las personas con un menor nivel de ingresos señalaban cómo los precios eran un hándicap para poder participar, incluso aunque fueran simbólicos, cuando sí existían actividades. En definitiva, **la búsqueda de rentabilidad es lo que genera que estas actividades terminen por considerarse o ser no sostenibles**.

No obstante, es importante señalar algo de lo que comentan en

uno de los grupos de discusión llevados a cabo: *Llevaba con el cartel de una excursión dos meses y medio, no se me había apuntado nadie, gracias a un patrocinador lo he sacado gratuito, y se han apuntado por eso, porque pagando no iba nadie, y se han apuntado 18, en un autocar de 50* (GD7.3)[5]. Aquí vemos cómo, por un lado, el **hacer la actividad gratuita ha supuesto un incentivo a la participación, pero**, a la vez, **el nivel de participación sigue siendo bajo**. No podemos valorar solo con esta información, pero sí debe hacernos reflexionar. Vivimos en **una sociedad que no mira a la vejez desde su potencialidad, sino que más bien la niega** –desde la ironía que supone no mirar y, por ende, cuidar el lugar al que llegaremos si tenemos éxito vital a nivel biológico, es decir, si no morimos antes. Por tanto, aunque existen espacios y actividades diseñados solo para la participación de los mayores, cabe preguntarse si se elaboran y piensan desde su propia mirada: ¿qué quieren? ¿qué les motivaría a una mayor participación? ¿contrastan las respuestas a estas preguntas con los modelos de ocio o acompañamiento que se les ofrecen? Y, por último, pero no menos importante: ¿son suficientes?

Y cabe una reflexión adicional: ¿hasta qué punto es necesario que se diseñen y lleven a cabo actividades *específicas* para personas mayores? ¿No contribuye esto a su aislamiento social, no intra, pero sí intergeneracional? **¿Acaso no cabría pensar en hacer inclusivos espacios generalistas para personas adultas, también?** E, incluso, buscar la mezcla intergeneracional que favorezca a personas de diferentes edades, reconociendo así que las personas mayores pueden aportar a quienes son más jóvenes.

En cuanto a la participación política, si miramos el siguiente gráfico vemos en el barómetro de julio de 2024 del CIS que de forma generalizada **la probabilidad de voto aumenta a medida que lo hace la edad**, si bien en el último grupo etario, 75 o más años, las personas que aseguran que si mañana hubiera elecciones irían a votar desciende. Aun así, su participación

seguiría siendo mayor que la de las personas de hasta 54 años. Esto nos habla de la **implicación de las personas de más edad en el proceso electoral**.

Gráfico 7. Probabilidad de que fuera a votar si hubiera elecciones mañana 2024, según edad



Fuente: Elaboración propia a partir del Barómetro de julio 2024, CIS

Así lo confirma también el hecho de que **la participación electoral es más elevada a medida que aumenta la edad**, si bien no hay diferencias significativas a partir de los 55 años. En las elecciones generales de julio de 2023 declaran haber ido a votar más del 85% de las personas de 65 y más años. La abstención, por el contrario, es un fenómeno más extendido entre el electorado de menos de 55 años.

Gráfico 8. Votó o no votó en las elecciones de julio de 2023, por edad



Fuente: Elaboración propia a partir del Barómetro de julio 2024, CIS

No obstante, no podemos olvidar que la participación política, ir a ejercer el derecho al voto cada cuatro años, no es un indicador en sí mismo de integración política.

5.- Afrontar la soledad

La soledad es un problema social cada vez más acuciante que ya ha comenzado a estudiarse entre las personas mayores, aunque no solo. En parte este fenómeno está relacionado con el hecho de vivir sin compañía, lo que ocurre en el caso del 25,3% de personas de 65 y más años según la Encuesta sobre relaciones sociales y afectivas pospandemia (III) del CIS (marzo, 2023).

No obstante, **debemos diferenciar entre soledad y aislamiento, siendo la primera una cuestión de carácter subjetivo y, el segundo, una cuestión más fácilmente medible**. Esto es, la soledad es el sentimiento y el aislamiento el hecho de no tener contactos sociales para hacer diversas actividades en compañía.

Según Álvarez (1996)[6], la soledad alude a *un estado psicológico que sucede a consecuencia de pérdidas en el sistema de soporte individual, disminución de la participación de las actividades dentro de la sociedad a la que pertenece y sensación de fracaso en su vida*. En el caso de las personas de más edad, la **pérdida de relaciones** (sistema de soporte individual) **puede darse como proceso propio del envejecimiento**, a medida que algunas de las personas cercanas van falleciendo, o puede ocurrir que algo a simple vista tan ínfimo como las barreras arquitectónicas en el hogar (la falta de un ascensor, sin ir más lejos) impidan a la persona poder **salir al exterior y socializar**. Pero también pueden deberse al hecho de vivir lejos de la familia, por ejemplo, o a la sensación de que ante la vulnerabilidad propia no se cuenta con apoyos suficientes para ser cuidado/a, sin olvidarnos de cómo lo digital se ha convertido en un mundo y una sociedad más en la que parece que hay que estar para existir, y que queda lejos a tantas personas mayores.

Un elemento importante es el fallecimiento del cónyuge quien, en última instancia, sigue siendo conviviente y acompañante. A

raíz de esto puede presentarse un **duelo inhibido o crónico**, que según Gramlich (Rodríguez y Castro, 2019:131)[7] *es común en el anciano y representa la raíz de numerosos síntomas psicológicos y sociales*.

En datos, **casi el 70% de las personas mayores experimentan sentimientos de soledad de distinta intensidad** (Yanguas *et al.*, 2020)[8], de los cuales el 14,8% incluso soledad grave o muy grave. **Para las mujeres tiene más impacto la soledad emocional**, aquella que se siente por falta de apoyos y derivada de sentimientos de abandono o vacío, mientras que **para los hombres tiene más peso la soledad social**, es decir, aquella más vinculada a la carencia de amistades.

Efectivamente, en el siguiente gráfico vemos cómo al agrupar las respuestas de las personas que dicen sentirse solas siempre o casi siempre por edades, la soledad es notablemente más alta en las personas de más edad.

Gráfico 9. Personas de 16 y más años que se sientes solas siempre o casi siempre por edad, 2022

Fuente: Encuesta de Condiciones de Vida, Módulo Calidad de vida 2022, INE

Es importante, en cualquier caso, no caer en una visión simplista que nos haga pensar que las personas mayores están *bien* porque sufren menos situaciones de exclusión social. De hecho, que estén comparativamente mejor o peor que la población general al mirar porcentajes no es determinante por sí mismo, pues **mientras haya personas, cualesquiera que sean sus características sociodemográficas, en situación de exclusión, no hay un estar bien**, o estar mejor, pues seguimos

teniendo trabajo por delante como sociedad para lograr integrar a esas partes que están quedando fuera, descuidadas.

Notas:

[1] Pinazo-Hernandis, S. y Bellegarde, M. D. *La soledad de las personas mayores. Conceptualización, valoración e intervención*. Fundación Pilares, 2018. Disponible en: https://www.euskadi.eus/contenidos/documentacion/doc_sosa_soledad_mayores/eu_def/fpilares-estudio05-SoledadPersonasMayores-Web.pdf

2 Ayala, L., Laparra, M. y Rodríguez, G. (coods.). *Evolución de la cohesión social y consecuencias de la covid-19 en España.* Madrid: Fundación FOESSA y Cáritas Española, 2022.

[3] Fundación FOESSA. *Análisis y Perspectivas 2023. Ingresos y gastos: Una ecuación que condiciona nuestra calidad de vida*. Madrid: Fundación FOESSA y Cáritas Española, 2023. Disponible en: https://www.caritas.es/producto/ingresos-y-gastos-una-ecuacion-que-condiciona-nuestra-calidad-de-vida/

4 [y 5] Observatorio de la Realidad de Cáritas Diocesana de Salamanca. *La situación de las personas mayores*. Salamanca: Cáritas Diocesana de Salamanca, 2022. Disponible en: https://www.caritasalamanca.org/wp-content/uploads/2023/03/INFORME-Mayores-Caritas.pdf

[6] Álvarez, E. A. "La amistad en la edad avanzada". *Geriátrika*, 12/6, 1996; p.51.

7 Rodríguez, E. y Castro, C. "Soledad y aislamiento, barreras y condicionamientos en el ámbito de las personas mayores en España", *Ehquidad,* N12, 2019; págs. 127-154. Disponible en: https://www.proquest.com/openview/4d0bb3ebe15193f24f67efb3f937

0f83/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2050632

8 Yanguas, J., M. Pérez-Salanova, M.D. Puga, F. Tarazona, A. Losada, M. Márquez, M. Pedroso y S. Pinazo. *El reto de la soledad en las personas mayores*. Barcelona: Fundación Bancaria ”la Caixa”, 2020.

Septiembre 2024