



La representación discursiva del edadismo en relatos de personas mayores. Los Centros de Vida Activa como espacios relacionales en la ciudad

The discursive representation of ageism in narratives of older people. Active Life Centers as relational spaces in the city

Raquel Martínez Sanz, Juan M^a Prieto Lobato, Álvaro Elices Acero
Universidad de Valladolid, España

KEYWORDS

Active life center
Active aging
Ageism
Older people
Stereotypes of aging
Unwanted loneliness

ABSTRACT

This study analyzes the frames of ageism in the narratives of people over 65 and explores the relational and welfare role of Active Life Centers in the city. A qualitative and exploratory methodology was applied, which included seven discussion groups with older adults who are regular users of senior center in the city of Valladolid and several semi-structured interviews with the managers of these centers, with the aim of combining personal testimony with professional experience. Participants acknowledge suffering occasional but recurring mistreatment through interactions marked by indifference or contempt in their relationship with institutions. Their narratives refute many of the stereotypes of ageism by showing continuous daily activity, a clear enthusiasm for learning, and a desire to socialize that they are able to develop thanks to the neighborhood Active Life Center. Managers confirm the key role of these spaces in establishing support networks and strengthening the sense of belonging. With this research, we contribute to the WHO's call for scientific evidence to inform future strategies to prevent and combat ageism.

PALABRAS CLAVE

Centro de Vida Activa
Edadismo
Envejecimiento activo
Estereotipos de la vejez
Personas mayores
Soledad no deseada

RESUMEN

Este estudio analiza los marcos del edadismo en el relato de personas mayores de 65 años y explora el papel relacional y de bienestar que desempeñan los Centros de Vida Activa en la ciudad. Se aplica una metodología de enfoque cualitativo y carácter exploratorio que incluyó la realización de 7 grupos de discusión con personas mayores, usuarias habituales de los centros de personas mayores de la ciudad de Valladolid, y de varias entrevistas semiestructuradas al personal directivo de estos centros, con el objetivo de aunar el testimonio personal con la experiencia profesional. Los participantes reconocieron sufrir prácticas de maltrato puntuales, pero recurrentes en su tipología, a través de interacciones marcadas por la indiferencia o el desprecio en su relación con las instituciones. Sus relatos desmontan muchos de los estereotipos propios del edadismo al mostrar una actividad diaria continuada; un claro afán por aprender; y un deseo de socializar que logran desarrollar gracias al Centro de Vida Activa del barrio. El personal directivo confirma el papel nuclear de estos espacios para establecer redes de apoyo y reforzar el sentido de pertenencia. Con este trabajo contribuimos a la petición lanzada por la OMS de aportar resultados científicos que fundamenten futuras estrategias para prevenir y combatir el edadismo.

RECIBIDO: 01/02/2026
ACEPTADO: 27/04/2026

Cómo citar este artículo / Referencia normalizada: (Norma APA 7^a)

Martínez Sanz, R. Prieto Lobato, J.M., Elices Acero, Á. (2026). La representación discursiva del edadismo en relatos de personas mayores. Los Centros de Vida Activa como espacios relacionales en la ciudad. *Prisma Social revista de ciencias sociales*, 54, 197-212. <https://doi.org/10.65598/rps.6025>

1. Introducción

“Es más fácil desintegrar un átomo que un prejuicio”. Esta célebre frase atribuida a Albert Einstein da cuenta de la dificultad para eliminar falsas creencias, especialmente aquellas que tienen un fuerte arraigo social como es el edadismo (Martínez-Molina et al., 2025). Este fenómeno representa los prejuicios hacia las personas mayores por su edad cronológica o por la percepción de su condición de mayores (Iversen et al., 2009). La Organización Mundial de la Salud alerta del progresivo avance del edadismo y de cómo devalúa a las personas mayores generando un daño en su salud, tanto física como emocional (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2021).

Esta situación enfrenta una gran paradoja, especialmente acuciante en Europa: el aumento constante del envejecimiento de su población. Se estima que en 2050, y de mantenerse la tendencia de los últimos años, el 30% de la población española tendrá más de 65 años (Instituto Nacional de Estadística [INE], 2024). Urge, por tanto, trabajar en la configuración de ciudades no solo accesibles, sino socialmente responsables (Monteagudo, 2025). La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2024) apuesta por integrar la alfabetización mediática e informacional (AMI) a este modelo de ciudad, con el fin de garantizar que la ciudadanía tenga las capacidades necesarias para evaluar y producir información crítica, ética y responsable. En consecuencia, las personas están llamadas a desarrollar un papel activo en la construcción tanto del espacio urbano que habitan como de los ecosistemas informativos que lo atraviesan (Chibás-Ortiz y Novomisky, 2022; Gómez et al., 2024). Estudios recientes demuestran el menosprecio de los medios de comunicación y de las plataformas digitales por todo lo que rodea a la vejez (Bravo-Segal, 2018; Fañanás-Biescas e Iñiesta-Alemán, 2023) abogando, sus autores, por una representación de las personas mayores que dignifique y valore sus capacidades.

El envejecimiento es un proceso natural e irreversible y que, aun siendo universal, no es uniforme. Está demostrado que la forma en la que envejecemos depende de múltiples factores tanto físicos como del entorno social (Ayalon et al., 2019). El edadismo supone un marco de interpretación contrario al envejecimiento saludable ya que restringe la realidad, la unifica y, lo que es más grave, fuerza un comportamiento estandarizado que cuando no se cumple genera frustración, aislamiento e, incluso, depresión (Martínez-Molina et al., 2025). Identificar y analizar los prejuicios y los discursos que los acompañan resulta clave para transformarlos (OMS, 2021). Sin embargo, no es frecuente que en las investigaciones sobre envejecimiento se contemple la voz de las personas mayores. Este grupo etario suele aparecer como objeto a investigar y no tanto como agente activo que implique su participación en la investigación aportando su propia visión (Rodríguez et al., 2018).

En este contexto, la presente investigación tiene como objetivo principal analizar los marcos del edadismo en los relatos de personas mayores de 65 años, priorizando sus experiencias y significados. Para ello, se adopta el concepto de marco entendido como un modelo mental socialmente construido y susceptible de ser inferido a través del lenguaje (Van Dijk, 2012). Con este enfoque, se busca contribuir al conocimiento de los estereotipos que afectan a este grupo etario, otorgando centralidad a las voces de quienes los experimentan. Asimismo, se pretende indagar en el papel relacional de los Centros de Vida Activa para personas mayores y su contribución al modelo de ciudad AMI.

2. Marco teórico

Edadismo: delimitación del fenómeno y papel de los medios de comunicación

El edadismo se define de forma ampliamente aceptada como un fenómeno social complejo que integra actitudes (estereotipos y creencias), emociones (prejuicios) y conductas (discriminación) basadas en la edad (Ayalon et al., 2019). Estas manifestaciones pueden producirse de manera explícita o implícita y adoptar tanto formas negativas como aparentemente positivas. El edadismo opera de forma simultánea en distintos niveles interrelacionados: el micro (intrapersonal), el meso (relacional e intergrupal) y el macro (institucional y cultural). El nivel meso desempeña un papel

central al articular la traducción de creencias individuales en prácticas sociales y, a su vez, la interiorización de normas y discursos estructurales en la experiencia cotidiana (Ayalon et al., 2019; Iversen et al., 2009).

Desde la psicología social, la edad ha sido identificada como una categoría perceptiva primaria, comparable al género o la raza, que se activa de forma automática en los procesos de formación de impresiones. Este carácter inmediato contribuye a explicar por qué el edadismo suele pasar más desapercibido, recibe menor sanción social y se encuentra más normalizado que otras formas de discriminación. Esta tolerancia social facilita su institucionalización a través de políticas, normas o prácticas sociales que, sin embargo, no siempre son reconocidas explícitamente como discriminatorias (Nelson, 2005).

La segregación etaria y la escasez de relaciones intergeneracionales significativas refuerzan la división simbólica entre un “nosotros” y un “ellos”, intensificando los procesos de estereotipación y exclusión. Aunque el edadismo puede dirigirse a cualquier grupo etario, la literatura especializada coincide en señalar que las personas mayores constituyen el colectivo prioritariamente afectado, con consecuencias especialmente graves en términos de salud, bienestar y calidad de vida (Iversen et al., 2009).

En coherencia con su carácter multinivel, los determinantes del edadismo incluyen factores individuales, como la ansiedad ante el envejecimiento o el miedo a la muerte, dinámicas relacionales asociadas a entornos socialmente segregados por edad que restringen el contacto intergeneracional y consolidan estereotipos, y componentes estructurales vinculados a normativas y políticas públicas que pueden perpetuar la discriminación por edad. En consecuencia, las intervenciones más eficaces combinan transformación cultural, promoción del contacto intergeneracional y revisión de las formas institucionalizadas de edadismo (Marques et al., 2020).

Las consecuencias del edadismo sobre la salud han sido ampliamente documentadas. Por ejemplo, el metaanálisis de Chang et al. (2020) muestra que este fenómeno afecta a las personas mayores tanto a nivel estructural (inadecuación de las atenciones sanitarias o discriminación en la priorización de recursos) como individual, debido a que la interiorización de creencias negativas sobre la edad repercute negativamente en el bienestar psicológico determinando la aparición de problemáticas como la ansiedad e, incluso, la depresión. Ante ello, determinados factores como la actitud optimista o el orgullo identitario, las relaciones sociales e intergeneracionales significativas o la introducción de un enfoque político respetuoso con las diferencias etarias, pueden contribuir a paliar los efectos negativos sobre las personas mayores (Kang y Kim, 2022).

Por otra parte, el ecosistema digital contemporáneo introduce nuevos vectores de riesgo para la reproducción del edadismo. Investigaciones recientes alertan de la escasa atención prestada a la discriminación por edad en el desarrollo de la inteligencia artificial, más aún si tenemos en cuenta que los sistemas algorítmicos se entrenan a partir de datos que incorporan sesgos sociales preexistentes y pueden reproducirlos o amplificarlos. Por ello, la exclusión de las personas mayores de los procesos de diseño y evaluación tecnológica genera dinámicas circulares en las que los prejuicios sociales y algorítmicos se retroalimentan (Chu et al., 2022).

En tanto que fenómeno social, la reproducción del edadismo no se circunscribe al desarrollo de la inteligencia artificial, sino que también está presente en los procesos de comunicación pública tradicionales e innovadores. Así, los medios de comunicación y los entornos digitales desempeñan un papel central en la construcción simbólica del envejecimiento, al producir y difundir representaciones que influyen directamente en la percepción social de este grupo etario. Desde una perspectiva comunicacional, la forma en que se nombra o visibiliza a las personas mayores determina la consolidación de estereotipos y jerarquías basadas en la edad, así como la imagen social sobre el papel que ocupan estas personas en la esfera pública. En esta línea, diversos trabajos han señalado cómo los productos mediáticos tienden a asociar el envejecimiento con la decrepitud, la improductividad o la dependencia, lo que refuerza la imagen de las personas mayores como una carga económica o un colectivo pasivo y homogéneo, invisibilizando la diversidad de trayectorias vitales y su intensa contribución social (Guarinos y Medina, 2023).

Estudios como el de Bravo-Segal (2018) han evidenciado cómo el tratamiento informativo de las personas mayores en medios de comunicación digital, tanto en España como en América Latina,

tiende a aplicar una representación estereotipada, una terminología reduccionista y enfoques sensacionalistas, peyorativos y gerontofóbicos. Además, es frecuente que los medios de comunicación hablen sobre las personas mayores sin contar con ellas, silenciando así su voz. Estas prácticas discursivas, a menudo naturalizadas, fueron interpretadas por la autora como una forma de maltrato discursivo o de violencia simbólica. Este maltrato discursivo se vio intensificado con la pandemia del Covid-19, en la que el discurso mediático se focalizó en las personas mayores como víctimas prioritarias y contribuyó a su representación como personas vulnerables y débiles. Frente a esta situación, resulta imprescindible promover entornos comunicativos más éticos, críticos e inclusivos, capaces de cuestionar los marcos dominantes y favorecer una representación positiva del envejecimiento.

Ciudades AMI y edadismo

El concepto de Ciudades de Alfabetización Mediática e Informativa (Ciudades AMI) surge en el marco de la UNESCO como respuesta a los desafíos sociales, culturales y democráticos asociados a los actuales ecosistemas de información. Una Ciudad AMI se define como un territorio urbano o comunidad local que integra de manera transversal la alfabetización mediática e informativa en los espacios físicos y virtuales de la ciudad, en las políticas públicas y en la vida cotidiana de la ciudadanía, mediante la colaboración entre gobiernos locales, sistemas educativos, sector privado y sociedad civil. Su objetivo es empoderar a las personas con pensamiento crítico, garantizar el derecho a la información y la libertad de expresión, y promover la inclusión y el desarrollo urbano sostenible (UNESCO, 2024).

Este enfoque se apoya en una concepción amplia de la alfabetización mediática e informativa, entendida no solo como adquisición de competencias técnicas, sino como un proceso educativo permanente orientado a capacitar a la ciudadanía para acceder, evaluar y producir información de manera crítica, ética y responsable. En este sentido, las Ciudades AMI no se caracterizan por un uso intensivo de la tecnología, rasgo distintivo de las *Smart Cities*, sino por la utilización creativa y responsable de los recursos disponibles, reforzando la participación ciudadana y el valor social de la información como bien público (Lebrusán, 2025). Por tanto, y frente a enfoques prioritariamente centrados en el desarrollo tecnológico, las Ciudades AMI sitúan a la ciudadanía como agente activo en la construcción del espacio urbano y de los ecosistemas informativos que lo atraviesan (Chibás-Ortiz y Novomisky, 2022; Gómez et al., 2024).

Las directrices de la UNESCO subrayan el carácter flexible y adaptable del modelo, aplicable tanto a grandes áreas metropolitanas como a municipios de menor tamaño o a entornos específicos dentro de una ciudad. La integración del modelo se plantea de forma transversal en ámbitos como la educación, la cultura, la salud, el transporte o los espacios comunitarios, apoyándose en la cooperación entre actores institucionales y sociales. De este modo, las Ciudades AMI promueven entornos urbanos más inclusivos, seguros y respetuosos, alineándose así con los Objetivos de Desarrollo Sostenible y con una concepción de la ciudad centrada en las personas (UNESCO, 2024).

El modelo de las Ciudades AMI ofrece un marco especialmente adecuado para abordar el edadismo como una forma de discriminación que se construye y reproduce en los ecosistemas relacionales y comunicativos. Frente a los enfoques que reducen la discriminación por edad a actitudes individuales, el modelo AMI permite situar el edadismo en el entramado de prácticas, discursos y barreras culturales que condicionan la participación social y el acceso universal y equitativo a la información de calidad (Marta-Lazo et al., 2025). Así, las ciudades AMI se conciben como espacios que buscan superar las barreras culturales —factores simbólicos y expresivos— y comunicativas que dificultan la interacción, el reconocimiento o la convivencia entre grupos diversos y que determinan no solo la discriminación por edad, sino también por razones de discapacidad, género u origen social (Rodríguez, 2021).

El enfoque AMI subraya la importancia de crear entornos urbanos inclusivos que favorezcan la participación activa de la ciudadanía en todas las etapas del ciclo vital, lo cual es especialmente relevante si tenemos en cuenta que el edadismo no solo constituye un problema de representación de las personas mayores, sino también un producto de las oportunidades de interacción y

participación social que ofrece el entorno (Lebrusán, 2025). En este sentido, la alfabetización mediática e informacional no solo contribuye a desmontar las narrativas que presentan a las personas mayores como sujetos pasivos o dependientes, sino que ofrece espacios de participación y visibilización que las sitúa en el marco de la ciudadanía activa (Del Barrio et al., 2018).

Los Centros de Vida Activa: ¿un recurso urbano frente al edadismo?

Los Centros de Vida Activa (en adelante, CVA) constituyen recursos municipales de la ciudad de Valladolid destinados a promover la autonomía y el bienestar de las personas mayores. En la actualidad, existe una red de 12 centros distribuidos por la ciudad, cuya actividad se orienta a impulsar el envejecimiento activo, fomentar la participación social y garantizar el aprendizaje a lo largo de la vida. Para ello, desarrollan actividades socioculturales, recreativas y de ocio activo, así como acciones formativas, encuentros intergeneracionales y programas de promoción de la salud, configurándose como enclaves comunitarios que favorecen el envejecimiento activo y saludable (Torrecilla, 2024; García et al., 2026).

Un rasgo especialmente relevante de estos centros es que su organización propicia la participación activa de las propias personas mayores en la gobernanza interna, a través de órganos como los Consejos de Centro, en los que se canalizan propuestas, se toman decisiones sobre la programación de actividades y se refuerza el compromiso comunitario. Asimismo, la dinámica de estos recursos no solo contribuye a posibilitar la participación interna, sino también a posibilitar la interacción social, a visibilizar al colectivo en el exterior de los centros y a subrayar su contribución al bienestar comunitario y al desarrollo social (Martín, 2025).

En consecuencia, su funcionamiento resulta coherente con los principios del modelo AMI, en tanto que promueven entornos de aprendizaje permanente y participativos a la vez que ofrecen oportunidades para cuestionar los estereotipos asociados a la edad a través de las relaciones con el entorno y la implicación comunitaria. Además, desde una dimensión comunicativa, la actividad de los centros sitúa a las personas mayores como protagonistas y las otorga voz, lo que implica una oportunidad tangible para minimizar el fenómeno del edadismo.

3. Metodología

El objetivo principal de esta investigación es representar los marcos del edadismo hacia las personas mayores a través de sus relatos, así como explorar el papel relacional que desempeñan los CVA como espacios con potencial para impulsar el modelo de ciudad AMI.

Tomando como referencia el planteamiento del *Informe Mundial sobre Edadismo* elaborado por la OMS (2021) donde se evalúa el edadismo institucional e interpersonal, se generan las siguientes preguntas de investigación:

- ¿Cuáles son los marcos (Van Dijk, 2012) que representan el edadismo hacia las personas mayores?
- ¿Son las personas mayores conscientes de sufrir algún tipo de discriminación o maltrato en su relación con el entorno por su condición?
- ¿Qué papel desempeñan los CVA en su vida diaria?
- ¿Cómo se vinculan los CVA con el modelo de ciudad AMI?

Esta iniciativa se enmarca dentro de un proyecto financiado por el Vicerrectorado de Innovación Docente y Transformación Digital de la Universidad de Valladolid donde profesorado de las áreas de Trabajo Social y Servicios Sociales y de Periodismo, entre otras, junto a alumnado y personal técnico, combaten la estigmatización de las personas mayores, a través de prácticas que incluyen a este colectivo en el diagnóstico y diseño de intervenciones (Prieto-Lobato et al., 2023; Elices et al., 2025). En el proyecto participa como colaborador sociocomunitario la Concejalía de Personas Mayores, Familia y Servicios Sociales del Consistorio del que depende la gestión de los CVA en la ciudad. Estos centros son dispositivos formales para el fomento del envejecimiento activo y saludable que se caracterizan por una filosofía, organización y funcionamiento que les diferencia de otros centros de similar naturaleza que existen en otras localidades. Esta

circunstancia, su dependencia exclusivamente municipal y su peculiar organización, explican la selección geográfica de los centros incluidos en el estudio, todos ellos en la ciudad de Valladolid.

Para dar respuesta a las preguntas de investigación, el estudio siguió un enfoque cualitativo de carácter exploratorio con el que indagar en el significado que las experiencias vividas tuvieron para los participantes del estudio. El proceso incluyó la identificación de temas clave, su organización en marcos predefinidos y la selección de las palabras o frases que mejor describieron las particularidades de la experiencia (Corbin y Strauss, 2012).

Se aplica la técnica del grupo de discusión y de la entrevista semiestructurada: la primera con el colectivo objeto de estudio, las personas mayores de 65 años, y la segunda sobre el personal directivo de los CVA que participaron en el proyecto. La combinación de técnicas y colectivos responde al interés por complementar el testimonio personal con la experiencia profesional y por reforzar metodológicamente el estudio. A través de la triangulación metodológica se aspira a contrarrestar las limitaciones y subjetividades que podrían derivarse de la aplicación aislada de las técnicas elegidas.

Con el grupo de discusión se recoge la percepción de un fenómeno por medio del debate entre un grupo de personas. Los datos, por tanto, se generan mediante la interacción entre los participantes en una reunión grupal. Estos presentan sus propios puntos de vista y experiencias, pero también escuchan al resto, reflexionan sobre lo que se dice y, con todo ello, consideran su propio punto de vista (Álvarez-Gayou, 2003). Esta técnica resulta congruente con el enfoque de nuestra investigación porque posibilita una conducción más sistemática de la discusión mediante un guion de preguntas previamente definido, así como la obtención de respuestas sinérgicas y susceptibles de contraste. Estas características fundamentan su pertinencia para el análisis de un fenómeno como es el de los estereotipos, al implicar significados, creencias y comportamientos compartidos.

Atendiendo a las particularidades del edadismo en personas mayores y el mal/buen trato hacia ellos, se diseña la discusión tomando como referencia los trabajos de Bravo-Segal (2018) y Pavez et al. (2023). Las líneas de debate que se desarrollaron en los encuentros fueron: autopercepción, lazos relacionales, representación en medios y participación en el CVA.

Los participantes de los grupos de discusión fueron reclutados mediante carteles informativos colocados en los CVA y el aviso oral de los directores. Se aplicó un criterio de muestreo intencional, pues todo aquel que, cumpliendo con los requisitos -mayor de 65 años y usuario en algún CVA de la ciudad- se propuso como voluntario para participar, lo pudo hacer. Se llevaron a cabo 7 grupos de discusión con 45 participantes en total (64,4% mujeres y 35,6% hombres) que, de manera voluntaria, y tras exponerles el sentido y finalidad de la investigación, accedieron a formar parte y a ser grabados. La dirección de cada CVA brindó el espacio donde se desarrolló el encuentro y colaboró activamente en la difusión de la convocatoria que captó a los participantes.

En este trabajo la prioridad no fue alcanzar el mayor número de respuestas, sino que estas fueran significativas. Esto justifica el diseño de los grupos de discusión: en el mayor número de centros y en un ambiente conocido, con el fin de crear un clima proclive a la conversación (Ibáñez, 2016). Se constató la idoneidad del número de encuentros realizados ya que se alcanzó una saturación informativa en cuanto a opiniones y temáticas señaladas por los participantes.

La entrevista semiestructurada facilita el diálogo entre el investigador y la persona entrevistada, seleccionada por su protagonismo en el asunto estudiado. Mediante el establecimiento de un guion flexible de preguntas, mayoritariamente abiertas, se reconduce la conversación con la que es posible obtener detalles complejos, difíciles de extraer por otros métodos (Corbin y Strauss, 2012). En este estudio, se entrevistó de forma presencial e individual a los 7 directores de los CVA donde se desarrollaron los grupos de discusión (ver Tabla 1). Todos ellos son titulados universitarios en Trabajo Social, con un mínimo de 10 años de experiencia en intervención comunitaria y con formación específica en envejecimiento activo y saludable. Las preguntas formuladas durante la

entrevista se articularon en torno a 2 grandes bloques: gestión del centro (organización interna, oferta de actividades y necesidades) y trato con las personas usuarias.

Tabla 1.
Identificación de los CVA y sus directores/as y rasgos de los grupos de discusión

ID.	CVA	Entrevistado/a	Grupo de discusión
C-1	San Juan	Patricia Coterillo Díez	4 participantes: 2 hombres y 2 mujeres
C-2	Delicias	Mónica Ruiz González	6 participantes: 6 mujeres
C-3	Rondilla	Amaya Sánchez Rodríguez	9 participantes: 4 hombres y 5 mujeres
C-4	Zona Este	Leandro Sanz Sanz	5 participantes: 1 hombre y 4 mujeres
C-5	La Victoria	Mercedes García Alonso	6 participantes: 3 hombres y 3 mujeres
C-6	Huerta del Rey	Jesús Recio Hernández	6 participantes: 1 hombre y 5 mujeres
C-7	Zona Sur	Virginia Ayuso Lera	9 participantes: 5 hombres y 4 mujeres

Las entrevistas y los grupos de discusión se llevaron a cabo en el primer cuatrimestre del año 2025, con una duración media en el primer caso de 20 minutos y de 1 hora y 30 minutos en el segundo. La transcripción de las grabaciones fue automatizada con la herramienta TurboScribe y supervisada su coherencia de forma manual. A continuación, se aplicó un análisis temático sobre el contenido (Braun y Clarke, 2014) que se trasladó a los marcos estigmatizadores de Rodríguez (1989) sobre las personas mayores: cronológico, biológico, psicopersonal y sociológico, como así hicieran Fernández y Antón (2018) aplicado a los medios de comunicación o Pabón et al. (2019) a los cuidadores. En paralelo, se registraron estos patrones: frecuencia, es decir, si las respuestas se repitieron; similitudes, si los comentarios de los participantes se parecieron; correspondencia, si se repitió un patrón temático; y diferencias, si las respuestas se distinguían de una forma distintiva.

4. Resultados

A continuación, y siguiendo los marcos estigmatizadores de la vejez, trasladamos los relatos de las personas mayores en los grupos de discusión y del personal directivo en las entrevistas.

El marco cronológico

El paso de los años marca la edad cronológica y con ella la posición en la sociedad. Esto tiene un reflejo en el papel social atribuido, las responsabilidades y los privilegios que se otorgan al sujeto. Valga como ejemplo, la fijación de la edad de jubilación o de acceso a determinada ayuda, lo que ocasiona una consideración homogénea del grupo etario, sin atender a sus particularidades. El marco cronológico aparece ligado a la edad biológica y aplicado al envejecimiento presupone un deterioro físico y cognitivo *per se* invalidando, por ejemplo, su capacidad para trabajar. “A día de hoy hago tantas o más cosas que cuando trabajaba, la diferencia es que ahora hago lo que me gusta: doy clases de informática, toco la guitarra, participo en el coro de la parroquia” (H-4, C-3)¹.

En relación con esto, muchos participantes manifestaron que su edad no representa cómo se sienten, evidenciando que ellos mismos asumen que tener determinados años implica una condición, fundamentalmente, negativa, con la que no se reconocen. El concepto de edad social recogería las actitudes, expectativas y conductas que la sociedad espera y/o atribuye a determinada edad cronológica. Esto explicaría que algunos participantes, principalmente mujeres, reconozcan también que no les agrada decir su edad en público, aunque asumiendo, entre risas, que hay situaciones en las que no les queda otro remedio, como es el banco o delante del médico. Esta vertiente más “presumida” enlazaría con la deconstrucción del estereotipo sociológico, al que dedicamos un epígrafe posterior, donde se presupone un desinterés por la actividad más relacional.

¹ Con el fin de garantizar el anonimato de los participantes, aportamos el género (H para hombre y M para mujer) y su posición en el grupo de discusión. El segundo binomio está dedicado al centro (C) aludiendo al número que identifica el Centro de Vida Activa.

El concepto de “viejo” aglutina esa condición de la que todos huyen. Es unánime la consideración de ser un calificativo negativo, aunque comprobamos que está presente en su vocabulario. “No le hagas caso [refiriéndose a otro participante], está viejo y no oye bien”, nos replicó la Mujer 2 del centro 6, evidenciando un cierto menosprecio.

La jubilación es un tema recurrente en la conversación. Muchos reconocen que supuso un cambio muy brusco: “Me sentía perdido” (H-2, C-1), generándose un vacío que han logrado llenar poco a poco con actividades que les complacen, muchas de ellas ofrecidas de manera gratuita o a precios muy reducidos en los centros de mayores. “Los talleres [en relación a los cursados en el CVA] me aportan conocimientos: leo, manejo el móvil y trabajo la memoria con María José, mi profesora” (M-3, C-2).

En los grupos de discusión, se observa que, a priori, las personas mayores no sienten ser objeto directo de maltrato o discriminación, sin embargo, a medida que se les plantean situaciones cotidianas y se les pregunta por cómo son tratados en el día a día, afloran las experiencias de desdén: las más recurrentes, en el banco, en el supermercado o en el centro de salud. Pocos califican estas situaciones como de “maltrato”, pero sí inciden en la persistencia, ya que se dan de forma reiterativa, y en la frustración que eso les causa. El acompañamiento, generalmente de un familiar directo más joven, aplaca la falta de atención y/o interés por quienes les prestan el servicio, pero acrecienta el sentimiento de verse apartados. El otro tema que suscita protestas es la imposición de la tecnología como medio –prácticamente único- para resolver trámites ineludibles que antes hacían de forma autónoma y ahora no pueden.

Al comentar el papel que los medios de comunicación juegan a la hora de representarles, son varias las voces que presentan una opinión muy formada al respecto. Señalan que apenas hay contenido sobre personas mayores y, sobre todo, están disconformes con la imagen que se traslada de ellos, como personas desvalidas, pasivas y a las que se ridiculiza con frecuencia. Valoran especialmente la radio y dicen consumir prensa escrita, a través de los ejemplares que les proporciona el CVA; radio, principalmente a primera hora de la mañana o de la noche; y la televisión el resto del día.

El marco biológico

La vejez es una etapa de la vida asociada erróneamente a la enfermedad y la dependencia, una especie de paso atrás, involución, marcada por los achaques y las limitaciones físicas. El estereotipo biológico parte de representar a las personas mayores como una carga tanto para la estructura familiar que asume su cuidado, como para la Administración pública que financia prestaciones y servicios de atención. A continuación, presentamos a través de los testimonios en qué términos se cumple esta condición.

La mayoría de los participantes presentan rutinas diarias muy claras que, en algunos casos más puntuales, incluye obligaciones concretas que requieren un esfuerzo, como atender la casa, dar de comer a los nietos o ir a buscarlos al colegio, lo que demuestra el rol cuidador que aún siguen desempeñando, especialmente las mujeres, en esta etapa de la vida. En la conversación, no faltan las alusiones a dolencias, pero no son impedimento para cumplir con los compromisos adquiridos, también en el centro: “Yo me debo a mis compañeros. Formo parte del Consejo y, además, doy clase. No cobramos, pero lo hacemos lo mejor que podemos” (H-1, C-5). Comprobamos que el dolor más intenso no es el físico sino el emocional. En casi todos los grupos de discusión, se expusieron testimonios de gran carga emocional e impacto, vinculados con la pérdida de familiares muy cercanos o el cuidado de enfermos, que habían hecho mella en el estado de ánimo de estos. “Hay días de mucha tristeza en los que preferiría no levantarme de la cama, pero sé que es bueno para mí. Acudir a las actividades del centro me ayuda a distraerme y no pensar en cosas tristes” (M-6, C-2).

“Me costó mucho venir por primera vez [en alusión al CVA]. Pasaba por la puerta con frecuencia porque soy vecina del barrio de toda la vida, y siempre he pensado que este era un sitio para viejos con los que yo no me identifico” (M-1, C-1). Sin embargo, al igual que otras, reconocen que

acudir al centro de mayores les ha cambiado la vida evitando la soledad no deseada y enfermedades como la depresión. Es tal el apego que sienten hacia las actividades que promueve el CVA que cuando son preguntados por qué es lo que más les gusta hacer en su día a día, la respuesta mayoritaria, casi unánime, es ir al centro y coincidir con más personas. “A mí solo me falta que me pongan cama aquí” comenta Mujer 1 del centro 7, entre risas, al recordar el número de horas que permanece en las instalaciones.

En alusión a las rutinas diarias hay quien se enorgullece de su buen estado de salud. “Siempre he hecho deporte y me he cuidado, pero es que ahora ando, como mínimo, 5 kilómetros diarios” (H-4, C-7). Estos testimonios refrendarían la idea de que la salud no depende de la edad biológica sino del contexto y el autocuidado previo.

En todos los centros pudimos comprobar el amplio y variado catálogo de actividades que ofertan. El Consejo de Centro, formado por usuarios, es el órgano que decide la temática de los talleres en función de los intereses y peticiones que el resto de personas participantes les hacen llegar. Esta variedad se hace patente en talleres dedicados a juegos (rummy, parchís, cartas, sudoku...), actividades manuales (tricot, pintura, escritura creativa...), habilidades (memoria, informática, psicomotricidad, guitarra...) o deportes (baile, taichí, bolos...). “Aunque parezca mentira hemos organizado un equipo de rugby, salimos ahí, a la plaza y entrenamos. A mí me encanta” (M-3, C-4). Según nos aclara la directora del centro 2: “No tenemos más [cursos] porque no tenemos espacios. Tenemos todas las franjas horarias ocupadas y todas se llenan. Es raro el taller que al comienzo de curso no tiene lista de espera”. En torno a 1000 personas acceden semanalmente a las instalaciones de cada uno de los CVA que forman parte de este proyecto, según datos facilitados por el personal directivo.

El marco psicológico

La creencia de que en la vejez se pierden habilidades sociales, cognitivas, de atención y memorísticas forman parte del estereotipo psicológico atribuido a los mayores y con ella la asociación de que son personas aisladas, malhumoradas, deprimidas o con rutinas rígidas y de poco sentido. La vejez, por tanto, se asociaría a un declive para asumir el día a día. Este marco acrecienta mitos como que las personas mayores son frágiles, presentan rigidez mental o necesitan descansar.

No son pocos los participantes que pasan toda la mañana o la tarde en el centro y cursan más de una actividad por semana. “Martes y jueves hago memoria y después pilates. Y los lunes y miércoles vengo por la tarde a pintura. Los viernes ya descanso” (M-1, C-2). A pesar de todo, no pierden la oportunidad de reclamar más oferta. En este sentido, el director del centro 4 nos señala que la limitación de espacios es lo que más les condiciona.

Todos los años contamos con voluntarios, con personas usuarias del centro que se ofrecen a dar clases de algo en lo que se sientan capaces. A la mayoría les resulta muy satisfactorio y repiten. Además, la experiencia les sirve para ponerse al otro lado y ser más empáticos cuando asumen el rol de alumnos (director, C-4).

Las actividades que los participantes del grupo de discusión realizan en los CVA se complementan con otras fuera que, o están vinculadas con el ocio (bailar, cantar en un coro, ayudar en la parroquia, etc.) y el deporte (salir a caminar, fundamentalmente) o con la atención a la familia. “También hacemos excursiones con visitas a pueblos o museos donde nos explican cosas interesantes” (M-5, C-6).

Al comentar cómo acudieron por primera vez al centro, la mayoría reconoce que sabían de su existencia, pero no imaginaban la cantidad de actividades que tenían y lo beneficioso que les resultaría participar en el mismo. “Siempre había asociado el centro con señores mayores que quedan a jugar a las cartas. Tardé mucho en dar el primer paso” (H-5, C-7). Algunos entraron por iniciativa propia a preguntar qué se hacía allí, otros, especialmente mujeres, requirieron más tiempo y la insistencia de personas cercanas para dar una oportunidad al centro. “Ahora soy yo

quien lo recomiendo” (M-3, C-2). Así pues, una vez superada la primera barrera, la integración es un hecho: “hablas, te relacionas, pones nombre a la vecina. Te encuentras con mucha gente que te suena, porque coincides con ella en la compra o por el barrio y aquí se estrechan lazos” (M-3, C-4). Cabe señalar que con el fallecimiento del cónyuge muchas personas quedan aisladas. “La pérdida de mi marido supuso, además de una tristeza muy grande, no tener con quién salir porque eran amistades de mi marido” (M-1, C-1).

Algunos de los participantes, además de usuarios son miembros del Consejo de Centro. Esta condición facilita que aporten datos más precisos sobre la situación actual del CVA. Estos aprovechan la oportunidad para verbalizar con orgullo su implicación y todo lo logrado, además de su deseo de seguir aportando en el futuro. “Siendo voluntario aquí llevo más de 13 años, me siento útil. Yo quiero que mi nieto se sienta orgulloso de lo que hace su abuelo. Un centro de mayores no es solo un lugar para echar las cartas” (H-2, C-1).

El marco sociológico

Este marco se focaliza en las relaciones comunitarias, tomando como trasfondo la pérdida de capacidades por parte de las personas mayores. Este estereotipo incide en las condiciones de improductividad, aislamiento y desvinculación con los intereses sociales del resto de la sociedad.

En contra de lo que marca este estereotipo, nos encontramos con un colectivo implicado y reivindicativo. Hemos señalado que en los CVA muchas personas usuarias ejercen como voluntarias, ofreciendo sus conocimientos al resto a través de talleres semestrales o formando parte de los Consejos de Centro. Además, reconocen con claridad sus preocupaciones y no dudan en organizarse para alzar su voz. Muy representativa fue la convocatoria a manifestarse a las puertas del centro varios días antes del grupo de discusión, y que cubrieron medios locales². “Tenemos goteras desde hace meses. ¡En un edificio que apenas tiene 10 años! Cuando llueve hay que colocar cubos por todas partes. ¿Tú sabes la de tiempo que llevamos esperando?” (H-1, C-4).

Por lo que respecta a qué es lo que más les gusta hacer, es unánime el deseo de compartir su tiempo con los demás y reconocen que el trato con sus compañeros del CVA no termina al finalizar el taller, sino que es frecuente ir después a la cafetería a tomar algo y estrechar lazos. Tanto es así que algunos se refieren a sus compañeros del centro como su segunda familia. “Nos preocupamos los unos por los otros y nos apoyamos cuando hace falta” (H-5, C-7). La soledad les produce rechazo e, incluso, miedo, aunque no son pocas las personas que reconocen que ya la sufren, hallando en el centro una pequeña isla donde interactuar y no sentirse apartadas. “Yo veo a mis hijos de cuando en cuando. Solo vienen cuando les llamo porque necesito algo. No sé qué habré hecho mal” (M-2, C-7). Todos los directores coinciden en señalar que los CVA facilitan el encuentro y la socialización, lo que ayuda a tejer una red de apoyo muy valorada por las personas mayores. “Además de prevenir el deterioro físico y emocional de nuestros usuarios, combatimos el aislamiento y la soledad no deseada. Al mismo tiempo, se refuerza el sentido de pertenencia y el tejido del barrio” (directora, C-3).

Además, los participantes reconocieron disfrutar de los eventos intergeneracionales generalmente promovidos por centros educativos en los que participan sus nietos o estudiantes universitarios que realizan sus prácticas. Explican ese agrado porque sienten que se les da la oportunidad de compartir un rato con jóvenes y, además, se les escucha, con todo lo que eso implica de cara a poner en valor sus relatos y experiencias: refuerzo positivo e incremento de la confianza.

Al comentar las expectativas, es decir, lo que esperan obtener del CVA al que acuden, hallamos respuestas vinculadas tanto al beneficio social —entablar amistades, conversar o sentirse escuchado—, como de adquisición de habilidades que resume muy bien este usuario: “la clave está

² Noticias que recogen la protesta <https://www.elnortedecastilla.es/valladolid/goteras-humedades-centro-vida-activa-pajarillos-lonas-20250311201510-nt.html> y <https://www.elnortedecastilla.es/valladolid/fin-goteras-centro-municipal-pajarillos-obras-mayores-20251020161801-nt.html>

en no perder autonomía con el paso de los años” (H-3, C-5). Las personas participantes ansían reciclarse y no quedarse atrás, pero reconocen que no sienten el respaldo de la sociedad y, a veces, ni tan siquiera el de sus propios allegados para lograrlo. “En el banco no te atienden y yo con el móvil no me aclaro” (M-5, C-3). “Yo le pregunto a mi hijo, pero me cuesta” (M-2, C-5). En relación a la brecha digital, la directora de centro 1 nos confirma las importantes limitaciones que supone no tener habilidades digitales. Sin embargo, destaca el esfuerzo y tesón que la mayoría de las personas usuarias que acuden a los talleres de tecnología -informática, whatsapp, uso del móvil, etc.-, ponen por aprender y reducir esa brecha.

Al ser preguntados por cómo se definen, muchos apuestan por calificativos que representan la relación con los demás. Simpático, afable, amigo de sus amigos o hablador, fueron los atributos más repetidos, demostrando que el factor relacional de estas personas lejos de perder interés se potencia. Esta circunstancia es especialmente marcada en las mujeres, quienes reclaman más presencia masculina en los talleres del centro. “Generalmente somos siempre más [en relación al número de mujeres]. A los hombres les da más vergüenza venir” (M-4, C-2).

5. Discusión y conclusiones

El análisis de los relatos recabados en los grupos de discusión evidencia que el edadismo forma parte de la experiencia cotidiana de las personas mayores, aunque rara vez sea nombrado explícitamente o identificado como maltrato. En el discurso de las personas mayores emergen situaciones recurrentes de discriminación, indiferencia y exclusión que se producen en la interacción con otras personas e instituciones y que condicionan su reconocimiento social y participación (OMS, 2021; Ayalon et al., 2019). El edadismo, por tanto, no puede entenderse únicamente como un conjunto de prejuicios individuales, sino como un fenómeno que se reproduce en prácticas institucionales, rutinas comunicativas y dinámicas de convivencia. Desde esta perspectiva, intervenir sobre los entornos relacionales y los ecosistemas informativos urbanos resulta clave para combatir la discriminación por edad, lo que conecta directamente con el modelo de ciudad AMI y permite situar a los CVA como recursos comunitarios coherentes con sus principios de inclusión, participación, pensamiento crítico y aprendizaje a lo largo de la vida (Del Barrio et al., 2018; UNESCO, 2024).

En coherencia con este planteamiento, la conversación con las personas usuarias de los CVA desmontó con testimonios directos los principales marcos estigmatizadores atribuidos a este grupo de edad. Hemos comprobado que la edad cronológica no frena la actividad ni el interés por mantenerse en activo. Los participantes en los centros presentaban una vida diaria intensa, con actividades elegidas de forma autónoma y basadas en el ejercicio y/o en el desarrollo de habilidades junto a otras personas. Este detalle es importante, el interés por compartir momentos con otras personas, ya que coincide con lo señalado por Rodríguez et al. (2018), en tanto que la interacción social resultó ser uno de los principales beneficios identificados por las personas mayores asistentes a actividades culturales.

Sin embargo, entre las rutinas señaladas por los participantes en los grupos de discusión, algunos mantenían responsabilidades de calado ligadas al cuidado de los demás: familiares enfermos, generalmente cónyuge, o descendientes -hijos o nietos-. Comprobamos que el rol de cuidador, especialmente naturalizado en mujeres, se extiende hasta edades avanzadas y repercute, como demuestra el trabajo de Del Río et al. (2017), en su calidad de vida.

Por su parte, la vejez tiende a asociarse con el deterioro físico y cognitivo, dando por supuesto la pérdida automática de habilidades (Iversen et al., 2009). Esta idea ampliamente extendida provocó que las personas participantes se sintieran incómodas ante el calificativo de “viejas” y expresaran no sentirse identificadas con el estado decrepito que habitualmente se asocia a la edad avanzada. Este prejuicio sería el causante del rechazo inicial de muchos participantes a entrar por primera vez en los CVA, pero una vez vivida la experiencia, no dudaban en recomendar a otras personas su participación en ellos.

Los medios de comunicación fueron algunos de los agentes señalados como distorsionantes de la realidad, acuciando la falta de contenidos y protagonistas vinculados a este grupo etario, a pesar

de los recientes esfuerzos de la industria publicitaria por proyectar imágenes más diversas y positivas de la vejez que, como reconocen Fañanás-Biescas e Iñiesta-Alemán (2023), influye positivamente en la autopercepción y en la participación social de este grupo demográfico.

El edadismo aplicado a la vertiente sociológica nos presenta un perfil marcado por la apatía y la desconexión con el entorno. Sin embargo, las respuestas recopiladas evidenciaron que nos encontramos ante personas implicadas, que ejercen con gran responsabilidad como voluntarias en sus respectivos CVA, reportándolas gran satisfacción personal; que reivindican mejoras y alzan la voz cuando se enfrentan a situaciones que entienden como injustas; y que disfrutan de la relación con los demás. En este contexto, se enmarcó su deseo de ser escuchadas y disfrutar de los encuentros intergeneracionales, decisivos, como señalan Zavala et al. (2024) para desmitificar prejuicios y aprender de la experiencia de vida de cada grupo.

Cabe destacar que la situación que más condiciona y paraliza a las personas mayores es el daño emocional causado o bien por la pérdida de un ser querido o por la soledad no deseada. En ambos casos, el CVA fue señalado como bálsamo de sus efectos. El personal directivo, al hilo de comentar las potencialidades de sus centros, incidieron en la importante red de apoyo que se genera como consecuencia de la intensa actividad que en ellos se alcanza, coincidiendo con lo observado en el estudio de García et al. (2026) y focalizado en la soledad no deseada. Los propios testimonios de los usuarios confirman el papel nuclear que el CVA desempeña en su vida diaria, calificando a sus integrantes como “segunda familia”.

Asimismo, se comprobó que las personas mayores sí identifican situaciones, aunque puntuales, de maltrato en su vida diaria, especialmente en su relación con las organizaciones. En este sentido, se identifican dos situaciones principales: las interacciones con personas que atienden de cara al público, marcadas por la indiferencia y/o el menosprecio, y la imposición de procedimientos tecnológicos para realizar gestiones indispensables. Para combatir la brecha digital, se constata un gran esfuerzo tanto de los CVA, que han reforzado su oferta formativa, como de los propios participantes por estar al día de las nuevas tecnologías. Las estrategias más empleadas fueron inscribirse en talleres de informática y/o preguntar a sus familiares más cercanos, lo que denota no solo implicación en su bienestar, sino iniciativa por atender carencias.

Como hemos tenido ocasión de explicar en párrafos anteriores, concluimos que los CVA inciden de manera positiva en el bienestar físico y psicológico de las personas mayores al proponer una participación activa integral, lo que incluye la posibilidad de formar parte de sus órganos de gobernanza internos; de ser voluntarias y ejercer como docentes; y de recibir formación que estimula la autonomía personal y el envejecimiento activo. La participación fortalece los vínculos sociales significativos y, con ello, el sentimiento de pertenencia, tal y como señaló el personal directivo. Por tanto, podemos afirmar que los CVA son potenciadores de las relaciones humanas, con todo lo que eso conlleva.

Entre las limitaciones del estudio, debe considerarse la posibilidad de un sesgo derivado del perfil de los participantes, potencialmente más proactivo y optimista que el conjunto de la población de referencia, lo que pudo limitar la diversidad de perspectivas recogidas. A favor, cabe reseñar que los investigadores no intervinieron en la selección de los participantes, dado que se aceptó a todas las personas que respondieron a la convocatoria realizada por la dirección del centro. No fue necesaria una selección más precisa ya que el propio entorno de reclutamiento actuó como filtro, garantizando la adecuación al perfil deseado tanto en términos estructurales (edad) como en criterios específicos del estudio (asistencia al Centro de Vida Activa). Finalmente, cabe asumir que durante el desarrollo de los grupos de discusión pudieran existir posturas discordantes con la opinión mayoritaria que no se verbalizaran por miedo a destacar o a ser señaladas (espiral del silencio).

Por último, nos sumamos a las peticiones de organizaciones (OMS, 2021) e investigadores (Marques et al., 2020; Pavez et al., 2023) que reclaman un mejor conocimiento del envejecimiento al quedar demostrado que la sociedad actual es edadista (Bravo-Segal, 2018; Guarinos y

Medina, 2023) imponiendo una visión parcial, homogénea y tendente a enfatizar las carencias y limitaciones del colectivo de las personas mayores. En este sentido, los resultados de este trabajo ponen de manifiesto que los CVA contribuyen a generar entornos relacionales, participativos y de aprendizaje que amortiguan los efectos del edadismo en la vida de las personas mayores. Estas experiencias refuerzan la pertinencia de abordar la discriminación por edad desde el ámbito urbano y comunitario, en línea con el modelo de ciudad AMI, que sitúa la inclusión, la participación y el acceso crítico a la información como ejes para construir ciudades más justas y cohesionadas a lo largo del ciclo vital.

6. Agradecimientos

Esta investigación fue financiada por la Universidad de Valladolid a través de la convocatoria 2024 de los Proyectos de Innovación Docente: #PorUnBuenTrato. Aprendizaje-Servicio con personas mayores 4: Redes Intergeneracionales por el buen trato y Comunicación Organizacional para el cambio social.

Referencias

- Álvarez Gayou, José Luis (2003). *Cómo hacer investigación cualitativa: fundamentos y metodología*. Paidós.
- Ayalon, Liat, Dolberg, Prina, Mikulionienė, Sarmitė, Perek Białas, Jolanta, Rapolienė, Grazina, Stypinska, Justyna, Willińska, Monika & de la Fuente Núñez, Vânia (2019). A systematic review of existing ageism scales. *Ageing Research Reviews*, 54, 100919. <https://doi.org/10.1016/j.arr.2019.100919>
- Braun, Virginia & Clarke, Victoria (2014). What can “thematic analysis” offer health and wellbeing researchers? *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being*, 9(1), 26152. <https://doi.org/10.3402/qhw.v9.26152>
- Bravo-Segal, Stephany (2018). Edadismo en medios masivos de comunicación: una forma de maltrato discursivo hacia las personas mayores. *Discurso & Sociedad*, 12(1), 1-28. <https://doi.org/10.14198/dissoc.12.1.1>
- Chang, E-Shien, Kanno, Sneha, Levy, Samantha, Wang, Shi-Yi, Lee, Juan E. & Levy, Becca R. (2020). Global reach of ageism on older persons' health: A systematic review. *PloS One*, 15(1), e0220857. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0220857>
- Chibás Ortiz, Felipe, y Novomisky, Sebastián (Eds.). (2022). *Navegando en la infodemia con AMI: Alfabetización mediática e informacional*. UNESCO, Defensoría del Público de Servicios de Comunicación Audiovisual de Argentina. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000381840>
- Chu, Charlene-H, Nyrop, Rune, Leslie, Kathleen, Shi, Jiamin, Bianchi, Andria, Lyn, Alexandra, McNicholl, Molly, Khan, Shehroz, Rahimi, Samira, & Grenier, Amanda (2022). Digital ageism: challenges and opportunities in artificial intelligence for older adults. *The Gerontologist*, 62(7), 947-955. <https://doi.org/10.1093/geront/gnab167>
- Corbin, Juliet & Strauss, Anselm (2012). *Basics of Qualitative Research: Techniques and Procedures for Developing Grounded Theory*. Sage. <https://doi.org/10.4135/9781452230153>

- Del Barrio Truchado, Elena, Marsillas Rascado, Sara y Sancho Castiello, Maite (2018). Del envejecimiento activo a la ciudadanía activa: el papel de la amigabilidad. *Aula Abierta*, 47(1), 37-44. <https://doi.org/10.17811/rifie.47.1.2018.37-44>
- Del Río Lozano, María, García Calvente, María Del Mar, Calle Romero, Jesús, Machón Sobrado, Mónica & Larrañaga Padilla, Isabel (2017). Health-related quality of life in Spanish informal caregivers: gender differences and support received. *Qualite of Life Rerearch*, 26, 3227-3238. <https://doi.org/10.1007/s11136-017-1678-2>
- Elices, Álvaro, García García, Javier, González Álvarez, Sara y Prieto Lobato, Juan María (2025). Aprendizaje-servicio con personas mayores: formación, investigación y devolución. En A. R. Del-Águila-Obra et al. (dirs.) *Innovación tecnológica y social de atención domiciliaria* (pp. 177-186). Aranzadi.
- Fañanás Biescas, Ana-Pilar e Iniesta Alemán, Isabel (2023). Navegando la era postdigital: estrategias para una inclusión generacional efectiva. *Pensar la Publicidad. Revista Internacional de Investigaciones Publicitarias*, 17(2), 107-115. <https://doi.org/10.5209/pepu.98966>
- Fernández Ramos, Yolanda y Antón Crespo, Margarita (2018). Estereotipos de las personas mayores y de género en la prensa digital: estudio empírico desde la Teoría del Framing. *Revista Prisma Social*, 21, 316-337. <https://revistaprismasocial.es/ps/article/view/2443>
- García, Javier, Prieto Lobato, Juan María, & Elices, Álvaro (2026). Unwanted Loneliness in Older Adults and Formal Community-Based Services: A Case Study. *Research on Ageing and Social Policy*, 1-25. <https://doi.org/10.17583/rasp.18285>
- Gómez Cano, Carlos Alberto, Pérez Gamboa, Alfredo Javier y Sánchez Castillo, Verence (2024). Análisis de la producción científica entorno a ODS 11: Ciudades y Comunidades Sostenibles. *Mundo FESC*, 14(28), 117-135. <https://doi.org/10.61799/2216-0388.1585>
- Guarinos, Virginia y Medina, Raquel (2023). Palabras mayores. La necesidad de los estudios etarios en comunicación para un cambio social. *Fonseca, Journal of Communication*, 26, 1-9. <https://doi.org/10.14201/fjc.31337>
- Ibáñez, Jesús (2016). Cómo se realiza una investigación mediante grupos de discusión. En M. García-Ferrando et al. (comps.), *El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de investigación* (pp. 418-434). Alianza Editorial.
- Instituto Nacional de Estadística (2024). *Proyecciones de Población. Años 2024-2074*. INE. <https://www.ine.es/dynqs/Prensa/PROP20242074.htm>
- Iversen, Thomas Nicolaj, Larsen, Lars & Solem, Per-Erik (2009). A conceptual analysis of Ageism. *Nordic Psychology*, 61(3), 4-22. <https://doi.org/10.1027/1901-2276.61.3.4>
- Kang, Hyun&y Kim, Hansol (2022). Ageism and psychological well-being among older adults: a systematic review. *Gerontology & Geriatric Medicine*, 8. <https://doi.org/10.1177/23337214221087023>
- Lebrusán Murillo, Irene (2025). La dimensión comunitaria en la mejora de la calidad de vida de las personas mayores: Zamora o los lugares “donde nunca pasa nada”. *Investigaciones Regionales – Journal of Regional Research*, 61, 61-75. <https://doi.org/10.38191/iirr-jorr.24.066>
- Marques, Sibila, Mariano, João, Mendonça, Joana, De-Tavernier, Wouter, Hess, Moritz, Naegele, Laura, Peixeiro, Filomena & Martins, Daniel (2020). Determinants of Ageism against Older

- Adults: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), 2560. <https://doi.org/10.3390/ijerph17072560>
- Marta Lazo, Carmen, Chibás Ortiz, Felipe & Gabelas Barroso, José Antonio (2025). MIL Cities and the Relational Factor: Reflections and inflections around pilot initiatives in Havana and Zaragoza. *Anàlisi*, 71, 21-36. <https://doi.org/10.5565/rev/analisi.3764>
- Martín Hernández, Isidoro (2025). Envejecimiento activo, con éxito y saludable: una nueva vida de las personas mayores. *Comunitania: International Journal of Social Work and Social Sciences*, 29, 65-90. <https://doi.org/10.5944/comunitania.29.4>
- Martínez Molina, Agustín, Herranz González, Rubén y Parages Jiménez, L. (2025). *Edadismo: la discriminación del siglo XXI*. Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030. IMSERSO. <https://doi.org/10.5281/zenodo.17934688>
- Monteagudo Sánchez, María Jesús (2025). *Ciudades que cuidan y cuidamos: ecología, equidad, cohesión, diversidad y democracia*. Catarata.
- Nelson, Todd D (2005). Ageism: prejudice against our feared future self. *Journal of Social Issues*, 61, 207-221. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2005.00402.x>
- Organización Mundial de la Salud (2021). *Informe mundial sobre el edadismo*. <https://doi.org/10.37774/9789275324455>
- Pabón Poches, Daysy Katherine, Flórez García, Angie Lorena y Sanabria Vera, Lina Marcela (2019). Estereotipos sobre la población adulta mayor en tres grupos etarios de cuidadores de personas mayores dependientes. *Actualidades en Psicología*, 33(127), 63-80. <https://dx.doi.org/10.15517/ap.v33i127.34291>
- Pavez Lizarraga, Amaya, Baeza Correa, Cecilia, Faure Bascur, Eyleen y Pallavicini Magnere, Patricia (2023). Edadismo y discursos de las personas mayores sobre la vejez y el envejecer en Chile. *Athenea Digital. Revista de Pensamiento e Investigación Social*, 23(3), e3386. <https://doi.org/10.5565/rev/athenea.3386>
- Prieto Lobato, Juan María, Elices, Álvaro, García García, Javier y Del Álamo Gómez, Nuria (2023). Aprendizaje-Servicio con Personas Mayores en el Grado en Trabajo Social de la Universidad de Valladolid. En S. Álvarez-Álvarez y Pinedo-González, R. (eds.). *Innovación docente en educación superior: interacción, participación y colaboración*, (pp. 357-369). Agilice Digital.
- Rodríguez, Paz (2021). Análisis de las barreras culturales en la comunicación de las personas con diversidad funcional hacia un futuro en ciudades MIL. *Word in Science*, 1(2), 36-42.
- Rodríguez Domínguez, Sandalio (1989). *La vejez: historia y actualidad*. Universidad de Salamanca.
- Rodríguez Rodríguez, Vicente, Rojo Pérez, Fermina, Fernández Mayoralas, Gloria y Prieto Flores, María Eugenia (2018). ¿Cómo interpretan el envejecimiento activo las personas mayores en España? Evidencias desde una perspectiva no profesional. *Aula Abierta*, 47(1), 67-78. <https://doi.org/10.17811/rifie.47.1.2018.67-78>
- Torrecilla Gómez, María Caridad (2024). Estrategia integral contra la soledad no deseada en la planificación del Ayuntamiento de Valladolid. *Anales de la Real Academia de Medicina y Cirugía de Valladolid*, 58: 407-424. DOI: <https://doi.org/10.24197/05sjg495>
- UNESCO (2024). *Directrices operativas: Construyendo ciudades de alfabetización mediática e informacional de la UNESCO*. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000391748>
- Van Dijk, Teun-A. (2012). *Discurso y contexto. Un enfoque sociocognitivo*. Gedisa.

Zavala Rubilar, María Isabel, Gatica Chandía, Karina y Arias Díaz, Karina (2024). La importancia de los encuentros intergeneracionales en la prevención de los edadismos. *Revista Perspectivas*, 43, 71-91. <https://doi.org/10.29344/07171714.43.3814>