



BIZITZA BETEA
BASES DEL PLAN INTEGRAL Y MARCO DEL PLAN DE FORMACIÓN
PARA EL DESARROLLO DE LA VIDA PLENA DE LAS PERSONAS
MAYORES

06-Julio-2020

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	4
1.- DIAGNÓSTICO Y RETOS DEL ENVEJECIMIENTO	6
2.- BASES PARA UN PLAN INTEGRAL DE LAS PERSONAS MAYORES	10
2.1.- Desde el envejecimiento activo al envejecimiento de vida plena	10
2.1.1.- Aportaciones y límites del enfoque de envejecimiento activo	10
2.1.2.- Vida plena y necesidades básicas vitales	11
2.1.3.- Ámbitos de las necesidades básicas vitales	14
2.1.3.1.- Doyal I. y Gough, I.	14
2.1.3.2.- Maslow, A.	17
2.1.3.3.- Max-Neef, M.	18
2.1.3.4.- Barandiaran, J.M.	21
2.1.3.5.- Nussbaum, M.	22
2.1.4.- Propuesta “Bizitza betea” de necesidades básicas vitales	24
2.1.5.- Personalización de los itinerarios vitales	27
2.2.- Trasposición de las propuestas que desarrollan el modelo de envejecimiento activo al molde de las necesidades básicas vitales	29
2.2.1.- Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo (2015-2020)	30
2.2.2.- International Longevity Centre (2015)	31
2.2.3.- Consejo de la Unión Europea (2012) e Índice de Envejecimiento Activo (2012)	32
2.2.4.- Ciudades Globales Amigables con los Mayores (OMS, 2007); Euskadi Lagunkoia (GV 2014)	34
2.2.5.- Pilares de las propuestas que se fundamentan en el paradigma de envejecimiento activo	37
2.3.- Despliegue de las necesidades básicas vitales	38
2.3.1.- Necesidades fisiológicas, motrices y de salud	39
2.3.2.- Necesidades de seguridad y protección	41
2.3.3.- Necesidad de conocimiento de la naturaleza y de uso de la tecnología	44
2.3.4.- Necesidades afectivas y sociales	46
2.3.5.- Necesidades lúdicas, estéticas y artísticas	50
2.3.6.- Necesidad de dar sentido a la vida	51
2.4.- Visión intergeneracional e inclusiva, y carácter transversal	53
3.- MARCO PARA EL PLAN DE FORMACIÓN DE LAS PERSONAS MAYORES	55
3.1.- Características del Plan de Formación	56
3.1.1.- Marco conceptual	57
3.1.2.- La persona como centro del aprendizaje	58
3.1.3.- Opciones entre los enfoques sobre el desarrollo integral de la persona	59
3.2.- Competencias y criterios de evaluación	60
3.2.1.- Competencias específicas	61
3.2.1.1.- Necesidades fisiológicas, motrices y de salud	62
3.2.1.2.- Necesidades de seguridad y protección	63
3.2.1.3.- Necesidad de conocimiento y cuidado de la naturaleza	65

3.2.1.4.- Necesidades afectivas y sociales	65
3.2.1.5.- Necesidades lúdicas, estéticas y artísticas	68
3.2.1.6.- Necesidad de dar sentido a la vida	68
3.2.2.- Competencias transversales	70
3.3.- Orientaciones metodológicas	72
3.3.1.- Pautas metodológicas generales	72
3.3.2.- Aproximación inductiva y deductiva	73
3.3.3.- Escenarios y modalidades de aprendizaje	74
CONCLUSIÓN-RECAPITULACIÓN	75
BIBLIOGRAFÍA	80

INTRODUCCIÓN

En este momento, el Gobierno Vasco impulsa ya una estrategia de envejecimiento activo y una estrategia de gobernanza para las personas mayores, y, en ese marco, el Departamento de Empleo y Políticas Sociales pretende reforzar la formación de las personas mayores, mediante este proyecto en colaboración.

Este proyecto, que surge a partir de una propuesta inicial de <<Helduak Adi!, Red social por un Plan Integral de Participación de las Personas Mayores en Euskadi>>, se ha ido perfilando conjuntamente con el Departamento de Empleo y Políticas Sociales del Gobierno Vasco, sobre las siguientes **premisas**:

- La **vida plena** de las personas mayores, más allá del envejecimiento activo, como aspiración a la base y fin último de la acción organizada de las propias personas mayores y de las políticas públicas, así como de otros sectores o agentes sociales.
- La necesidad de enriquecer la “Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo 2015-2020” (EVEA), así como el documento complementario de “Estrategia Vasca de Gobernanza con las Personas Mayores 2019-2022” y “Euskadi Lagunkoia. Sustraietatik (2014), dando los primeros pasos **hacia un plan o estrategia integral**, que incida tanto sobre las capacidades de las propias personas mayores, como sobre los determinantes sociales que condicionan una vida plena.
- La necesidad de impulsar un **plan de formación de las personas mayores para una vida plena** coherente con las bases de un futuro plan integral. Y, por tanto, conectado con el conjunto de las necesidades humanas (vida plena), del modo en que se plantean en esta fase del ciclo vital (en torno a la edad ordinaria de jubilación), y orientado a fortalecer las capacidades (competencias) de las personas mayores para perseguir su desarrollo personal y colectivo.
- La importancia de impulsar el **desarrollo personal y, también, como una expresión del mismo, su dimensión social**. Y, por tanto, la conexión de la formación con la vida y la acción colectiva para la mejora de las condiciones de vida de las personas mayores y de otras personas, con una perspectiva de solidaridad intergeneracional.

Con este horizonte, el Gobierno Vasco considera necesario incidir a medio plazo en **tres objetivos**:

- Avanzar hacia un plan integral que tenga en cuenta el conjunto de necesidades, así como las aspiraciones, capacidades y proyectos de las personas en esta fase de su ciclo vital.
- Enriquecer la “Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo 2015-2020”, así como el documento complementario de “Estrategia Vasca de Gobernanza con las Personas Mayores 2019-2022” y Euskadi Lagunkoia. Sustraietatik (2014), integrándolos en este enfoque más amplio de vida plena y orientándolos hacia el desarrollo de las capacidades y el talento de las personas mayores.
- Reforzar la formación de las personas mayores y promover su participación social (políticas, servicios que reciben, acción social, cultural...), aprovechando y potenciando su talento.

Los tres objetivos que se acaban de señalar requieren un horizonte muy superior al tiempo que resta de legislatura. En todo caso, el proceso que se plantea posibilita sentar las bases para que el futuro Gobierno, si así lo considerara, diseñe un plan integral, enriquezca la Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo e impulse la formación desde un enfoque de vida plena.

A corto plazo y desde este proyecto, las **3 principales acciones** que se plantean iniciar en el tiempo disponible hasta el final de la legislatura, son:

- Definir unas ideas fuerza (bases) que puedan inspirar un futuro plan integral.
- Esbozar un plan de formación (manual) que responda a un modelo de formación coherente con dichas bases.
- Poner en marcha entre 1 y 3 acciones formativas en el ámbito de la preparación a la jubilación, que permitan ensayar y enriquecer el modelo de formación.

Este documento de bases responde a las dos primeras acciones.

1.- DIAGNÓSTICO Y RETOS DEL ENVEJECIMIENTO

El enorme cambio producido en la realidad del envejecimiento, debido a las grandes transformaciones sanitarias y sociales y sus efectos consecuentes, nos obliga a realizar un nuevo análisis de situación que nos ayude a reorganizar tanto desde una perspectiva actual como prospectiva el ciclo vital de las personas mayores.

La conquista social que implica el haber alcanzado una expectativa de vida cada vez mayor, ha de venir acompañada de una reflexión y trabajo de construcción conjunto tanto desde los poderes públicos como desde la ciudadanía, que permita afrontar con éxito, la innegable “revolución de la longevidad”. Se trata de lograr no solo añadir más años a la vida sino de dar vida y sentido a los años.

Como requisito previo a cualquier abordaje o iniciativa integrada en el ámbito del envejecimiento y orientada a las personas mayores, pasa por entender la complejidad que supone la propia diversidad del colectivo.

La vejez refiere a un grupo heterogéneo de personas de distintas generaciones, (puede abarcar más de 40 años, de los 60 a los 100) que han vivido circunstancias históricas y socioculturales diversas. Es como querer comparar a una adolescente de 15 años con una persona adulta de 55 años. El número de opciones que se van originando en el proceso de la vida hace que a medida que se envejece, aumenten el número de variables que van a incidir en la diferenciación entre semejantes. Por ello es de gran importancia ser capaces de reconocer esa diversidad y adecuar las políticas de envejecimiento a esta realidad heterogénea.

La revolución de la longevidad, ha supuesto una serie de cambios y transformaciones a todos los niveles, presentes y futuros. Destaquemos, aunque sea brevemente, algunos de estos cambios.

El cambio demográfico y sus consecuencias.

En los años posteriores se agudizará el cambio en la demografía de nuestro país – y, en general de toda Europa- que se está produciendo ya. Los datos actuales y las previsiones a futuro auguran un nuevo escenario que nos obligará a cambiar nuestro modo de vida actual:

- Reducción y envejecimiento de la población y gran crecimiento de la de personas mayores. Según datos del INE, el decrecimiento poblacional del País Vasco, resultado de la diferencia entre nacimientos y defunciones, de 2016 a 2031 se estima en una reducción del 3,7% sobre la población actual.
- Paralelamente, el porcentaje de población de mayores de más 65 años, que actualmente se sitúa en torno al 20% pasaría a ser del 28% en el año 2030. Esta cifra se incrementará, debido a que la población de 50 a 65 años que se va a ir incorporando a la edad de jubilación actual es el doble de la que le sigue.
- El sobreenvjecimiento de la población, es decir de la población de 75 y más años, es también una tendencia que va en aumento, así se ha pasado del 7,93% en el 2003, al 11,10% en el 2019.
- La proyección de la esperanza de vida de las personas mayores para el 2030 es de 83 años para los hombres y 87 para las mujeres, media de edad superior de forma continuada.

- Finalmente, la tasa de dependencia de la tercera edad (relación entre el número de personas mayores de 65 años y la población en edad de trabajar, considerando ésta en la edad 20-65 años) se estima para el 2030 en torno al 35%. Si sumamos la población 0-20 años y la de las personas mayores de 65, la tasa de dependencia respecto a la de la población 20-64 años, se situará en torno al 45%. Solo el 55% de la población estará en edad de trabajar.

Así pues, lo que resulta ser un dato positivo como es la mayor esperanza de vida, produce un importante desequilibrio en la pirámide de edades, ya que adelgaza de manera preocupante en la base y, en cambio, se ensanchan agudamente los estratos de 55 a 80 años.

Las consecuencias sociales de estos cambios demográficos desde una perspectiva global de la sociedad.

Es importante ser conscientes de las posibles consecuencias de estos cambios en las políticas del bienestar social, para habilitar estrategias de participación solidaria en las decisiones que se vayan a tomar:

- Reducción y envejecimiento de la población potencialmente activa, originando problemas de relevo generacional de las plantillas, exigiendo a los jóvenes mayor exigencia de formación y productividad.
- En el sistema de pensiones, mayor gasto y menores ingresos por cotización con efectos diferenciales entre hombres y mujeres. Desarrollo de pensiones privadas complementarias que provocarían grandes desigualdades y riesgo de pobreza entre los mayores.
- Empeoramiento del estado de salud general con un aumento de los servicios sanitarios y su correspondiente gasto.
- Impacto en las necesidades de las viviendas con personas mayores solas, especialmente en los colectivos de los mayores de 75 y 80 años.
- Impacto en las necesidades de cuidados tanto profesionales como no profesionales o informales, teniendo además en cuenta la doble perspectiva de las personas mayores como cuidadoras y como receptoras de cuidados.
- Necesidad de políticas urbanas de proximidad para poder mantenerles en su entorno: transporte público adaptado, movilidad vertical y accesibilidad, mobiliario urbano...
- Impacto en la economía. La llamada “silver economy” o economía plateada que plantea el envejecimiento como una oportunidad para la economía y el empleo. Un desarrollo transversal que puede afectar a muchos sectores de la industria y del mercado. Pero no hay que olvidar que dentro de la tercera edad existen notables diferencias de consumo, dependiendo de las rentas, forma de convivencia, el tamaño y la composición de las familias y el lugar de residencia, urbano o rural.

Características de las personas jubiladas del siglo XXI.

La conclusión lógica de lo expuesto hasta ahora es que debemos reinventarnos todos para dar solución a las consecuencias de estos cambios. Estas, en su condición de ciudadanas y ciudadanos con los mismos derechos que las personas pertenecientes a los estratos anteriores, se plantean una serie de retos que ayuden a enfrentar los grandes problemas que

pueden generar los importantes cambios sociales señalados, que son visibles ya y que, con toda seguridad, se agudizarán en las décadas siguientes.

Para ello, y tras señalar que entre las personas mayores se da una clara diferenciación entre el sector de personas 60-75 años, con suficiente autonomía y capacidad de incidir socialmente, y el sector de 75-90, donde se asoma el proceso de falta de movilidad y la consecuente dependencia física, es importante empezar por transformar la concepción social de las personas “mayores”, de modo que no se les asocie con los contravalores del viejismo como carga social, dependencia, enfermedades, deterioro físico, es decir, la imagen del “viejo” sin actividad; que planten cara para mantenerse activos socialmente y aportar experiencia y conocimientos, adquiridos a lo largo de su vida, y también tranquilidad, independencia y fuerza.

En realidad, las características de las personas jubiladas actuales no tienen mucho que ver con las de los del siglo pasado. Las diferencias más significativas a grandes trazos son las siguientes:

- Mejor salud: se vive más y mejor. Una persona de 75-80 años – y en adelante- puede tener suficiente calidad de vida y ser activa socialmente.
- Más estudios: las nuevas personas jubiladas son, en general, más cultas e instruidas y quieren participar activamente en las decisiones culturales y políticas, perteneciendo a asociaciones y grupos de acción. Muchos de ellos conocen sus derechos y comienzan a ser más reivindicativas y están mejor preparadas que las generaciones de mayores anteriores.
- Creciente integración de la mujer en el mundo laboral que, al jubilarse y participar de manera más numerosa en la actividad social, enriquecerá la perspectiva social de los problemas y su solución.
- Voluntad de promover alternativas a la atención de la dependencia, tales como la permanencia en el propio domicilio con asistencia domiciliaria, acogida en centros de día, viviendas individuales con asistencia compartida, estancias individuales en residencias...
- Personas consumidoras de productos y servicios, que irán provocando un cambio en el mercado. El mercado irá adaptando productos y servicios a los diferentes perfiles de personas mayores.
- Cambios sociales, que afectarán a diferentes ámbitos de la vida, por ejemplo, la posibilidad de tener “varias vidas matrimoniales” (en España, los casamientos entre mayores de 60 años se han multiplicado por cinco en cuatro décadas), también podría incrementarse la edad máxima para tener una hipoteca, o que la vida laboral sea más extensa y con opciones más flexibles a la hora de jubilarse (trabajar a tiempo parcial, reduciendo la cuantía de la pensión temporalmente, etc.).
- Cambio de rol social: su rol se circunscribía al ámbito familiar, espacio en el que se consideraba de utilidad social; pero, una característica importante de los mayores del siglo XXI es que desean ser útiles y sujetos activos en la sociedad, incluyendo la participación y colaboración en las decisiones políticas.
- Participación en actividades culturales, inquietudes educativas, actuaciones en proyectos solidarios, asesoría y servicios gratuitos a empresas.
- Mayor capacidad de crear un proyecto propio de vida en libertad y con autonomía

que pueda conjugar las características propias de cada persona y la participación social. Aunque adaptadas a las diferentes edades y capacidades, las demandas derivadas de esta nueva autonomía de las personas mayores se refieren esencialmente a llenar de contenido el tiempo libre, a ser útiles, a relacionarse, a transmitir conocimientos y a la necesidad de esparcimiento.

Retos actuales y futuros de las Personas Mayores

Las personas mayores quieren una participación social más activa para lo que deberán tener en cuenta los siguientes parámetros de actuación:

- **Por un pacto intergeneracional real.** La solución a los problemas sociales no vendrá de cada uno de los sectores de población de manera exclusiva. Tampoco tendremos éxito en nuestras reivindicaciones sin integrar en las mismas la conciencia de las necesidades y participación de las generaciones más jóvenes que la nuestra.
- **Por el feminismo y la participación social de las mujeres.** Solo si compartimos las tareas que, hasta el momento y también actualmente, han sido responsabilidad de las mujeres -cuidado de los más mayores, de los nietos, tareas domésticas...- podrán incorporarse de forma activa a la sociedad.
- **Por los planes de formación e información** con acceso a las personas mayores para que se puedan situar mejor ya desde el momento previo e inmediato a la jubilación. Por un desarrollo real de la “Ley 1/2013 de 10 de octubre del Gobierno Vasco, de Aprendizaje a lo largo de la vida”.
- **Por la organización social del sector,** y su participación en la gobernanza desde la colaboración con la representación política responsable, por mandato ciudadano en las elecciones, de las decisiones y actuaciones públicas. Aplicación del “Plan Estratégico de Gobernanza e Innovación Pública de 2020 en la CAPV y de la “Norma Foral 5/2018 de 12 de noviembre sobre Participación Ciudadana”
- **Por una participación activa en los planes de las instituciones** más cercanas a la ciudadanía, y, por ello, también de las Personas Mayores, como son los Ayuntamientos, de acuerdo con la “Ley 12/2008, de 5 de diciembre de Servicios Sociales”, cuyo marco normativo se desarrolla por Decreto 185/2015 de 6 de octubre, sobre cartera de prestaciones y servicios del Sistema Vasco de Servicios Sociales y su correspondiente plan estratégico que quedan igualmente abiertos a la participación ciudadana.
- **Por el fortalecimiento de la plataforma de mayores,** que reivindique medidas de justicia y que, no limitándose a los problemas del sector, sea capaz de analizarlas en un contexto de globalidad de nuestra sociedad y del entorno también universal.
- **Por la lucha ante el cambio climático.** Con el confinamiento ocasionado por el Covid 19, los cielos de las ciudades se han vuelto azules y el aire sano. ¿Qué importancia tiene a corto y a medio plazo el modo de vida de la humanidad? ¿Cómo debemos luchar todos por la racionalidad en la utilización del planeta? Nuestro apoyo a la lucha a favor del planeta y nuestros hábitos de vida no afectarán sin más de manera decisiva a la mejora de la Madre Tierra, pero ayudará a la descontaminación local, al reciclaje integral y, sobre todo, será un ejemplo de actuación para las generaciones posteriores.

2.- BASES PARA UN PLAN INTEGRAL DE LAS PERSONAS MAYORES

Tomando como base la “Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo 2015-2020”, se trata de establecer las bases para reestructurarla y completarla con las aportaciones teóricas de distintos autores en torno a los ámbitos de las necesidades básicas vitales, así como por parte de distintas organizaciones en relación con las personas mayores. La propuesta resultante tiene valor de ensayo y precisará de mayor contraste y de otras formas de participación de los agentes implicados para que tenga validez y cobertura, pero es necesaria para poder elaborar el Plan de Formación.

2.1.- DESDE EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO AL ENVEJECIMIENTO DE VIDA PLENA

2.1.1.- Aportaciones y límites del enfoque de envejecimiento activo

El concepto de “envejecimiento activo” se va modificando y completando a lo largo de los años. La Organización Mundial de la Salud (2002) propone tres pilares para el envejecimiento activo: salud, seguridad y participación. Posteriormente, el Consejo de la Unión Europea (2012) y en el Índice de Envejecimiento Activo (2013) se señalan cuatro dimensiones con sus correspondientes indicadores: empleo; participación social; vida independiente, saludable y segura; capacidad y entornos apropiados para un envejecimiento activo. En la propuesta de International Longevity Centre (2015) que trata de actualizar el documento elaborado en 2002 por la Organización Mundial de la Salud, se señalan los siguientes pilares con sus correspondientes objetivos y acciones: salud; aprendizaje continuo a lo largo de la vida; participación; seguridad; recomendaciones transversales. En la Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo” (2016) se señalan tres áreas temáticas con sus correspondientes objetivos y acciones: adaptación de la sociedad al envejecimiento: un nuevo modelo de gobernanza; anticipación y prevención para envejecer mejor; amigabilidad y participación en la construcción de una sociedad del bienestar.

El planteamiento de envejecimiento activo ha supuesto un avance considerable para superar el estereotipo, anclado en el pasado, que asocia la persona mayor con pasividad, dependencia y carga social. Se trata de impulsar la modificación de la idea de que la vejez está forzosamente asociada con el estancamiento, deterioro, enfermedad y dependencia. De contrarrestar el tópico de que las políticas dirigidas a personas mayores son casi en exclusiva las sanitarias y sociales, es decir, las que precisan gasto social. En su lugar se impulsa la idea del envejecimiento activo, entendido en su doble dimensión personal y social, para tratar de poner en valor la visión positiva de la contribución de las personas mayores al conjunto de la sociedad y del potencial que representan en la vida ciudadana.

El principio de la actividad es uno de los pilares para el desarrollo integral de las personas, válido en todas las edades y de especial relevancia en edades avanzadas. El riesgo es entenderlo de forma aislada e incompleta y de aplicarla de forma limitada sólo en determinados ámbitos.

- La tipología de actividades puede ser muy variada, desde actividades físicas o mentales puramente mecánicas, meros ejercicios de repetición, hasta actividades más complejas que precisan búsqueda y comprensión de información, pensamiento crítico, pensamiento creativo, aplicación de ideas en proyectos, actividades en grupo...

Aprender a hacer y a emprender, de acuerdo con la propuesta del informe de la UNESCO presidido por Delors, es uno de los pilares de la educación a lo largo de la vida, pero la actividad sola, si no va acompañada por los restantes pilares de aprender a pensar, aprender a convivir, aprender a comunicar y aprender a ser, es una actividad pobre que contribuye poco al desarrollo del envejecimiento de vida plena.

- En las propuestas de envejecimiento activo anteriormente citadas, se tienen en consideración sobre todo los ámbitos relacionados con las necesidades fisiológicas y de salud, seguridad y protección (necesidades de supervivencia), y las necesidades sociales de participación. Pero no se tienen en cuenta otras necesidades que también son básicas para alcanzar una vida plena, tales como las necesidades afectivas, las necesidades lúdicas y artísticas, las necesidades de conocimiento y de uso de la tecnología y la de dar sentido a la vida. Tampoco se plantean de forma integrada las capacidades y competencias que se precisan para satisfacer las necesidades.

El enfoque del envejecimiento activo se ha convertido con frecuencia en activismo, en la creencia de que actividad y bienestar son dos caras de la misma moneda. La actividad para que produzca satisfacción ha de tener un sentido. El bienestar no depende de la cantidad de acciones sino del sentido que se encuentra al realizarlas. El ser humano además de la acción práctica y la productiva, sus dos actividades más habituales y compartidas con otras especies animales, es capaz de contemplar. La contemplación es la actividad más específica y exclusiva del ser humano, y una forma tan válida o más que la acción y la producción para procurar el bienestar y satisfacción de las personas. Esto es cierto en todas las edades, pero de forma especial en la última etapa del ciclo vital.

2.1.2.- Vida plena y necesidades básicas

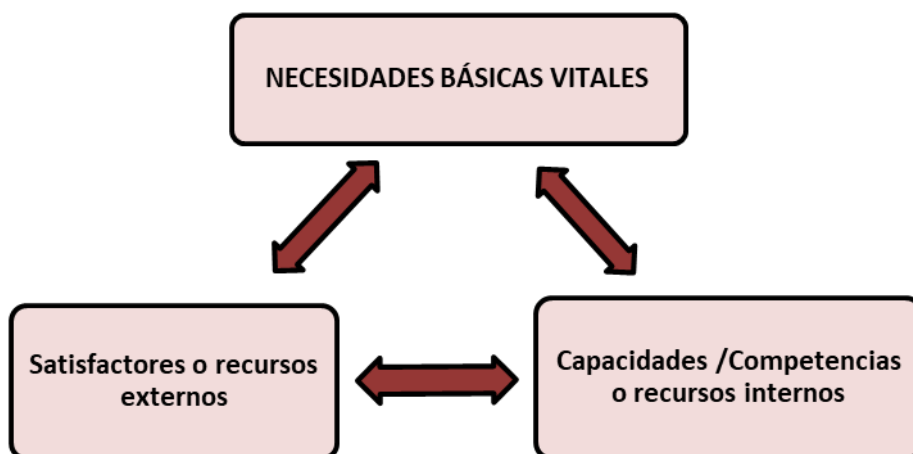
La aspiración que persiguen las personas –mayores y no mayores-, es el desarrollo constante a lo largo de su vida. En concreto, entendemos que la aspiración y empeño de las personas mayores, no es tanto llegar a una fase avanzada en la que, envejecidas, mantengan, sin embargo, actividad y dinamismo social - “**envejecimiento activo**”, sino más bien completar a través de los años su propio desarrollo vital, progresar en el desarrollo de las dimensiones de su persona trabajadas a lo largo de la vida, e incluso –en ese ciclo avanzado de su vida- descubrir y abordar otras nuevas quizá inexploradas.

Ese concepto que denominamos de **vida plena**, sucesivo y transversal, a todas las etapas de la vida, de búsqueda permanente y, al mismo tiempo en esta etapa, de culminación consciente, proactiva y constructiva de la vida, proponemos que inspire las políticas públicas y el enfoque del resto de agentes sociales.

Creemos que el cambio hacia un nuevo paradigma (de envejecimiento activo a vida plena) no es de mero matiz ni semántico, sino que representa un cambio de perspectiva y dinámica en el que subyace y aflora una concepción diferente del envejecimiento a lo largo de la vida y particularmente en la fase avanzada del proyecto vital.

El modelo de vida plena que se propone pivota sobre las necesidades básicas. Se trata de plantear de forma interrelacionada: a) Los satisfactores o recursos externos que constituyen el capital social que se precisan para satisfacer las necesidades básicas; b) Las competencias personales o recursos internos, tanto específicas que se precisan para satisfacer cada una de

las necesidades básicas, así como las competencias transversales que son comunes a todas ellas. Se entiende por vida plena aquella en la que, disponiendo de los satisfactores o recursos contextuales externos y de las competencias personales internas, se satisfacen las necesidades básicas vitales.



En este documento se entiende por **necesidades básicas vitales** aquellas que las personas y el conjunto de la sociedad deben lograr si han de evitar el daño grave y sostenido. La privación e insatisfacción de las necesidades básicas humanas, sea de forma consciente o inconsciente, puede producir un daño grave y objetivo en el desarrollo de las personas y en la convivencia social. La satisfacción óptima de las necesidades básicas es la condición para el desarrollo pleno de la persona y del bienestar social. Pero no hay un estándar fijo para definir el logro de la vida plena, sino que cada persona logra su vida plena en la medida que satisface las necesidades básicas vitales, según sus posibilidades y limitaciones de acuerdo con los recursos externos e internos.

Las necesidades básicas son las mismas en las distintas etapas de la vida, lo cual favorece la mirada intergeneracional; tienen un carácter universal, puesto que son compartidas por todos y cada uno de los seres humanos de forma permanente. Hablar de necesidades básicas, entendiendo que son aquellas que nos son comunes a los seres humanos, es hablar del bien común. En la medida que se satisfacen las necesidades básicas por parte de todos, se contribuye al bien común. Conviene diferenciar los deseos, intereses y motivaciones procedentes de las necesidades básicas, de lo que es necesario para el bien común y para salvaguardar la dignidad humana y la calidad de vida, de las necesidades que se generan por presión del entorno sociocultural y de una economía material sin medida. En un contexto social poblado de necesidades creadas, aparentes y falsas necesidades, nos parece clave depurar, pero también ajustar como soporte para una vida plena, el concepto de necesidades vitales, de necesidades-para-la-vida.

Las necesidades humanas se materializan y se hacen presentes por medio de los **satisfactores**, conocidos también como determinantes o **recursos externos**, que dependen de las condiciones económicas y socio-culturales. Por ejemplo, la necesidad de subsistencia es universal y atemporal, pero los satisfactores tales como la alimentación, el abrigo y el trabajo son históricos y varían en las distintas etapas de la vida de acuerdo con las circunstancias

contextuales (geográficas, históricas, culturales, económicas...) y también personales. La distinción entre necesidades y satisfactores tiene la virtualidad de hacer compatibles la idea de la existencia de necesidades humanas universales, limitadas en número, con la idea de los satisfactores que van cambiando, que son diferentes en cada período histórico, que varían de una cultura a otra y dentro del mismo período histórico y cultural entre las distintas etapas del ciclo vital.

Para satisfacer las necesidades humanas, además de los satisfactores o recursos externos, se precisan las capacidades y competencias personales o recursos internos. Entendemos por **capacidades** las potencialidades físicas, intelectuales, emocionales, sociales, lúdicas, estéticas, espirituales... que tiene el ser humano por pertenecer a la especie humana. Y por **competencias** la actualización combinada de dichas capacidades virtuales, haciendo uso de forma conjunta y coordinada de conocimientos o saberes declarativos, de procedimientos o pautas para actuar y de actitudes o disposiciones motivacionales que se precisan para satisfacer las necesidades básicas. Las competencias específicas son las que se precisan para satisfacer cada una de las necesidades básicas. Las competencias transversales son las que se precisan para satisfacer el conjunto de necesidades básicas.

La aplicación del enfoque desde las necesidades humanas tiene su evolución. Tras la II Guerra Mundial emerge y se impone la corriente de pensamiento basada en la creencia de que el logro del crecimiento y la prosperidad económica era la fórmula para el “desarrollo”. El desarrollo consistía en que los países más pobres se acercaran a la producción económica de los países más ricos, pensando que de esa manera se producirían de forma automática efectos beneficiosos para los sectores más pobres. A partir de la década de 1970 se cuestiona el modelo teórico que equipara crecimiento económico y desarrollo humano y se sustituye por el modelo de las necesidades humanas. El crecimiento económico es, sin duda, uno de los prerequisites para superar las situaciones de pobreza que impiden la satisfacción de las necesidades básicas de supervivencia, pero se constató que sus beneficios no se extendieron a los estratos sociales más desfavorecidos. Por otra parte, la idea de “desarrollo” resultaba ambigua, ya que invocando el desarrollo se producían situaciones de desarrollo injusto y de crecimiento ilimitado no sostenible.

Desde las aportaciones de distintas ciencias humanas como la psicología, la sociología, la antropología, la filosofía..., hay otras formas más comprensivas de entender las necesidades básicas. Nuestro planteamiento va en la misma línea de quienes entienden que las necesidades básicas:

- No se limitan a las necesidades de supervivencia, sino que incluyen todas aquellas que se precisan para el bien común de la sociedad y para el desarrollo integral de las capacidades humanas. La satisfacción de las necesidades básicas incide en el bienestar humano y la calidad de vida personal y social.
- No se limitan a las situaciones de pobreza que dependen de la economía e inciden en la supervivencia, sino que se abarca todas las situaciones de pobreza (intelectual, social, afectiva, ocio, creativa, espiritual...), que impiden el desarrollo integral de las capacidades humanas y el bienestar social.

- Son universales, es decir, son parte intrínseca de las características biológicas y mentales de los seres humanos, aunque los satisfactores son históricos, y están social y culturalmente contruidos.
- Son comunes a las distintas etapas del ciclo vital, desde la infancia hasta la vejez, lo que facilita el enfoque intergeneracional de corresponsabilidad, que contempla de forma conjunta y sin rupturas la continuidad de las mismas necesidades básicas a lo largo de la vida, con la diversidad de respuestas en cada una de las etapas de la vida.
- La satisfacción de las necesidades humanas ha de responder tanto a las necesidades individuales como a las sociales. No se puede limitar a la satisfacción hedonista de las necesidades/deseos individuales de las personas mayores.
- La satisfacción de las necesidades básicas precisa del compromiso de transformación social, en beneficio del bien común del conjunto de la sociedad y no sólo de las personas mayores.

No se entiende el concepto de necesidad solo de una manera pasiva, receptora, proteccionista, en modo digamos de *atención*, sino también, de forma activa, en modo de *aportación*: la necesidad de enseñar, de dar, de aportar al conjunto de la sociedad aquellas potencialidades, habilidades, competencias que se han ido adquiriendo/consiguiendo en el transcurso del proceso vital. Será a partir de la cobertura de esas necesidades vitales-para-la-vida, en modo de atención y de aportación, aceptando esta simplificación ya que la atención ha de ser participativa y al aportar se recibe también, como la persona podrá construir su proyecto de **vida plena**.

2.1.3.- Ámbitos de las necesidades básicas vitales

Hay distintos modelos teórico-explicativos sobre las necesidades humanas, que proponen distintas clasificaciones de dichas necesidades. Para la realización de este documento hemos revisado las propuestas de Doyal, L. y Gough, I. (1994), Maslow, A. (1989), Max-Neuf, M.-Cepaur (1994), Barandiaran, J.M. (1985), Nussbaum, M. (2012).

2.1.3.1.- Doyal, I. y Gough, I.

Se trata de un enfoque jerárquico, pasando desde los objetivos universales a las necesidades básicas, hasta llegar a las necesidades intermedias.

Identifican dos necesidades básicas o sustanciales universales y objetivas: salud y autonomía. Para que los individuos actúen y sean responsables deben tener tanto la capacidad física como la mental para hacerlo. La mayoría de los bienes y servicios requeridos para satisfacer las necesidades de salud y autonomía son culturalmente variables. Entienden que por “satisfactores” todo objeto, actividad, relación que satisface las necesidades básicas. Los satisfactores son culturalmente variables. Los indicadores/estándares están siempre abiertos a ser cuestionados y mejorados.

Necesidades básicas (universales)	Necesidades intermedias (satisfactores específicos, culturalmente variables)	Indicadores de satisfacción: óptimos y mínimos (variables)
1.- Salud física: Reducción al mínimo de la discapacidad, la enfermedad y la muerte prematura. 2.- Autonomía personal: Reducción al mínimo de los desórdenes mentales, la privación de conocimientos y la limitación de facultades.	1.- Alimentos nutritivos y agua potable -Consumo calórico por debajo de las exigencias de la FAO y WHO -Consumo de otros nutrientes por debajo de mínimos -% que no tiene acceso a agua potable -% que sufre enfermedades con deficiencias y malnutrición -% de bebés con bajo peso al nacer -% de obesos 2.- Alojamiento protector -% de gente sin techo -% de viviendas que no protegen del clima normal -% sin servicios sanitarios adecuados -% de personas que vive por encima de una media por habitación 3.- Entorno laboral no perjudicial -Incidencia de riesgos específicos -Incidencia de trabajos que perjudican la autonomía emocional/cognitiva -Lesiones/muertes producidas por accidentes laborales -Enfermedades/muertes por enfermedades laborales 4.- Entorno físico no perjudicial -% que experimenta concentraciones de agentes contaminantes por encima de niveles especificados: aire, agua, suelo, radiación, ruido 5.- Atención sanitaria apropiada -Médicos/enfermeras/camas de hospital por habitante por debajo de niveles especificados -% sin acceso a servicios de salud comunitarios -% que no está completamente inmunizado contra enfermedades específicas 6.- Infancia segura -% de niños abandonados, víctimas de abusos y abandono -% de niños que sufren falta de estímulo, respuestas positivas, responsabilidad	1.- Posibilidades de supervivencia: -Esperanza de vida a varias edades -Tasa de mortalidad por edades específicas, especialmente infantil por debajo de 5 años. 2.- Mala salud física: -Incidencia de discapacitaciones y desglose según gravedad -Incidencia de desarrollo infantil insuficiente y desglose según gravedad -Porcentaje de personas que sufren dolencias graves -Tasas de morbilidad para varias clases de enfermedad 3.- Autonomía e insania mental: -Incidencia de trastornos psíquicos, depresivos y otros desarreglos 4.- Privación cognitiva: -Falta de conocimientos de relevancia cultural -Analfabetismo -Falta de conocimientos matemáticos,

Necesidades básicas (universales)	Necesidades intermedias (satisfactores específicos, culturalmente variables)	Indicadores de satisfacción: óptimos y mínimos (variables)
	7.- Relaciones primarias significativas -% sin una relación cercana y de confianza -% con contactos sociales escasos o sin ellos -% que no tiene a quién recurrir en caso de necesidad 8.- Seguridad económica -% que sufre pobreza absoluta -% que sufre pobreza relativa (participación estándar) -% que posee poca protección contra contingencias especificadas 9.- Seguridad física -Tasas de homicidios -Tasas de víctimas de crímenes violentos -Víctimas de violencia estatal -Víctimas de guerra 10.- Educación apropiada -Falta de educación primaria y secundaria -Años de estudios formales por encima de un nivel dado -Falta de cualificaciones específicas -Falta de educación universitaria 11.- Control de los nacimientos y la crianza -Sin acceso a abortos y contracepción seguros -Tasa de mortalidad materna	científicos y de otras disciplinas básicas -Falta de capacidad comunicativa en lenguas de difusión mundial 5.- Posibilidades de actividad económica: -Desempleo y otras evaluaciones de la marginación de tareas sociales significativas -Falta de tiempo libre, una vez realizadas las actividades productivas y reproductivas

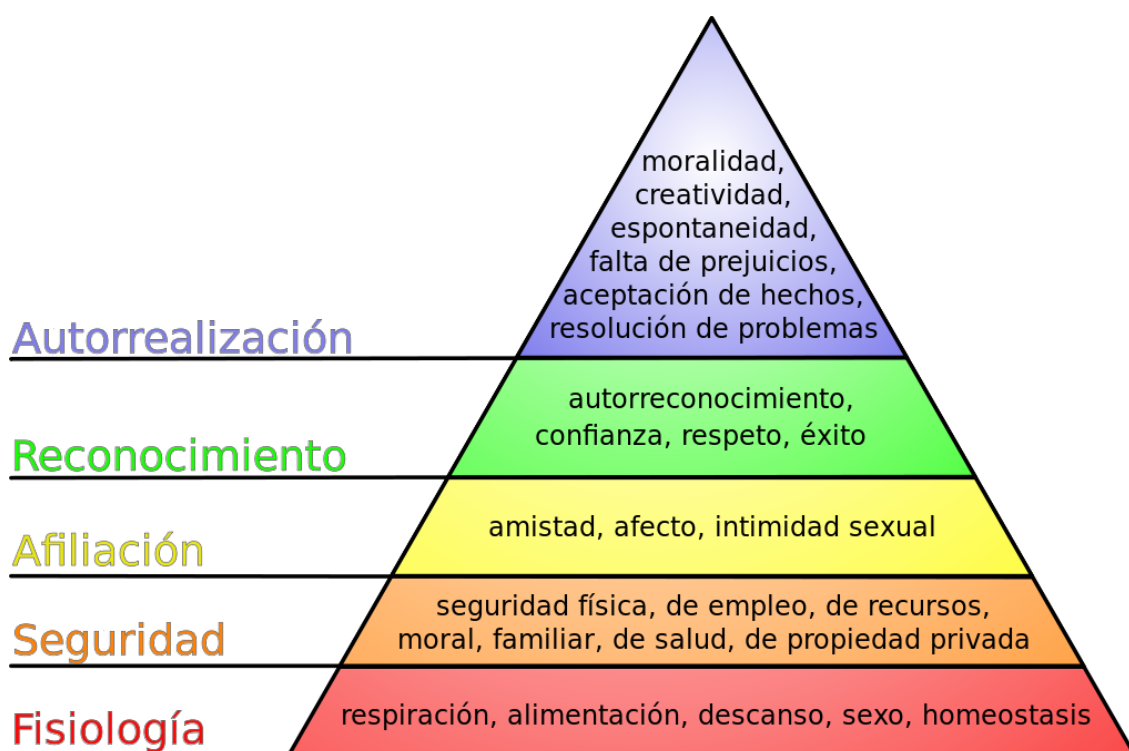
Indicadores de las condiciones sociales previas (variables)

Condiciones sociales previas	Ejemplos de indicadores sociales
Respecto a los derechos civiles/políticos. Participación política	-Índice de respeto de los derechos reconocidos por la ONU -Índice de democracia representativa -Niveles de participación electoral -Índice de influencia ciudadana en el sistema político
Bases materiales para los derechos a la satisfacción de necesidades. Producción y distribución de satisfactores	-Valor de la producción de artículos básicos per cápita -Renta real de los grupos más pobres (como proporción de los logros de los mejores países en cada etapa del desarrollo)

Condiciones sociales previas	Ejemplos de indicadores sociales
Transformación de las necesidades	-Índice de satisfacción de necesidades -Tasa de masculinidad -Consumo de energía renovable per cápita -Emisiones de gases de efecto invernadero per cápita -Tasa de fertilidad total

2.1.3.2.- Maslow, A.

Se plantea la existencia de distintos tipos de necesidades que van ascendiendo, en una jerarquía, desde las necesidades más básicas y elementales para la supervivencia, hasta llegar a la cúspide del desarrollo humano representado por la autorrealización.



1.- **Necesidades fisiológicas:** se expresan en la necesidad de liberarse de la sed y del hambre, de aliviar el dolor, el cansancio y el desequilibrio fisiológico, la necesidad de dormir, sexo...

2.- **Necesidades de seguridad:** se expresen en la preocupación por ahorrar, por comprar bienes y seguros, para obtener una vida ordenada, cierta, y un futuro predecible, en el que no se produzcan riesgos o peligros para la integridad personal o familiar. Se puede manifestar de forma negativa como temor y miedo.

3.- **Necesidades de amor y pertenencia:** se expresan en la necesidad de tener amigos, de compañeros, de una familia, de identificación con un grupo y de intimidad con otra persona. En general, de reconocer y ser reconocidos por los semejantes, de sentirse arraigados en lugares e integrados en redes y grupos sociales.

4.- **Necesidades de estima:** se pueden dividir en dos grupos: a) Las que se refieren al amor propio (confianza en sí mismo, autoestima, autoaceptación); b) Las que se refieren al otro (reputación, admiración, fama...).

5.- **Necesidades de autorrealización:** necesidades de satisfacer nuestras propias capacidades personales, de desarrollar nuestro potencial, de hacer aquellos para lo cual tenemos mejores aptitudes, la necesidad de descubrir la verdad, crear belleza, producir orden, fomentar la justicia. La necesidad de transcendencia es el grado final de motivación que se traduce en la necesidad de contribuir a la humanidad. La define como: “la realización de las potencialidades de la persona, llegar a ser plenamente humano, llegar a ser todo lo que la persona puede ser; contempla el logro de una identidad e individualidad plena”.

Adicionalmente, Maslow menciona otros dos tipos de necesidades: las cognitivas y las estéticas, aunque no las ubica en un lugar específico dentro de la jerarquía.

2.1.3.3.- Max-Neuf, M.- Fundación Cepaur

Proponen un esquema de clasificación de las necesidades de acuerdo con dos criterios.

- El primero de necesidades existenciales como las de Ser (atributos personales o colectivos), Tener (instituciones, normas, mecanismos, herramientas, leyes, etc.), Hacer (acciones personales o colectivas) y Estar (espacios y ambientes).
- El segundo según categorías axiológicas como las de Subsistencia, Protección, Afecto, Entendimiento, Participación, Ocio, Creación, Identidad y Libertad.

Las necesidades existenciales y axiológicas son universales, es decir, son las mismas en todas las culturas y en todos los períodos históricos, pero los satisfactores de dichas necesidades son históricos y están culturalmente determinados.

NECESIDADES AXIOLÓGICAS	NECESIDADES EXISTENCIALES			
	SER	TENER	HACER	ESTAR
Subsistencia	Satisfactores: Salud física, salud mental, equilibrio, solidaridad, humor, adaptabilidad	Satisfactores: Alimentación, abrigo, trabajo	Satisfactores: Alimentar, procrear, descansar, trabajar	Satisfactores: Entorno vital, entorno social

NECESIDADES AXIOLÓGICAS	NECESIDADES EXISTENCIALES			
	SER	TENER	HACER	ESTAR
Protección	Satisfactores: Cuidado, adaptabilidad, autonomía, equilibrio, solidaridad	Satisfactores: Sistemas de seguros, ahorro, seguridad social, sistemas de salud, legislaciones, derechos, familia, trabajo	Satisfactores: Cooperar, prevenir, planificar, cuidar, curar, defender	Satisfactores: Contorno vital, contorno social, morada
Afecto	Satisfactores: Autoestima, solidaridad, respeto, tolerancia, generosidad, receptividad, pasión, voluntad, sensualidad, humor	Satisfactores: Amistades, parejas, familia, animales domésticos, plantas, jardines	Satisfactores: Hacer el amor, acariciar, expresar emociones, compartir, cuidar, cultivar, apreciar	Satisfactores: Privacidad, intimidad, hogar, espacios de encuentro
Entendimiento	Satisfactores: Conciencia crítica, receptividad, curiosidad, asombro, disciplina, intuición, racionalidad	Satisfactores: Literatura, maestros, método, políticas educacionales, políticas comunicacionales	Satisfactores: Investigar, estudiar, experimentar, analizar, meditar, interpretar	Satisfactores: Ámbitos de interacción formativa: escuelas, universidades, academias, agrupaciones, comunidades, familia
Participación	Satisfactores: Adaptabilidad, receptividad, solidaridad, disposición, convicción, entrega, respeto, pasión, humor	Satisfactores: Derechos, responsabilidades , obligaciones, atribuciones, trabajo	Satisfactores: Afiliarse, cooperar, proponer, compartir, discrepar, acatar, dialogar, acordar, opinar	Satisfactores: Ámbitos de interacción formativa: cooperativas, asociaciones, iglesias, comunidades, vecindarios, familia

NECESIDADES AXIOLÓGICAS	NECESIDADES EXISTENCIALES			
	SER	TENER	HACER	ESTAR
Ocio	Satisfactores: Curiosidad, receptividad, imaginación, despreocupación, humor, tranquilidad, sensualidad	Satisfactores: Juegos, espectáculos, fiestas, calma	Satisfactores: Divagar, abstraerse, soñar, añorar, fantasear, evocar, relajarse, divertirse, jugar	Satisfactores: Privacidad, intimidad, espacios de encuentro, tiempo libre, ambientes, paisajes
Creación	Satisfactores: Pasión, voluntad, intuición, imaginación, audacia, racionalidad, autonomía, inventiva, curiosidad	Satisfactores: Habilidades, destrezas, método, trabajo	Satisfactores: Trabajar, inventar, construir, idear, componer, diseñar, interpretar	Satisfactores: Ámbitos de producción y retroalimentación , talleres, ateneos, agrupaciones, audiencia, espacios de expresión, libertad temporal
Identidad	Satisfactores: Pertenencia, coherencia, diferencia, autoestima, asertividad	Satisfactores: Símbolos, lenguaje, hábitos, costumbres, grupos de referencia, sexualidad, valores, normas, roles, memoria histórica, trabajo	Satisfactores: Comprometerse , integrarse, confundirse, definirse, conocerse, reconocerse, actualizarse, crecer	Satisfactores: Socio-ritmos, entornos de la cotidianidad, ámbitos de pertenencia, etapas madurativas
Libertad	Satisfactores: Autonomía, autoestima, voluntad, pasión, asertividad, apertura, determinación, audacia, rebeldía, tolerancia	Satisfactores: Igualdad de derechos	Satisfactores: Discrepar, optar, diferenciarse, arriesgar, conocerse, asumirse, desobedecer, meditar	Satisfactores: Plasticidad espacio-temporal

2.1.3.4.- Barandiaran, J.M.

Desde el enfoque antropológico entiende que la cultura es el conjunto de soluciones y todos los modos de vida o normas que un grupo humano adopta para dar respuesta a las necesidades básicas de la vida cotidiana (cultura material), así como el significado que les otorga (cultura simbólica).

Estas necesidades básicas son comunes y universales a la especie humana, pero las respuestas son históricas y particulares. Estas necesidades no han de ser consideradas como ámbitos aislados, sino que, por el contrario, hemos de verlas como necesidades en interacción que se interpelan y condicionan entre sí.

Necesidades básicas universales	Descriptor
1.- ¿Cómo conseguiré comida, bebida y salud?	Las posibilidades que ofrece el medio natural y con la interacción del ser humano con el medio natural, con sus sistemas de producción económica, comercialización, tecnología... va encontrando soluciones culturales específicas a estas necesidades básicas.
2.- ¿Cómo me protegeré?	Los grupos humanos responden a esta necesidad mediante las distintas formas de vivienda, vestido..., así como las distintas formas de seguridad y defensa.
3.- ¿Cómo conoceré el mundo y cómo conseguiré poner a mi disposición de forma justa y sostenible los materiales y las fuerzas que necesito?	La respuesta a esta cuestión se encuentra en la historia del desarrollo científico y tecnológico de los grupos humanos y de la humanidad.
4.- ¿Cómo obtendré la ayuda de mis semejantes y como organizaré mi vida social?	Las soluciones a esta necesidad son las variadas formas de organización social que hemos creado: familia, barrio, pueblo, región, estado, comunidades de naciones, escuelas, sindicatos, sociedades, etc.
5.- ¿Cómo me comunicaré con mis semejantes?	La respuesta a esta necesidad se realiza mediante los distintos lenguajes y medios de comunicación, siendo el lenguaje oral y escrito la forma más significativa de comunicación. Las Tecnologías de la Información y de la Comunicación adquieren una especial relevancia.
6.- ¿Cómo realizaré aquellas cosas que me agradan y me gustan?	La respuesta a esta necesidad se realiza a través de las distintas formas de juego, ocio y de arte plástico, musical, danza, etc.
7.- ¿Quién soy yo, qué es el ser humano y cuál es su fin?	La respuesta a esta cuestión es el conjunto de teorías, creencias, símbolos, mitos, religiones..., que tratan de explicar y dar sentido al destino y al por qué y para qué del ser humano.

2.1.3.5.- Nussbaum, M.

El objetivo de Nussbaum es presentar las bases filosóficas para una explicación de los principios básicos que deberían ser respetados e implementados por los gobiernos de todas las naciones, como mínimo indispensable para cumplir la exigencia de respeto hacia la dignidad humana.

Su enfoque parte de una idea del ser humano como un ser libre y digno que forma su propia vida en cooperación y reciprocidad con otros.

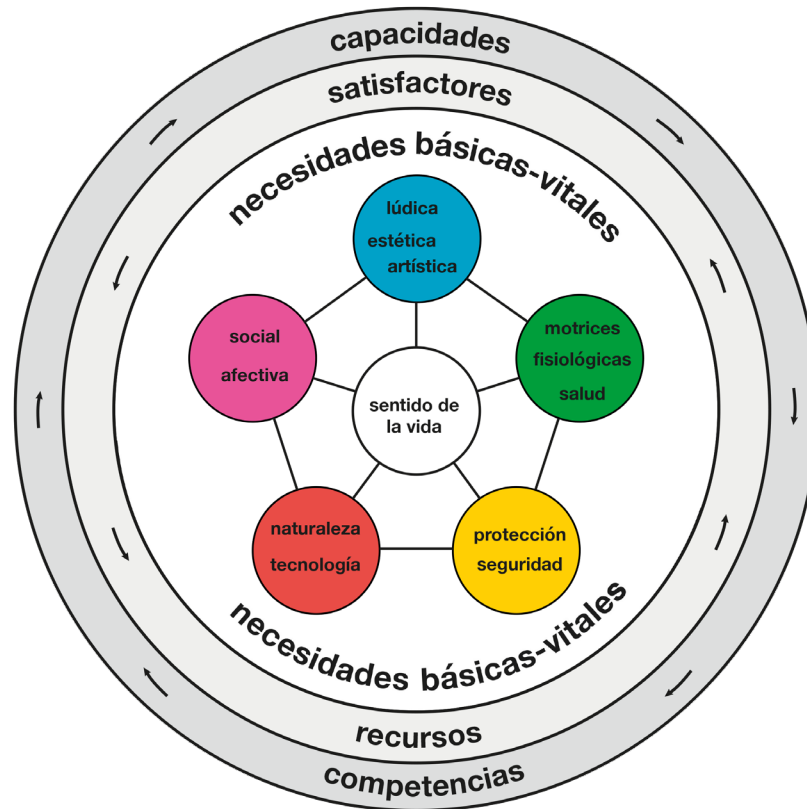
Considera que todas las capacidades funcionales son distintas, pero todas ellas fundamentales. No establece jerarquías, pero considera que las capacidades funcionales relacionadas con la “razón práctica” y la “afiliación” tienen especial significado, ya que las dos organizan y se difunden hacia las demás, haciendo que su búsqueda sea verdaderamente humana. Añade un tercer elemento de importancia primordial la “integridad corporal”.

1.- Vida	- Ser capaces de vivir una vida humana de duración normal hasta su fin, sin morir prematuramente o antes de que la vida se reduzca a algo que no merece la pena vivir.
2.- Salud corporal	- Ser capaces de gozar de buena salud, incluyendo la salud reproductiva, estar adecuadamente alimentado y tener una vivienda adecuada.
3.- Integridad corporal	- Ser capaces de moverse libremente de un lugar a otro; que los límites físicos propios sean considerados soberanos, es decir, poder estar a salvo de asaltos, incluyendo la violencia sexual, los abusos sexuales infantiles y la violencia de género; tener oportunidades para disfrutar de la satisfacción sexual y de la capacidad de elección en materia de reproducción.
4.- Sentidos, imaginación y pensamiento	- Ser capaces de utilizar los sentidos, de imaginar, pensar y razonar, y poder hacer estas cosas de una forma realmente humana, es decir, informada y cultivada gracias a una educación adecuada, que incluye (pero no está limitada) a la alfabetización y a la formación básica matemática y científica. - Ser capaces de hacer uso de la imaginación y el pensamiento para poder experimentar y producir obras auto-expresivas, además de participar en acontecimientos elegidos personalmente, que sean religiosos, literarios o musicales, entre otros. - Ser capaces de utilizar la mente de maneras protegidas por las garantías a la libertad de expresión, con respeto a la expresión política, artística y de culto religioso. - Ser capaces de buscar el sentido propio de la vida de forma individual. - Ser capaces de disfrutar de experiencias placenteras y de evitar daños innecesarios.

5.- Emociones	- Ser capaz de tener vínculos afectivos con cosas y personas ajenas a nosotros mismos; amar a los que nos aman y nos cuidan y sentir pesar ante su ausencia. En general, amar, sentir pesar, añorar, agradecer y experimentar ira justificada. - Poder desarrollarse emocionalmente sin las trabas de los miedos y ansiedades, ni por casos traumáticos de abusos y negligencias. (Esto supone promover formas de asociación humana).
6.- Razón práctica	- Ser capaces de formar un concepto del bien e iniciar una reflexión crítica respecto a la planificación de la vida (Esto supone la protección de la libertad de conciencia).
7.- Afiliación/Vinculación	A) Ser capaces de vivir con otros y volcados hacia otros, reconocer y mostrar interés por otros seres humanos y comprometerse en diversas formas de interacción social. - Ser capaces de imaginar la situación del otro y tener compasión hacia esta situación. - Tener capacidad tanto para la justicia como para la amistad. (Todo esto implica proteger las instituciones que impulsan tales formas de afiliación, así como la libertad de reunión y de discurso político) B) Teniendo las bases sociales del amor propio y de la no humillación, ser capaces de ser tratados como seres dignos cuyo valor es idéntico al de los demás. (Esto implica, como mínimo, la protección contra las discriminación por motivo de raza, sexo, orientación sexual, religión, casta, etnia y origen nacional)
8.- Ecología	Ser capaces de vivir interesados en relación con los animales, las plantas y el mundo de la naturaleza.
9.- Juego	Ser capaces de reír, jugar y disfrutar de actividades de ocio.
10.- Control sobre el entorno	A) Político - Ser capaces de participar eficazmente en las decisiones políticas que gobiernan nuestras vidas; tener derecho de participación política junto con la protección de la libertad de expresión y de asociación. B) Material - Ser capaces de poseer propiedades (tanto tierras como bienes muebles) no sólo de manera formal, sino en términos de una oportunidad real; tener derechos sobre la propiedad en base de igualdad con otros; tener derecho de buscar un empleo en condiciones de igualdad con otros, ser libres de registros y embargos injustificados.

2.1.4.- Propuesta “Bizitza betea” de necesidades básicas vitales

Del análisis realizado de las propuestas de distintos autores se deduce que hay distintos modelos teórico-explicativos y distintas clasificaciones de las necesidades humanas. Partiendo de dichas propuestas y tratando de integrarlas, realizamos la nuestra en este proyecto de “Bizitza betea”, conscientes de su relatividad. Proponemos para este proyecto los siguientes ejes de necesidades básicas vitales:



Necesidades básicas vitales	Descriptores	Correspondencias
1.- Necesidades fisiológicas, motrices y de salud	Responden a la necesidad de disponer de los recursos externos y competencias para gozar de buena salud física y mental, así como la de reducir al mínimo la discapacidad, la enfermedad, la dependencia y la muerte prematura.	DOYAL Y GOUGH: Salud MASLOW: Fisiológicas MAX-NEUF: Subsistencia BARANDIARAN: Comida, bebida y salud NUSSBAUM: Vida, Salud corporal, Integridad corporal

Necesidades básicas vitales	Descriptor	Correspondencias
2.- Necesidad de seguridad y protección	Responden a la necesidad de disponer de los recursos externos y competencias para gozar de seguridad y protección física, sanitaria, psicológica, social y económica.	DOYAL Y GOUGH: Salud MASLOW: Seguridad MAX-NEUF: Protección BARANDIARAN: Protección NUSSBAUM: Salud corporal
3.- Necesidad de conocimiento de la naturaleza y de uso de la tecnología	Responden a la necesidad de disponer de los recursos externos y competencias para conocer y cuidar la naturaleza y poner a nuestra disposición sus fuerzas y energías de forma sostenible, así como del conocimiento para organizar y convivir de forma amigable en la sociedad, y para conocerse y autorrealizarse.	DOYAL Y GOUGH: Autonomía personal MASLOW: Cognitivas, seguridad MAX-NEUF: Entendimiento BARANDIARAN: Conocimiento del mundo y disponibilidad de los materiales y energía NUSSBAUM: Sentidos, imaginación y pensamiento, ecología, control sobre el entorno.
4.- Necesidades sociales y afectivas	Responden a la necesidad de disponer de los recursos externos y competencias para establecer vínculos afectivos con personas y grupos diferentes, para convivir con los demás de acuerdo con los valores de igualdad, justicia, solidaridad y libertad y para participar en la organización de la vida social.	DOYAL Y GOUGH: Autonomía personal MASLOW: Amor y pertenencia: estima MAX-NEUF: Participación BARANDIARAN: Ayuda de los semejantes y organización de la vida social NUSSBAUM: Control sobre el entorno, emociones, afiliación.
5.- Necesidades lúdicas, estéticas, artísticas	Responden a la necesidad de disponer de los recursos externos y competencias para realizar aquellas cosas que nos agradan y gustan.	DOYAL Y GOUGH: Autonomía personal MASLOW: Estéticas MAX-NEUF: Ocio; Creación BARANDIARAN: Realización de aquello que me agrada y guste NUSSBAUM: Sentidos, imaginación y pensamiento; juego.

Necesidades básicas vitales	Descriptor	Correspondencias
6.- Necesidad de dar sentido a la vida	Responde a la necesidad de disponer de los recursos externos y competencias para desarrollar nuestras propias capacidades personales, o las de otros, de desarrollar nuestro potencial, o el de otros, de hacer aquello que en verdad queremos, podemos y debemos y de dar sentido a la vida mediante la realización y transmisión del proyecto de vida.	DOYAL Y GOUGH: Autonomía personal MASLOW: Autorrealización MAX-NEUF: Identidad; Libertad BARANDIARAN: ¿Quién soy yo, qué es el ser humano, cuál es su fin? NUSSBAUM: Sentidos, imaginación y pensamiento

Tal como se representa en la imagen todas las necesidades básicas se complementan entre sí y están interrelacionadas. Por ejemplo, para satisfacer las necesidades fisiológicas, motrices y de salud, se precisan satisfactores relacionados con las necesidades de seguridad y protección, con las del conocimiento y la tecnología, con las afectivas y sociales, con las lúdicas y estéticas y todas ellas adquieren sentido desde las prioridades del proyecto de vida personal. El mismo ejercicio de interrelación e interdependencia se puede realizar partiendo de las restantes necesidades básicas.

Por otra parte, no se establece una relación jerárquica entre ellas, ya que todas se consideran necesidades básicas, es decir, necesarias para evitar un daño grave y sostenido. Lo habitual es dar prioridad a la satisfacción de las necesidades de supervivencia física, tratando de evitar las carencias relacionadas con las necesidades fisiológicas, motrices y de salud, y las de seguridad y protección. Pero la vida humana es bastante más que la ausencia de la muerte. La vida humana sin conocimiento, sin relación afectiva y social, sin diversión, sin libertad y sentido de la vida, no es vida humana. Todas son igualmente necesidades básicas que se presentan como prioritarias en distintos momentos de la vida, dependiendo de las circunstancias personales y sociales. La ausencia sostenida de cualquiera de ellas supone un daño grave para la vida humana. La satisfacción óptima de las necesidades básicas equivale al logro de la vida plena.

Lo acontecido a causa del coronavirus es una experiencia práctica y auténtica que confirma tanto la interrelación e interdependencia entre todas las necesidades básicas, como la variabilidad e inestabilidad de las prioridades a nivel social y personal.

A lo largo del proceso se ha podido constatar la interrelación e interdependencia entre todas las necesidades básicas, ya que un acontecimiento que, en primera instancia, tiene que ver con la salud, afecta a todas las necesidades básicas:

- La pandemia del Covid 19 tiene que ver en primera instancia con la salud y tiene una incidencia directa en el sistema sanitario.

- Al ser un virus sobre el que no existe el conocimiento suficiente para un tratamiento eficaz, ni existe la vacuna para evitar futuras pandemias, incide en la necesidad de investigación y uso de la tecnología para su conocimiento.
- Se trata de un virus que tiene alto grado de propagación de contagios, lo que afecta a la necesidad de seguridad y protección.
- Para evitar los contagios se toman medidas de confinamiento de larga duración y se proclama el estado de alarma. En principio el confinamiento es una medida para garantizar la seguridad y protección, pero afecta a la estructura básica social de la organización del espacio y del tiempo, que incide en las formas de satisfacción de todas las necesidades básicas vitales y de los recursos que se precisan (económicos, alimentarios, motrices, vivienda, medio ambiente, educativos, formas de relación, sentimientos y vida afectiva, ocio, turismo, industria cultural...)

La experiencia nos ha mostrado que las prioridades han ido cambiando a lo largo del proceso. Dependiendo de los puntos de vista se pueden hacer distintas lecturas de la secuencia de prioridades sociales colectivas que se han ido manifestando. Pero es innegable que no hay una jerarquía de necesidades preestablecidas y fijas, sino que, estando todas presentes, van pasando de forma no muy previsible al primer plano, para ser posteriormente sustituidas y pasar a un segundo plano. Tomando como referencia el relato de los medios de comunicación, al principio la preocupación mayor era la salud y las posibilidades de respuesta del sistema sanitario. Progresivamente, sin dejar de lado la preocupación por la salud, han ido pasando al primer plano el impacto sobre la satisfacción de las necesidades económicas, hasta convertirse en la preocupación mayor. En momentos puntuales y de forma ocasional han ido saltando al primer plano el impacto sobre cuestiones relacionadas con las necesidades de convivencia social y política, educativas, culturales, lúdicas y deportivas, afectivas... Lo sucedido es similar al efecto de la piedra que se lanza en medio del estanque, que produce ondas consecutivas en todo el estanque, y que rebotan al llegar al borde.

A nivel personal la casuística de prioridades es tan variada como las situaciones que se viven en cada momento en la vida cotidiana y que afectan de forma alternativa a todas las necesidades básicas, intercambiándose las prioridades de forma constante.

Se puede constatar el hecho de que, tanto a nivel social como personal, las necesidades básicas vitales están interrelacionadas y que las prioridades son cambiantes. Las circunstancias variables de cada situación y, sobre todo, las prioridades de los valores e intereses son factores que afectan a la jerarquía de las prioridades vitales. La sacudida por las consecuencias del coronavirus es una oportunidad para reflexionar sobre la consistencia de los valores y prioridades vitales dominantes en la sociedad y en uno mismo.

2.1.5.- Personalización de los itinerarios vitales

La capacidad de vida plena de las personas, de todas las personas incluyendo a mayores, no es homogénea, sino que está condicionada por múltiples variables.

Hay variables históricas y socio-culturales que afectan al conjunto de las sociedades y, por tanto, también a las personas mayores. Las formas de vida son históricas y, por tanto cambiantes, y diversas las respuestas culturales a las necesidades básicas vitales. Es cierto que el efecto de la globalización y mundialización incide en la homogeneización de las formas de

economía y de vida, pero es igualmente cierto hay gran diversidad en el conjunto de soluciones, modos de vida o normas, así como de interpretaciones que un grupo humano adopta para dar respuesta a las necesidades básicas de la vida cotidiana. Tener en cuenta esta variable es importante para evitar el riesgo de adoptar planes mundiales, europeos o estatales que no tienen en cuenta las características diferenciales socio-culturales y lingüísticas de cada entorno.

Hablando del conjunto de las personas mayores no es la misma la capacidad de vida plena de los teóricamente “mayores”, pero que están en excelente estado de salud y que perciben que su proceso madurativo sigue su progresión; la de quienes se sienten frágiles y comienzan a perder la salud, el dinamismo de la fase precedente y tener los primeros síntomas de desconfianza; y la de quienes han perdido la autonomía, son dependientes y tienen necesidad de cuidados de forma constante porque tienen, por ejemplo, demencia o una enfermedad crónica. La vejez del futuro va a caracterizarse por las diferencias y los contrastes tanto en el grupo de personas que conforman lo que conocemos como vejez (personas mayores), como en cuanto al propio proceso de envejecimiento. Las capacidades de las personas no son las mismas en las distintas fases del proceso de envejecimiento, y tampoco son los mismos los recursos que se precisan para satisfacer las necesidades básicas vitales.

Hay una serie de factores que inciden en la diversidad que genera discriminación por razones de edad, de discapacidad, de clase social, de procedencia, de raza, de género, de orientación sexual, de creencias y prácticas religiosas...Todas ellas son variables a tener en cuenta a la hora de personalizar y, en este caso, de plantear recursos e itinerarios vitales basados en el criterio de la discriminación positiva.

Hay también una diversidad enriquecedora, que tiene que ver con el derecho de todo ser humano a ser diferente. Todos tenemos una carga genética diferente y hemos construido de formas muy diversas nuestro propio itinerario vital. A la hora de plantearnos la transición a una nueva etapa del ciclo vital, no lo hacemos desde cero, sino a partir de múltiples tomas de decisión que dan como resultado lo que hemos construido en la vida y en lo que somos. Todo el cúmulo de deseos, intereses, responsabilidades, competencias que hemos construido en el pasado y conforman el presente, son la base para continuar el proceso de desarrollo personalizado de la vida plena.

La pregunta que cabe hacerse es si tiene sentido hablar de “vida plena” en la situación de fragilidad y sobre todo en la de dependencia. No es la misma la capacidad de vida plena en cada una de las fases del envejecimiento, por lo que las características de la vida plena son forzosamente distintas y están condicionadas. Tampoco se puede plantear un escenario único de vida plena, teniendo en cuenta las distintas situaciones de discriminación, y la diversidad de itinerarios vitales que hemos construido a lo largo de la vida. No hay una “vida plena” en abstracto, sino “vidas plenas” concretas y limitadas, siempre condicionadas por los recursos del entorno y las capacidades de cada persona. De forma que se puede hablar de la “vida plena” de una persona en situación de fragilidad, de dependencia o de discriminación, en la medida que disponga de los recursos personales, materiales y funcionales adecuados y desarrolle al máximo sus capacidades.

El tratar de establecer para el conjunto de personas mayores un referente común de los recursos y competencias que se precisan para satisfacer las necesidades básicas vitales, no es

en modo alguno contradictorio sino coherente, con el hecho de que los recursos y competencias señaladas han de aplicarse de forma individualizada, no homogénea sino heterogénea, de acuerdo con las condiciones y situaciones particulares de cada contexto y de cada persona. Dada la complejidad y las condiciones cambiantes del medio externo, no cabe un estándar único y fijo para definir los recursos y capacidades que se precisan para el logro de la vida plena. Tampoco sería coherente con el principio de la libertad y el valor de la autodeterminación en los que se basa esta propuesta. La propuesta de recursos y capacidades que se precisan para satisfacer las necesidades básicas vitales, hay que entenderlo como un referente abierto que proporciona opciones y puede ayudar a ampliar el campo de la toma de decisiones personales.

Existe una obligación ética que consiste en preservar la independencia y la libertad individual, de no aceptar la imposición ajena de los fines que rigen la conducta personal. Pero existe igualmente la obligación ética de adecuar la conducta con el respeto a la dignidad de la persona humana, y con la responsabilidad de conjugar la libertad personal con la libertad de los demás y el bien común del conjunto de la sociedad.

Desde esa mirada hacemos nuestras las líneas de acción propuestas en Ciudades Amigables con los Mayores:

- Reconoce la diversidad de las personas mayores.
- Respeta las decisiones y opciones de forma de vida.
- Promueve una cultura de inclusión compartida por personas de toda edad.
- Anticipa y responde de manera flexible a sus necesidades y preferencias relacionadas con el envejecimiento activo.

2.2.- TRASPOSICIÓN DE LAS PROPUESTAS QUE DESARROLLAN EL MODELO DE ENVEJECIMIENTO ACTIVO AL MOLDE DE LAS NECESIDADES BÁSICAS VITALES

A continuación se hace un ensayo de trasposición de los ejes y objetivos de cuatro propuestas programáticas que se consideran relevantes, a los ejes de las necesidades básicas vitales:

- Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo (2015-2020)
- International Longevity Centre (2015)
- Consejo de la Unión Europea (2012) e Índice de Envejecimiento Activo (2012)
- Ciudades Globales Amigables para las Personas Mayores (OMS, 2007); Euskadi Lagunkoia Sustaetatik (GV, 2014)

La trasposición realizada da una idea general de cuáles son los aspectos relacionados con cada una de las necesidades básicas vitales que se tienen en cuenta en las propuestas analizadas. Se trata de una fotografía con gran angular que ayuda a realizar una primera aproximación de las presencias y ausencias. La fotografía sería mucho más completa y matizada realizando la interpretación de las correspondencias entre las acciones que se incluyen en cada objetivo y los ámbitos de las necesidades básicas vitales. Dado que en este documento se trata de establecer las bases para un futuro Plan Integral, de momento se ha considerado que es suficiente el análisis presentado. En todo caso, el despliegue de las necesidades básicas vitales que se presenta a continuación puede servir también de referencia para enriquecer la actual propuesta de la Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo.

2.2.1.- Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo 2015-2020

La Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo 2015-2020, en concreto, se estructura sobre el eje de tres satisfactores que se consideran estratégicos:

1.- Adaptación de la sociedad al envejecimiento. Un nuevo modelo de gobernanza.

2.- Anticipación y prevención para envejecer mejor.

3.- Amigabilidad y participación en la construcción de una sociedad al bienestar.

En torno a los tres ejes se formulan los objetivos y cada uno de los objetivos tiene sus correspondientes acciones. En la trasposición que se realiza se hace la interpretación de la correspondencia y se trata de poner en relación los ejes y objetivos de la “Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo (2015-2020)” con los ámbitos o pilares de las necesidades básicas vitales.

Necesidades básicas vitales	Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo (2015-2020)
1.- Necesidades fisiológicas, motrices y salud	1.1.- Promover el desarrollo económico en torno al envejecimiento, como fuente de generación de empleo y riqueza, y como potencial yacimiento de nuevos consumos por las personas que envejecen (Objetivo 1.4) 1.2.- Promover un envejecimiento saludable (Objetivo 2.4)
2.- Necesidad de seguridad y protección	2.1.- Garantizar la seguridad y la inclusión social de las personas que envejecen (Objetivo 1.3) 2.2.- Preparar la vivienda y el entorno doméstico para poder disfrutarla durante toda la vida (Objetivo 2.3) 2.3.- Impulsar los procesos de amigabilidad en Euskadi: aspectos urbanísticos y de seguridad (Objetivo 3.3)
3.- Necesidad de conocimiento y de uso de la tecnología	3.1.- Incorporar el aprendizaje a lo largo de la vida (Objetivo 2.5)
4.- Necesidades sociales y afectivas	4.1.- Mejorar la Gobernanza (Objetivo 1.1) 4.2.- Garantizar los derechos y luchar contra la discriminación hacia las personas que envejecen (Objetivo 1.2) 4.3.- Impulsar el crecimiento de la acción voluntaria y de los movimientos participativos de colaboración comunitaria con y entre las personas que envejecen (Objetivo 3.1) 4.4.- Valorar la transferencia de cuidados y apoyos prestada por las personas mayores en el ámbito familiar, fomentando la corresponsabilidad (Objetivo 3.2) 4.5.- Impulsar los procesos de amigabilidad en Euskadi: aspectos sociales (Objetivo 3.3)
5.- Necesidades lúdicas, estéticas, artísticas	

Necesidades básicas vitales	Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo (2015-2020)
6.- Necesidad de dar sentido a la vida	6.1.- Promover la toma de decisiones responsable y orientada a lo largo de la vida, para lograr un envejecimiento activo desde la promoción de la autonomía de las personas (Objetivo 2.1) 6.2.- Fomentar una transición positiva de la vida laboral a la jubilación. (Objetivo 2.2)

2.2.2.- International Longevity Centre (2015)

Se trata de un centro independiente, miembro del ILC-GA, cuya misión es promulgar ideas y orientaciones políticas para abordar el envejecimiento de la población, basándose en la investigación y la experiencia a nivel internacional, con vistas a promover el envejecimiento activo.

El objetivo del informe es actualizar el documento “Active Ageing: A Policy Framework” publicado por la Organización Mundial de la Salud en 2002.

Pilares

- 1.- Salud**
- 2.- Aprendizaje a lo largo de la vida**
- 3.- Participación**
- 4.- Seguridad**
- 5.- Recomendaciones transversales**

Necesidades básicas	International Longevity Centre (2015)
1.- Necesidades fisiológicas, motrices y salud	1.1.- Reducir factores de riesgo asociados con enfermedades graves e incrementar los factores de protección a lo largo del curso de la vida (ILC 1.1) 1.2.- Asegurar el acceso universal a servicios de salud de calidad (ILC 1.2) 1.3.- Prestar especial atención a temas de salud específicos (ILC 1.3) 1.4.- Desarrollar una cultura del cuidado (ILC 1.4) 1.5.- Promover la alfabetización en salud como una prioridad y preparar personas para el cuidado (ILC 2.4)
2.- Necesidad de seguridad y protección	2.1.- Erradicar la pobreza y garantizar unos ingresos básicos a lo largo de la vida (ILC 4.3) 2.2.- Seguridad a través del trabajo digno y sostenibilidad de los sistemas de pensiones (ILC 4.4) 2.3.- Proteger el derecho básico a la seguridad (ILC 4.1) 2.4.- Construir entornos amigables con la edad como piedra angular de la seguridad (ILC 4.2) 2.5.- Prevenir y abordar la discriminación, la violencia y el abuso (ILC 4.5) 2.6.- Mejorar la imagen del envejecimiento y combatir estereotipos y prejuicios (ILC 3.1)

Necesidades básicas	International Longevity Centre (2015)
3.- Necesidad de conocimiento y tecnología	3.1.- Promover oportunidades innovadoras para un aprendizaje continuo a lo largo de la vida (ILC 2.1) 3.2.- Mejorar el acceso a la información (ILC 2.2) 3.3.- Promover intercambio intergeneracional como una forma de aprendizaje a lo largo de la vida (ILC 2.6)
4.- Necesidades sociales y afectivas	4.1.- Reconocer el envejecimiento de la población como un tema político urgente y actuar sobre ello (ILC 5.1) 4.2.- Mejorar las estructuras gubernamentales para dar respuesta a la revolución la longevidad (ILC 5.2) 4.3.- La integración como medio para nadie quede fuera (ILC 5.3) 4.4.- Acción global (ILC 5.4) 4.5.- Invertir en la elaboración y análisis de datos y en la investigación para el desarrollo, supervisión y evaluación de las políticas (ILC 5.5) 4.6.- Crear oportunidades de participación (ILC 3.2) 4.7.- Posibilitar la implicación activa en la toma de decisiones (ILC 3.3) 4.8.- Fomentar el compromiso cívico y del voluntariado a lo largo del curso de la vida (ILC 3.4) 4.9.- Rediseñar el trabajo y los entornos profesionales para una participación en el mercado laboral más duradera y estable (ILC 3.5) 4.10.- Cultivar la solidaridad intergeneracional (ILC 3.6) 4.11.- Crear entornos amigables para estimular la participación (ILC 3.7)
5.- Necesidades lúdicas, estéticas, artísticas	
6.- Necesidad de dar sentido a la vida	

2.2.3.- Consejo de la Unión Europea (2012) e Índice de Envejecimiento Activo (2012)

El Consejo de la Unión Europea, con ocasión del Año Europeo del 2012, presentó la declaración una serie de orientaciones que han de guiar el envejecimiento activo y la solidaridad entre generaciones. El Índice de Envejecimiento Activo es una herramienta de medición comparada acerca del potencial de las personas mayores para tener un envejecimiento activo y saludable. Esta medición se realiza desde el 2012 entre países y comunidades de Europa, entre ellos en la CAPV.

Los ejes de las orientaciones presentadas por el Consejo de la Unión Europea, así como los indicadores presentados en el Índice de Envejecimiento activo son los mismos.

Ejes e indicadores

1.- Empleo

2.- Participación en la sociedad

3.- Vida independiente, saludable y segura

4.- Capacidad y entorno propicio para el envejecimiento

Necesidades básicas	Orientaciones del Consejo de la Unión Europea (2012)	Indicadores del Índice de Envejecimiento Activo (2012)
1.- Necesidades fisiológicas, motrices y salud	1.1.- Servicios de empleo para trabajadores mayores (1.4 UE) 1.2.- Fomento de la salud y prevención de enfermedades (3.1 UE) 1.3.- Condiciones de trabajo sanas (1.2 UE) 1.4.- Servicios de empleo para trabajadores mayores (1.4 UE) 1.5.- Aumentar al máximo la autonomía en las atenciones a largo plazo (3.5 UE) 1.6.- Apoyo a los cuidadores no profesionales (2.6 UE) 1.7.- Transporte accesible y asequible (3.3 UE)	1.1.- Tasa de empleo (población ocupada) (55-59 años) (1.1 IEA) 1.2.- Tasa de empleo (población ocupada) (60-64 años) (1.2 IEA) 1.3.- Tasa de empleo (población ocupada) (65-69 años) (1.3 IEA) 1.4.- Tasa de empleo (población ocupada) (70-74 años) (1.4 IEA) 1.5.- Ejercicio físico (55+ años) al menos cada día (3.1 IEA) 1.6.- Accesibilidad a cuidado de salud y salud dental (%55+ años que no tiene necesidades insatisfechas) (3.2 IEA) 1.7.- Esperanza de vida a los 55 años. (4.1 IEA) 1.8.- Salud física: Esperanza de vida saludable, medida por el nº de años por vivir libre de limitaciones a los 55 años. (4.2 IEA) 1.9.- Salud mental emocional: índice de sentimientos positivos (+ de 55 años) (4.3 IEA)
2.- Necesidad de seguridad y protección	2.1.- Fiscalidad favorable/régimen de beneficios (1.6 UE) 2.2.- Seguridad de ingresos (2.1 UE) 2.3.- Evitar la discriminación por la edad (1.5 UE) 2.4.- Alojamiento y servicios adaptados (3.2 UE) 2.5.- Entornos, productos y servicios adecuados a las personas mayores (3.4 UE) 2.6.- Aumentar al máximo la autonomía en las atenciones a largo plazo (3.5 UE)	2.1.- Forma de vida independiente (%75+ años reside en hogares de 1 persona, o en pareja) (3.3 IEA) 2.2.- Seguridad financiera: Renta Media relativa disponible (ratio 65+ años y 65- años) (3.4 IEA) 2.3.- Seguridad financiera: sin riesgo de pobreza (%65+ años) (3.5 IEA) 2.4.- Seguridad financiera: sin privación material severa (65+ años) (3.6 IEA) 2.5.- Seguridad física en el entorno de residencia/área local de residencia (%55+ años) (3.7 IEA)

Necesidades básicas	Orientaciones del Consejo de la Unión Europea (2012)	Indicadores del Índice de Envejecimiento Activo (2012)
3.- Necesidad de conocimiento y tecnología	3.1.- Educación y formación profesional permanentes (1.1 UE) 3.2.- Transferencia de experiencias (1.7 UE) 3.3.- Aprendizaje permanente (2.4 UE)	3.1.- Aprendizaje en el curso de vida: inmersos en formación en las últimas 4 semanas (%55-74 años) (3.8 IEA) 3.2.- Nivel educativo: educación secundaria o superior (% +55 años) (4.6 IEA) 3.3.- Uso de las TIC como reflejo de la capacidad de conectarse con otros al menos 1 vez semana (55 a 74 años) (4.4 IEA)
4.- Necesidades sociales y afectivas	4.1.- Inclusión social (2.2 UE) 4.2.- Voluntariado de jubilados mayores (2.3 UE) 4.3.- Participación en la toma de decisiones (2.5 UE)	4.1.- Trabajo de voluntariado: que participa al menos 1 vez/semana (%55+años) (2.1 IEA) 4.2.- Cuidado de hijos y/o nietos por adultos-mayores: que cuida al menos 1 vez/semana (%55+ años) (2.2 IEA) 4.3.- Cuidado de adultos mayores por adultos mayores: al menos 1 vez/semana (%55+ años) (2.3 IEA) 4.4.- Participación política por adultos mayores (%55+años) (2.4 IEA) 4.5.- Contacto social: frecuencia de contacto con familiares, amigos, colegas, varias veces por semana, diariamente (55+ años) (4.5 IEA)
5.- Necesidades lúdicas, estéticas, artísticas	6.1.- Conciliar trabajo y tiempo libre (1.8 UE)	
6.- Necesidad de dar sentido a la vida		

2.2.4.- Ciudades Globales Amigables con los Mayores (OMS, 2007); Euskadi Lagunkoia (GV 2014)

Se toma como referencia la guía elaborada por la Organización Mundial de la Salud (2007). La OMS impulsa y coordina la Red de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores a nivel mundial. La UE recogió esta propuesta en el plan estratégico de la “Asociación Europea para la Innovación sobre un Envejecimiento Activo y Saludable” (2012). El Departamento de Empleo y Políticas Sociales del Gobierno Vasco ha elaborado la propuesta

“Euskadi Lagunkoia. Sustraietatik. Guía práctica (2014)” asumiendo las mismas áreas temáticas propuestas por la OMS.

Áreas temáticas

- 1.- Espacios al aire libre y edificios
- 2.- Transporte
- 3.- Vivienda
- 4.- Participación social
- 5.- Respeto e inclusión social
- 6.- Participación cívica y empleo
- 7.- Comunicación e información
- 8.- Servicios de apoyo comunitario y de salud

Necesidades básicas	Organización Mundial de las Salud (2007)
1.- Necesidades fisiológicas, motrices y salud	1.1.- Servicios de apoyo comunitario y de salud (área 8) Lista de control: -Accesibilidad de los servicios de atención de la salud; -Gama amplia de oferta de servicios de salud; -Cuidado domiciliario -Instalaciones residenciales para personas incapaces de vivir en sus hogares; -Red de servicios comunitarios; -Apoyo voluntario; -Planificación y cuidado para emergencias 1.2.- Empleo (área 6) Lista de control: -Opciones de voluntariado para personas mayores; -Mejores opciones de empleo y más oportunidades; -Accesibilidad y flexibilidad para acomodar a los trabajadores de mayor edad y voluntarios; -Participación en la toma de decisiones; -Capacitación; -Oportunidades empresariales; -Valoración de la contribución de las personas mayores

Necesidades básicas	Organización Mundial de las Salud (2007)
2.- Necesidad de seguridad y protección	2.1.- Espacios al aire libre y edificios (área 1). Lista de control: -Entorno agradable y limpio; -Importancia de los espacios verdes; -Un lugar para descansar: asientos al aire libre; -Aceras amigables con la edad; -Cruces peatonales seguros; -Accesibilidad sin barreras; -Entorno seguro; -Caminos peatonales y bidegorris seguros; -Edificios amigables con la edad: ascensores...; -Baños públicos adecuados; -Amigabilidad con los clientes mayores 2.2.- Vivienda (área 3) Lista de control: -Accesibilidad en cuanto a costo; -Servicios esenciales: agua, electricidad, gas...; -Diseño; -Modificabilidad; -Mantenimiento -Acceso a servicios; -Envejecimiento en el propio lugar; -Integración comunitaria: vínculos familiares, comunitarios -Opciones de vivienda; -Entorno de viviendas 2.3.- Transporte (área 2) Lista de control: -Accesibilidad en cuanto a costo; -Confiabilidad y frecuencia; -Destinos de viaje; -Vehículos amigables con los mayores; -Servicios especializados; -Asientos preferenciales; -Conductores de transporte; -Seguridad y comodidad; -Paradas y estaciones de transporte; -Información; -Transporte comunitario; -Cortesía hacia los conductores mayores; -Taxis; -Caminos
3.- Necesidad de conocimiento y tecnología	3.1.- Comunicación e información (área 7) Lista de control: - Oferta informativa, amplia distribución; - Comunicación oral accesible; - Comunicación impresa adaptada; - Lenguaje sencillo; - Comunicación y equipo automatizado amigable; - Computadoras e Internet accesibles

Necesidades básicas	Organización Mundial de las Salud (2007)
4.- Necesidades sociales y afectivas	4.1.- Respeto e inclusión social (área 5) Lista de control: - Servicios respetuosos e incluyentes; - Imagen pública del envejecimiento; - Interacciones intergeneracionales y familiares; - Educación pública; - Inclusión en la comunidad 4.2.- Participación social (área 6) Lista de control: - Accesibilidad de eventos y actividades; - Accesibilidad en cuanto al costo; - Gama de eventos y actividades; - Instalaciones y entornos; - Promoción y conocimiento de actividades; - Abordando el aislamiento; - Fomento de la integración comunitaria 4.3.- Participación cívica (área 6) Lista de control: - Opciones de voluntariado; - Capacitación; - Accesibilidad; - Participación cívica; - Valoración de las contribuciones; - Remuneración
5.- Necesidades lúdicas, estéticas, artísticas	
6.- Necesidad de dar sentido a la vida	

2.2.5.- Pilares de las propuestas que se fundamentan en el paradigma de envejecimiento activo

Las propuestas que se fundamentan en el paradigma de envejecimiento activo, que se estructuran en torno a satisfactores estratégicos o recursos, como, por ejemplo, la Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo (2015-2020). Otras que combinan los satisfactores (recursos) y las necesidades básicas vitales, como, por ejemplo, las propuestas de International Longevity Centre (2015), del Consejo de la Unión Europea (2012), y de la Organización Mundial de la Salud (2007) y Euskadi Lagunkoia (2014).

Propuestas	Pilares/Ámbitos	Necesidades	Satisfactores
Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo (2015-2020)	1.- Adaptación de la sociedad al envejecimiento. Un nuevo modelo de gobernanza		X
	2.- Anticipación y prevención para envejecer mejor		X
	3.- Amigabilidad y participación en la construcción de una sociedad al bienestar		X

Propuestas	Pilares/Ámbitos	Necesidades	Satisfactores
International Longevity Centre (2015)	1.- Salud	X	
	2.- Aprendizaje continuo a lo largo de la vida		X
	3.- Participación		X
	4.- Seguridad	X	
	5.- Recomendaciones transversales		X
Consejo de la Unión Europea (2012)	1.- Empleo		X
	2.- Participación de la sociedad		X
	3.- Vida independiente	X	
Organización Mundial de la Salud (2007) y Euskadi Lagunkoia (2014)	1.- Espacios al aire libre y edificios		X
	2.- Transporte		X
	3.- Vivienda		X
	4.- Participación social		X
	5.- Respeto e inclusión social	X	
	6.- Participación cívica y empleo		X
	7.- Comunicación e información	X	
	8.- Servicios de apoyo comunitario y de salud		X

En las propuestas analizadas se tienen en consideración sobre todo los ámbitos relacionados con las necesidades fisiológicas y de salud, seguridad y protección (necesidades de subsistencia), y las necesidades sociales de participación. Pero no se tienen en cuenta otras necesidades que también son vitales, tales como las necesidades afectivas, las necesidades lúdicas y artísticas y la de dar sentido a la vida. Tampoco se plantean de forma integrada las competencias que se precisan para satisfacer las necesidades.

2.3.- DESPLIEGUE DE LAS NECESIDADES BÁSICAS VITALES

El despliegue que se presenta a continuación es una **propuesta de bases** que puedan inspirar un futuro Plan o Estrategia Integral para las Personas Mayores, y enriquecer, si así se considera, la “Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo 2015-2020”, así como “Estrategia Vasca de Gobernanza con las Personas Mayores 2019-2022” y “Euskadi Lagunkoia. Sustraietatik (2014).

Cada una de las necesidades básicas vitales se estructura en torno a dos apartados:

- Se da una breve explicación de cada una de las necesidades básicas vitales identificadas: definición y contextualización de los contenidos, importancia a lo largo

de la vida y en la etapa del envejecimiento, e interrelación con las restantes necesidades básicas.

- Tomando como base los objetivos de la Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo, se completan con una recopilación de objetivos propuestos por entidades que se consideran significativas y por Helduak Adi!

En los documentos citados, los objetivos vienen acompañados con las acciones correspondientes, lo que ayuda a interpretar de forma más unívoca el significado de cada objetivo. En este documento de bases sólo se reproducen los objetivos, por lo que sería conveniente consultar los documentos originales para interpretarlos mejor.

Se señalan los sectores que pueden estar implicados en el logro de cada uno de los objetivos y que habría que identificar:

1. Académico/Formativo
2. Sociedad civil/Tercer sector
3. Organismos públicos
4. Sector privado
5. Medios de comunicación
6. Gobiernos

La delimitación de los sectores puede facilitar la planificación, coordinación y corresponsabilidad entre todos los implicados. Se señalan a modo indicativo algunas posibles implicaciones. Esta simulación será representativa cuando se formulen de forma definitiva los objetivos y, sobre todo, las acciones que son las que permitirán la asignación puntual y precisa a los distintos agentes dentro de cada sector.

2.3.1.- Necesidades fisiológicas, motrices y de salud

Definición y contextualización

Responden al objetivo de disponer de los recursos externos y competencias para gozar de buena salud física y mental, así como la de reducir al mínimo la discapacidad, la enfermedad, la dependencia y la muerte prematura.

Las necesidades fisiológicas y motrices son aquellas que se precisan cubrir para poder sobrevivir y lograr un equilibrio de las funciones corporales y gozar de buena salud física y mental. El cuerpo precisa procurar los medios necesarios para restaurar el gasto energético que realizan y mantener un estado estable. Cuando estas necesidades fisiológicas y motrices no son satisfechas, sea por insuficiencia o por exceso, se produce un daño en la salud física y mental que es proporcional a su grado de insatisfacción.

Una de las características de los seres vivos es su predisposición biológica y el imperativo para mantenerse con vida, reproducirla y luchar por su existencia. El instinto de vida y la necesidad de supervivencia es común a todos los organismos vivos. La mecánica de la actividad reguladora de la gestión de la vida, en todas las formas de vida incluyendo la especie humana, se realiza en gran medida y felizmente de forma automática e involuntaria. Con el desarrollo de la mente consciente, la regulación de la vida se hace progresivamente más deliberada y los seres humanos, más allá de la mera supervivencia, son capaces de hacer una lectura

consciente de los estados corporales involuntarios y de alejarnos de la simple regulación centrada en la supervivencia del organismo para crear nuevas soluciones a los problemas de la vida y de la supervivencia que procuren el bienestar.

La Organización Mundial de la Salud define la salud de los humanos como un “estado de bienestar físico, mental y social completo y no meramente la ausencia de afecciones y enfermedades”. Estar sano no se define por el hecho de no estar enfermo, sino contemplando una visión más amplia que abarca las múltiples facetas del desarrollo humano. Desde ese punto de vista el estado de la salud tiene que ver con la satisfacción del conjunto de las necesidades básicas vitales. Además de los factores hereditarios, ambientales y de las formas de vida saludables relacionadas con la nutrición, ejercicio físico, descanso e higiene, el bienestar físico y mental, que son inseparables, depende también de la satisfacción de las necesidades de seguridad y protección, de las afectivas y sociales, de las lúdicas, artísticas y estéticas. Y, de forma destacable, por los valores que se adoptan de acuerdo con el sentido que se otorga a la vida y que, en la medida que son positivas, inciden en actitudes vitales saludables.

Las afecciones y enfermedades se pueden producir en cualquier momento circunstancial del ciclo vital, pero es ley de vida el aumento de las enfermedades y de la dependencia con el avance de los años. La viabilidad del tejido vivo declina y aumenta el riesgo de enfermedad y muerte. Es un hecho inevitable y es sensato ser plenamente consciente de la vulnerabilidad, pero dentro de los límites, la vida es un regalo que no se puede desperdiciar y al que hay que sacar el mayor provecho. Más allá del imperativo biológico de mantenerse con vida que compartimos con todos los seres vivos, los humanos precisamos vivir la vida con dignidad y calidad.

Los objetivos que se plantean responden a la finalidad de disponer los satisfactores o recursos para gozar de buena salud física y mental, así como la de reducir al mínimo la discapacidad, la enfermedad, la dependencia y la muerte prematura. Se incluyen en este apartado los satisfactores económicos, que condicionan y posibilitan la satisfacción de todas las necesidades básicas vitales, pero que resultan indispensables para la supervivencia.

Objetivos

Recursos económicos	Sectores					
	1	2	3	4	5	6
- Promover el desarrollo económico en torno al envejecimiento, como fuente de generación de empleo y riqueza, y como potencial yacimiento de nuevos consumos por las personas que envejecen (1.4 EVEA)		X		X		X
- Rediseñar el trabajo y los entornos profesionales para una participación en el mercado laboral más duradera y estable (ILC 3.5)				X		X
- Condiciones de trabajo sanas (1.2 UE)				X		X

Recursos económicos	Sectores					
	1	2	3	4	5	6
- Servicios de empleo para trabajadores mayores (1.4 UE) - Empleo: Opciones de voluntariado para personas mayores; Mejores opciones de empleo y más oportunidades; Accesibilidad y flexibilidad para acomodar a los trabajadores de mayor edad y voluntarios; Participación en la toma de decisiones; Capacitación; Oportunidades empresariales; Valoración de la contribución de las personas mayores (OMS).		X	X	X		
Recursos sanitarios	Sectores					
	1	2	3	4	5	6
-Promover un envejecimiento saludable (2.4 EVEA)	X					X
- Reducir factores de riesgo asociados con enfermedades graves e incrementar los factores de protección a lo largo del curso de la vida (ILC 1.1)	X					X
- Asegurar el acceso universal a servicios de salud de calidad (ILC 1.2)						X
- Prestar especial atención a temas de salud específicos (ILC 1.3)						X
- Desarrollar una cultura del cuidado (ILC 1.4) - Promover la alfabetización en salud como una prioridad y preparar personas para el cuidado (ILC 2.4) - Apoyo a los cuidadores no profesionales (UE 2.6)	X	X	X			X
- Fomentar la salud y la prevención de enfermedades (3.1 UE)	X		X			
- Aumentar al máximo la autonomía en las atenciones a largo plazo (3.5 UE)			X			X
Recursos de transporte	Sectores					
	1	2	3	4	5	6
- Transporte accesible y asequible (3.3 UE)			X			
- Transporte: Accesibilidad en cuanto a costo; Confiabilidad y frecuencia; Destinos de viaje; Vehículos amigables con los mayores; Servicios especializados; Asientos preferenciales; Conductores de transporte; Seguridad y comodidad; Paradas y estaciones de transporte; Información; Transporte comunitario; Cortesía hacia los conductores mayores; Taxis; Caminos (OMS).			X			

2.3.2.- Necesidades de seguridad y protección

Definición y contextualización

Responden a la necesidad de disponer de los recursos externos y competencias para gozar de seguridad y protección física, sanitaria, psicológica, social y económica.

El estado de vulnerabilidad y la necesidad de protección es constitutiva de los seres vivos, incluidos los seres humanos. Aceptando esa realidad, es igualmente cierto que los seres humanos somos capaces con nuestros comportamientos de incrementar las situaciones de riesgo e inseguridad hasta poner en riesgo la vida del planeta tierra y nuestras propias vidas, y potencialmente somos capaces de tomar las medidas para reducirlas.

El concepto de seguridad se ha aplicado a muy distintas realidades. Ha sido dominante su utilización aplicada a la defensa militar de la soberanía, la independencia y la territorialidad del Estado. En esta propuesta se toma como referencia el enfoque difundido por el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (1994), que entiende que la seguridad humana ha de servir para ayudar a “superar las dificultades generalizadas y transversales que afectan a la supervivencia, los medios de subsistencia y la dignidad de sus ciudadanos”. Este enfoque supone un cambio de paradigma, ya que se cambia el eje para buscar la seguridad mediante la disuasión del ejército y las armas, a la búsqueda de la seguridad mediante la cooperación internacional con el fin de impulsar el desarrollo sostenible. El eje bascula desde la seguridad territorial hacia la seguridad de las personas.

El abanico de los factores que afectan y amenazan la seguridad de las personas es muy amplio: seguridad económica, alimentaria, salud, medioambiental, violencia física, discriminación (por raza, género, identidad cultural, edad...), represión política.... Algunos factores tienen una dimensión global y suponen desafíos universales (desarrollo sostenible, cambio climático, migración, desastres naturales y pandemias...); otros tienen carácter más internacional, nacional o local; otros más personal y psicológico. Todos ellos afectan a la seguridad de las personas en sus vidas cotidianas.

Tener una visión de conjunto sobre la dimensión global y la complejidad multisectorial que afecta a la seguridad humana, ayuda a ser lúcido y a reivindicar a las instancias locales, autonómicas, estatales e internacionales las medidas preventivas para hacer frente a los factores que provocan la inseguridad de las personas. Pero esta propuesta, siguiendo la consigna de “pensar en global y actuar en local”, se centra en los satisfactores y competencias que se precisan en la vida cotidiana para vivir con mayor seguridad y protección. Entre los satisfactores se resaltan aquellos que se precisan para garantizar la subsistencia física de las personas, tales como la alimentación, la salud, la vivienda y la educación; y los satisfactores que se precisan para evitar situaciones de inseguridad por violencia y discriminación, por razones de género, orientación sexual, raza, identidad cultural, religión, ideología, edad... Entre las competencias se resaltan los conocimientos, procedimientos y actitudes que contribuyen al desarrollo de la seguridad subjetiva, que posibilita hacer frente con resiliencia a las situaciones de inseguridad.

Una de las cuestiones que precisa atención es el difícil equilibrio entre dos derechos básicos: seguridad y libertad. Sin seguridad no hay libertad, pero sin libertad no hay personas ni sociedad que se pueda llamar humana. Las situaciones de inseguridad producen miedo y el miedo es un sentimiento que paraliza el desarrollo personal y que es fácilmente manipulable para inmovilizar las masas en beneficio de los intereses políticos, económicos y organizativos y en perjuicio de la libertad individual y de las iniciativas sociales.

Las situaciones de vulnerabilidad e inseguridad se dan en todas las etapas del ciclo vital, pero de forma especial en la etapa del envejecimiento en la que aumentan los riesgos por falta

sobre todo de recursos económicos y ocasionados por el estado de fragilidad o dependencia. Otro de los factores que inciden en la vulnerabilidad e inseguridad de las personas mayores es la imagen y estereotipo que se proyecta sobre el envejecimiento asociado a carga social y pasiva, receptora de servicios y riesgo para la economía global. En esas circunstancias personales y de expectativas sociales se incrementa el riesgo de dejarse invadir por el sentimiento paralizante del miedo. Por lo que en esta etapa de la vida, más que en ninguna otra, hay que hacer frente a la presión social y reivindicar la libertad y dignidad también en las situaciones de fragilidad y de dependencia.

Objetivos

Recursos económicos	Sectores					
	1	2	3	4	5	6
- Erradicar la pobreza y garantizar unos ingresos básicos a lo largo de la vida (ILC 4.3)		X	X			X
- Seguridad a través del trabajo digno y sostenibilidad de los sistemas de pensiones (ILC 4.4)				X		X
- Fiscalidad favorable/régimen de beneficios (1.6 UE)			X			X
- Seguridad de ingresos (2.1 UE)			X	X		
- Desarrollo sostenible (HA!)		X	X		X	X
Recursos sanitarios	Sectores					
	1	2	3	4	5	6
- Servicios de apoyo comunitario y de salud: Accesibilidad de los servicios de atención de la salud; Gama amplia de oferta de servicios de salud; Cuidado domiciliario; Instalaciones residenciales para personas incapaces de vivir en sus hogares; Red de servicios comunitarios; Apoyo voluntario; Planificación y cuidado para emergencias (OMS)			X	X		X
- Valorar la transferencia de cuidados y apoyos prestada por las personas mayores en el ámbito familiar, fomentando la corresponsabilidad (3.2 EVEA)			X	X		
- Erradicar la contaminación atmosférica, acústica, suelos y agua... (HA!)		X	X			X
- Erradicar las patologías infecciosas y parasitarias. (HA!)						X
- Controlar las medidas sanitarias e higiénicas de la alimentación (HA!)	X					
Recursos para la seguridad física y psicológica	Sectores					
	1	2	3	4	5	6
- Proteger el derecho básico a la seguridad (ILC 4.1)		X				X
- Prevenir y abordar la discriminación, la violencia y el abuso (ILC 4.5)		X				X
- Evitar la discriminación por la edad (1.5 UE)		X		X		X
- Mejorar la imagen del envejecimiento y combatir estereotipos y prejuicios (ILC 3.1)	X				X	
- Aumentar al máximo la autonomía en las atenciones a largo plazo (UE 3.5)			X	X		

Recursos urbanísticos y domiciliarios	Sectores					
	1	2	3	4	5	6
- Preparar la vivienda y el entorno doméstico para poder disfrutarla durante toda la vida (2.3 EVEA)			X			X
- Vivienda: Envejecimiento en el propio lugar; Integración comunitaria: vínculos familiares, comunitarios; Opciones de vivienda; Entorno de viviendas (OMS).			X			X
- Impulsar los procesos de amigabilidad en Euskadi: aspectos urbanísticos y de seguridad (3.3 EVEA)		X	X		X	
- Construir entornos amigables con la edad como piedra angular de la seguridad (ILC 4.2)		X	X			
- Alojamiento y servicios adaptados (3.2 UE)			X			X
- Entornos, productos y servicios adecuados a las personas mayores (3.4 UE)			X			X
- Espacios al aire libre y edificios: Entorno agradable y limpio; Importancia de los espacios verdes; Un lugar para descansar: asientos al aire libre; Aceras amigables con la edad; Cruces peatonales seguros; Accesibilidad sin barreras; Entorno seguro; Caminos peatonales y bidegorris seguros; Edificios amigables con la edad: ascensores; Baños públicos adecuados; Amigabilidad con los clientes mayores (OMS).			X			X
- Vivienda: Accesibilidad en cuanto a costo; Servicios esenciales: agua, electricidad, gas...; Diseño; Modificabilidad; Mantenimiento; Acceso a servicios (OMS)			X			X
- Servicios de apoyo comunitario y de salud: Cuidado domiciliario; Instalaciones residenciales para personas incapaces de vivir en sus hogares; Red de servicios comunitarios; Apoyo voluntario; Planificación y cuidado para emergencias (OMS)		X	X			
- Privacidad en las residencias de mayores: conocimiento de las necesidades personales privadas e íntimas y permitir situaciones de satisfacción de esas necesidades (HA!).		X	X			
- Pasar de un modelo de servicios a otro de atención en el que el protagonista lo sea la persona (HA!).			X	X		

2.3.3.- Necesidad de conocimiento de la naturaleza y de uso de la tecnología

Definición y contextualización

Responden a la necesidad de disponer de los recursos externos y competencias para conocer y cuidar la naturaleza y poner a nuestra disposición sus fuerzas y energías de forma sostenible, así como de conocimiento para organizar y convivir de forma amigable en la sociedad y para conocerse y autorrealizarse.

La especie humana se ha definido a sí misma como “homo sapiens”. Es cierto que el conocimiento del entorno no es propiedad exclusiva de los humanos, sino de todos los seres vivos. Incluso cierto nivel de autoconocimiento, de conciencia, de comunicación y de lenguaje, se da también en los animales superiores. Pero no cabe duda de que el grado de desarrollo de

la capacidad cognitiva, de nivel de conciencia, unido a la capacidad lingüística son características diferenciales de los seres humanos.

El ser humano dispone de un equipamiento de cuerpo y mente que le sirven para conocer mejor el entorno y utilizar las herramientas o tecnología que le ayuden a satisfacer de la mejor manera posible todas las necesidades vitales, desde las necesidades vitales de supervivencia física, las afectivas y sociales, las lúdicas, estéticas y artísticas y las espirituales. El centro de operaciones se caracteriza por la capacidad de pensamiento abstracto, de conceptos, de símbolos y de representaciones mentales, así como de conciencia reflexiva, que se construye y vehicula por medio del lenguaje que posibilita el intercambio de ideas y el incremento de las posibilidades de cooperación. El conocimiento y la tecnología son los medios que se precisan para satisfacer las necesidades vitales. En su ausencia los seres humanos estamos totalmente indefensos para sobrevivir y disfrutar de una vida humana.

El conocimiento sobre la naturaleza, la sociedad y sobre sí mismo, así como de la tecnología se han ido creando y transmitiendo de acuerdo con las distintas formas de vida y visión del mundo de cada época histórica (cazador-recolector, agrícola, industrial...). Y, a su vez, de forma recursiva, esos conocimientos y tecnología han hecho posible la creación y transmisión de las distintas formas de satisfacer las necesidades básicas vitales. Los seres humanos necesitamos cubrir las necesidades indispensables para la supervivencia biológica, pero no nos conformamos, sino que aspiramos sin límites a la satisfacción de deseos y necesidades innecesarias, y recurrimos a la explotación abusiva de materias primas y fuentes de energía no renovables, que ponen en peligro la sostenibilidad de la tierra y de la especie humana.

El cúmulo de conocimientos que la humanidad ha ido adquiriendo de forma lenta en sus inicios, se duplica en la sociedad actual de forma cada vez más acelerada. Vivimos en un mundo cada vez más acelerado y de cambio constante, en el que se nos hace difícil imaginar las aplicaciones tecnológicas que van a cambiar la forma actual de producir y de vivir. La única certeza es el cambio.

La resistencia al cambio se da en todas las etapas de la vida, pero a medida que la edad avanza se incrementa de forma especial la tendencia a conservar lo adquirido. Lo construido en el pasado es un capital al que no hay que renunciar, pero, para vivir en el presente y proyectar el futuro siendo relevantes, se necesita la capacidad de seguir aprendiendo de manera permanente. En el “Marco del Plan de Formación de las Personas Mayores” se presentan, a modo indicativo, las competencias específicas y transversales, en las que se incluyen los conocimientos y tecnología para satisfacer cada una de las necesidades básicas vitales. En este apartado se presentan, de forma específica, las competencias que se precisan para el conocimiento y cuidado de la naturaleza.

Objetivos

Recursos educativos	Sectores					
	1	2	3	4	5	6
- Incorporar el aprendizaje a lo largo de la vida (2.5 EVEA)	X	X				X
- Promover oportunidades innovadoras para un aprendizaje continuo a lo largo de la vida (ILC 2.1)	X	X				X
- Aprendizaje permanente (UE 2.4)	X	X				X
- Educación y formación profesional permanentes (UE 1.1)	X					X

Recursos educativos	Sectores					
	1	2	3	4	5	6
- Mejorar el acceso a la información (ILC 2.2)	X	X			X	
- Comunicación e información: Oferta informativa, amplia distribución; Comunicación oral accesible; Comunicación impresa adaptada; Lenguaje sencillo; Comunicación y equipo automatizado amigable; Computadoras e Internet accesibles (OMS)	X	X			X	
- Ofertar cursos de formación telemática o digital (HA!)	X	X				
- Promover intercambio intergeneracional como una forma de aprendizaje a lo largo de la vida (ILC 2.6)	X	X			X	
- Transferencia de experiencias (UE 1.7)	X	X			X	
- Organizar talleres prácticos (lenguas, tecnología, actividades artísticas, musicales...) con contenidos educativos (HA!)	X	X				
- Ofertar cursos de formación o debate monotemáticos para personas mayores (HA!)	X	X				
- Programar redes sociales entre las asociaciones de personas mayores para la reflexión y el intercambio de información entre sus miembros (HA!)	X	X				
- Establecer redes de relación entre las instituciones que trabajan en el ámbito de la formación de las personas mayores (HA!)		X		X		

2.3.4.- Necesidades afectivas y sociales

Definición y contextualización

Responden a la necesidad de disponer de los recursos externos y competencias para establecer vínculos afectivos con personas y grupos diferentes, para convivir con los demás de acuerdo con los valores de igualdad, justicia, solidaridad y libertad y para participar en la organización de la vida social.

Una característica diferencial de la especie humana es que se nace de forma prematura y con muchos de los sistemas vitales inmaduros. El ser humano nace indefenso y requiere del cuidado prolongado de la familia y de la sociedad para sobrevivir, desarrollar sus capacidades motrices, cognitivas, lingüísticas, afectivas y sociales, y poder llegar a valerse por sí mismo. Está demostrado que la supervivencia y el desarrollo en la infancia no sólo depende de la satisfacción de las necesidades biológicas, sino también de las afectivas. La privación emocional afecta al desarrollo general, hasta provocar la desconexión con el mundo que le rodea e incluso la muerte. Por otra parte, dada la plasticidad de su mente, las capacidades y comportamientos del ser humano están abiertas y dependen en gran medida del contexto sociocultural y de las formas de socialización y educación.

Con todo ese equipamiento, el ser humano, por su capacidad de planificar y ejecutar acciones complejas en grupos numerosos, se ha convertido en la especie más poderosa de la Tierra. La capacidad de cooperación a gran escala y de forma flexible es una virtualidad que se puede poner al servicio del bien común que contribuye al bienestar de todos los individuos, de la sociedad en su conjunto y del equilibrio del ecosistema; o, por el contrario, al servicio de

intereses particulares, que benefician a una parte en perjuicio de la otra. El ser humano en su lucha por la existencia utiliza de acuerdo con las circunstancias bien el patrón de la asociación y cooperación, bien el patrón de la competición, expansión y dominación. Ambas posibilidades están abiertas en las relaciones personales y grupales.

Para convivir satisfactoriamente en la sociedad, es necesario desarrollar comportamientos basados en los valores de la igualdad, la libertad, la solidaridad y la justicia. Entre dichas conductas se distinguen:

Las conductas basadas en los derechos y deberes humanos, es decir, las basadas en los valores y facultades universales de las personas que se cimentan en los derechos y obligaciones reconocidos a la humanidad.

Las conductas basadas en convenciones sociales, es decir, aquellas basadas en los usos y costumbres de cada época y lugar.

Las conductas basadas en la conservación de la vida y la naturaleza como patrimonio universal, es decir, aquellos comportamientos que pretenden la pervivencia saludable de los ecosistemas, evitar la contaminación y lograr una conservación y un desarrollo sostenibles de la naturaleza.

No es el lugar de hacer la valoración y balance global de los resultados positivos y negativos del uso que hacen del poder los humanos a lo largo de la historia y en el presente. Es cierto que en los dos últimos siglos ha habido avances hacia formas de organización y convivencia democrática de la vida social. Pero, bajo esa cobertura democrática, siguen predominando las relaciones de competencia entre los grupos humanos con el fin de dominar a los demás y de apropiarse de los bienes. La humanidad se ha apoderado del mundo y ha destruido hábitats y extinguido especies.

Las reglas de juego geopolíticas preestablecidas a gran escala tienden a reproducirse en la vida social cotidiana, pero es igualmente cierto que la libertad y autodeterminación de los seres humanos es la clave del cambio social. El individuo y la sociedad son indisolubles. El individuo se construye en la sociedad, pero asimismo la sociedad se construye y se renueva gracias a la interacción entre los individuos. Se trata de superar el dualismo individuo y sociedad, entendiendo que la presencia simultánea de ambos es requisito para armonizar una política emancipadora en pos de la igualdad y la justicia social, y de una política de vida que propicie tanto la autorrealización del yo, como el logro de una vida satisfactoria y plena para todos.

Desde la perspectiva del individuo, siguiendo la propuesta de Maslow, se subrayan en esta propuesta las necesidades afectivas de amor y pertenencia, que se expresan en la necesidad de tener amigos, compañeros, de una familia, de identificación con un grupo y de intimidad con otra persona. En general, de reconocer y ser reconocidos por los semejantes, de sentirse arraigados en lugares e integrados en redes y grupos sociales. Y las necesidades de estima, que se refieren al reconocimiento personal de reputación, respeto y consideración por parte de los demás. La satisfacción de estas necesidades depende sobre todo de las competencias personales e interpersonales.

Desarrollar estas competencias puede ser clave a la hora de afrontar la soledad no deseada de las personas mayores. Un problema prevalente y serio que irá en aumento en las próximas décadas con un coste personal, social y sanitario de primer orden.

Es común que se asocie la soledad a la vejez, ya que, de modo general, las personas mayores suelen estar más expuestas a situaciones que favorecen la disminución de sus redes de apoyo social y el aumento del aislamiento social. Con el paso de los años, son inevitables las pérdidas: de seres queridos, del trabajo, de la salud. La viudedad es una realidad frecuente en las etapas más avanzadas de la vida, afectando principalmente a las mujeres mayores. La jubilación, el deterioro de la salud y la institucionalización son otros eventos que contribuyen a un mayor aislamiento social y pueden favorecer la aparición o el aumento de los sentimientos de soledad.

Desde la perspectiva de la sociedad, se subrayan en esta propuesta los satisfactores sociales y políticos que impulsan formas de participación y colaboración de las personas mayores en la vida social y de gobernanza en la vida política en general y, de forma específica, en las cuestiones que afectan más directamente a las personas mayores. Participación y cooperación con formas de gobernanza que entienden que la estructura social y política ideal para la toma de decisiones no es la jerárquica sino la red de cooperación participativa. Participación en las instituciones que no se ha de reducir a la presencia simbólica meramente consultiva y decorativa, sino de real incidencia en la toma de decisiones y actuaciones.

Objetivos

Recursos sociopolíticos	Sectores					
	1	2	3	4	5	6
- Reconocer el envejecimiento de la población como un tema político urgente y actuar sobre ello (ILC 5.1)			X			X
- Mejorar las estructuras gubernamentales para dar respuesta a la revolución de la longevidad (ILC 5.2)			X			X
- Acción global (ILC 5.4)			X			X
- Mejorar la Gobernanza (1.1 EVEA)		X	X			X
- Crear oportunidades de participación (ILC 3.2)		X	X			X
- Posibilitar la implicación activa en la toma de decisiones (ILC 3.3)		X	X			X
- Crear entornos amigables para estimular la participación (ILC 3.7)		X	X			
- Participación en la toma de decisiones (UE 2.5)		X	X			X
- Participación social: Accesibilidad de eventos y actividades; Accesibilidad en cuanto al costo; Gama de eventos y actividades; Instalaciones y entornos; Promoción y conocimiento de actividades; Abordando el aislamiento; Fomento de la integración comunitaria (OMS)		X	X			X
- Participación cívica: Opciones de voluntariado; Capacitación; Accesibilidad; Participación cívica; Valoración de las contribuciones; Remuneración (OMS)						

Recursos sociopolíticos	Sectores					
	1	2	3	4	5	6
- Garantizar los derechos y luchar contra la discriminación hacia las personas que envejecen (1.2 EVEA)		X	X			X
- Impulsar los procesos de amigabilidad en Euskadi: aspectos sociales (3.3 EVEA)		X	X			X
-Mejorar la imagen del envejecimiento y combatir estereotipos y prejuicios (ILC 3.1)	X				X	
- La integración como medio para nadie quede fuera (ILC 5.3)			X			X
- Inclusión social (UE 2.2)		X	X			X
- Respeto e inclusión social: Servicios respetuosos e incluyentes; Imagen pública del envejecimiento; Interacciones intergeneracionales y familiares; Educación pública; Inclusión en la comunidad (OMS)		X	X			X
- Cultivar la solidaridad intergeneracional (ILC 3.6)	X	X				
- Promover intercambio intergeneracional como una forma de aprendizaje a lo largo de la vida (ILC 2.6)	X	X				
- Impulsar el crecimiento de la acción voluntaria y de los movimientos participativos de colaboración comunitaria con y entre las personas que envejecen (3.1 EVEA)	X	X		X	X	
- Fomentar el compromiso cívico y del voluntariado a lo largo del curso de la vida (ILC 3.4)	X	X				
- Voluntariado de jubilados mayores (UE 2.3)	X	X				
- Invertir en la elaboración y análisis de datos y en la investigación para el desarrollo, supervisión y evaluación de las políticas (ILC 5.5)			X	X		X

2.3.5.- Necesidades lúdicas, estéticas y artísticas

Definición y contextualización

Responden a la necesidad de disponer de los recursos externos y competencias para realizar aquellas cosas que nos agradan y gustan.

La necesidad de gozar, disfrutar, de ocio, de pasarlo bien es, sin duda, una necesidad vital de los seres humanos. El principio de placer y del bienestar y el principio de supervivencia se complementan de forma inseparable en la satisfacción de todas las necesidades básicas vitales. Respirar, dormir, caminar, alimentarse, procrear, trabajar...más allá de ser necesidades de supervivencia son también fuente de placer. El placer está asociado con la satisfacción de las necesidades fisiológicas, motrices y de salud. Asimismo se siente placer y bienestar cuando las necesidades de seguridad y de protección están satisfechas; cuando adquirimos un nuevo conocimiento, descubrimos lo desconocido y utilizamos las tecnologías; cuando nos sentimos queridos, respetados y reconocidos; cuando participamos y contribuimos de forma altruista al bien común.

Todas las anteriores formas de placer tienen su punto de partida y están sujetos a lo real existente. Hay otras formas de realidad y de placer cuyo punto de partida es la imaginación y no está tan sujeto a lo real existente. Hay quienes sitúan el verdadero comienzo de la humanidad en el salto desde el determinismo animal a la experiencia estética y espiritual basada en la imaginación y la libertad, del goce en la apariencia, en la admiración de la belleza, en la fiesta, en la tendencia al adorno y en el juego. Exponentes de la eclosión de la imaginación y de la libertad que posibilitan la experiencia estética son el juego y las expresiones artísticas (plásticas, literarias, musicales, danza...). Una característica común a todas ellas es el desinterés sin ataduras y distanciamiento por el que se busca el placer por encima de la necesidad y la obligación. El juego en su origen es una acción sin meta racional; la contemplación de lo bello es un placer desinteresado y libre; las expresiones artísticas surgen también en su origen como un juego de libre expresión de sí mismo.

Es cierto que ciertas formas de juego y de producción artística se han profesionalizado. Existen deportistas de élite y artistas de reconocido prestigio, separados y con frecuencia admirados por la sociedad, que han transformado en forma de vida y con ataduras lo que era en su origen expresión lúdica y estética espontánea. Pero es igualmente cierto que la satisfacción de las necesidades lúdicas, estéticas y artísticas es patrimonio de toda la humanidad.

Dedicar el máximo tiempo a hacer aquello que nos agrada y gusta, asociándolo con formas de placer relacionados con situaciones habituales de la vida cotidiana, bien sea de obligado cumplimiento o asociados con el ocio, es algo deseable en todas las etapas de la vida. En la etapa del envejecimiento disminuyen las obligaciones y hay más tiempo disponible para la realización de aquello que nos agrada y gusta, sin obligaciones ni ataduras. Las expresiones creativas lúdicas, estéticas y artísticas son una oportunidad para disfrutar de la vida y para autorrealizarse desarrollando las dimensiones más específicamente humanas de la imaginación y la libertad.

Objetivos

Recursos lúdicos, estéticos y artísticos	Sectores					
	1	2	3	4	5	6
- Conciliar trabajo y tiempo libre (UE 1.8)		X		X		
- Crear espacios agradables de reunión para personas mayores (HA!)		X	X			
- Programar actividades lúdico-artísticas (HA!)		X	X	X		
- Contratar personal formado para dichas actividades. (HA!)		X	X	X		

2.3.6.- Necesidad de dar sentido a la vida

Definición y contextualización

Responde a la necesidad de disponer de los recursos externos y competencias para desarrollar nuestras propias capacidades personales, o las de otros, de desarrollar nuestro potencial, o el de otros, de hacer aquello que en verdad queremos, podemos y debemos y de dar sentido a la vida mediante la realización y transmisión del proyecto de vida.

El ideal de vida plena se cumple en la medida en que se viven de forma satisfactoria todas y cada una de las situaciones relacionadas con las necesidades básicas vitales, con plenitud de conciencia y en la medida que la conciencia está correctamente guiada por el sentido humanista de la vida. El sentido de la vida está en el centro y guía la satisfacción de todas las necesidades básicas vitales.

Hay muy variadas formas de enfocar lo que se entiende por “sentido de la vida”. En esta propuesta se diferencian distintos planos que se recubren como una matriusca.

Desde el plano filosófico y trascendental cabe preguntarse por el sentido o sinsentido último de la vida, preguntas que los seres humanos han realizado desde los albores de la humanidad sobre la vida y la muerte: ¿Por qué existimos? ¿Para qué sirve mi vida? ¿Vale o no vale la pena vivirla? ¿Qué es el ser humano? ¿De dónde vengo y a dónde voy? ¿Hay vida después de la muerte? ¿Tiene sentido mi vida si voy a desaparecer? ¿Cómo morir con dignidad? ¿Hay un Ente Supremo que fundamenta la creación, que está presente en toda realidad y es el centro del ser humano, que es a la vez criatura y colabora en el proyecto de vida del Creador? Las respuestas a estas cuestiones conforman la urdimbre del sentido de la existencia.

Desde el plano ético se entiende que el sentido de la vida, de la buena vida, depende de la vida buena. Hay quienes entienden la buena vida como aquella en la que de forma individual y hedonística se alcanza un estado placentero de felicidad sin dolor y sin miedo. Pero no se puede ser feliz sólo, ya que los demás nos ayudan a ser felices o lo dificultan, por lo que la vida buena que conduce a la buena vida es aquella que se basa en la reciprocidad con los demás, reconociendo al otro como semejante. Hay que resaltar el principio básico de la dignidad de la persona, por el hecho de pertenecer a la especie humana, por encima de cualquier otra consideración. Los valores sociales de la justicia, de la igualdad y de la equidad que se orientan al logro del bien común, así como el valor de la libertad que se orienta hacia el desarrollo personal, se derivan del principio básico de la dignidad de la persona. El comportarse de acuerdo con los principios y valores éticos fundamenta el sentido verdaderamente humano de la vida, que resulta prioritario incluso por encima de la felicidad particular. El esfuerzo

orientado para disponer de recursos y trabajar las capacidades para satisfacer las necesidades básicas vitales de todos, es una manera práctica de dar sentido a la vida desde el plano ético.

Desde el plano objetivo, la vida tiene sentido en la medida que cumple con sus funciones. La vida del árbol tiene sentido en la medida que llega a ser árbol y perpetúa su especie. La vida del ser humano tiene sentido en la medida que llega a ser humano. Y tendrá mayor sentido en la medida que alcance mayor grado de plenitud como ser humano en su triple e inseparable dimensión individual, social y planetaria. Desde este punto de vista, el logro de la vida plena equivale a dar sentido a la vida. Se podría decir que cuanto mayor sea el grado del desarrollo de las capacidades de la persona para satisfacer sus necesidades vitales básicas, mayor y mejor será el sentido dado a su vida. El desarrollo de las capacidades de la persona humana en competencias da sentido a su vida como ser humano, y el desarrollo de esas capacidades para el conjunto de la sociedad da sentido y supone el éxito de la vida de la especie humana. Lo dicho puede ser cierto en abstracto, pero la vida del ser humano a diferencia de la del árbol es mucho más compleja, ya que intervienen su capacidad de imaginación y la libertad que posibilitan una gran flexibilidad y diversidad para la adaptación social e individual a las circunstancias del contexto. No hay modelo único de sentido de la vida, ni de vida plena, pero si hay necesidades vitales básicas que hay que satisfacer para lograr la vida plena. Tenerlas en cuenta sirve de referencia y da validez a la interpretación subjetiva del sentido de la vida.

Desde el plano subjetivo, que es el que más nos interesa, la vida tiene sentido en la medida que, integrando los planos del sentido último de la vida, de la vida buena y de lo que es el ideal del desarrollo de la vida plena en todas sus dimensiones, cada uno toma conciencia de la armonía entre los valores que orientan sus prioridades, las capacidades y competencias disponibles y la satisfacción de sus necesidades vitales. La vida adquiere sentido subjetivo cuando siente que hay coherencia entre lo que quiere, puede, debe y hace. No hay un estándar fijo para definir el logro de la vida plena, sino que cada persona logra su vida plena en la medida que va cubriendo las necesidades básicas vitales según sus posibilidades y limitaciones.

Para dar sentido a la vida es preciso distanciarse de la inmediatez de las vivencias y tomar conciencia de la propia existencia, de los ideales y horizontes. La práctica asidua de la soledad, el gusto por el silencio, la relajación, la meditación y la contemplación son hábitos que contribuyen al ensanchamiento de la conciencia de si mismo y a encontrar el sentido de la vida. El ser humano además de la acción práctica y la productiva, sus dos actividades más habituales y compartidas con otras especies animales, es capaz de meditar y contemplar. La meditación y la contemplación son las actividades más específicas y exclusivas del ser humano, y una forma tan válida o más que la acción y la producción para procurar el bienestar y satisfacción de las personas.

Esto es cierto en todas las edades, pero de forma especial en la última etapa del ciclo vital. El transcurso de la vida está en su última fase y es una situación idónea para tratar de vivir el presente de forma selectiva y con plenitud, incorporando un proyecto de vida de desarrollo personal, social y planetario, y transmitiendo a las nuevas generaciones el testamento vital de lo que nos ha enseñado la vida. El proyecto vital es el resultado de la forma de comprenderse uno a sí mismo y de visualizar las prioridades y los medios que se precisan para alcanzarlos. Elegir con sabiduría las metas prioritarias para cada uno es un gran paso hacia la felicidad.

Objetivos

Recursos	Sectores					
	1	2	3	4	5	6
Promover la toma de decisiones responsable y orientada a lo largo de la vida, para lograr un envejecimiento activo desde la promoción de la autonomía de las personas (2.1 EVEA)	X	X				
Formar al personal de cuidados sobre los derechos sociales y privados de las personas mayores (HA!)	X	X	X			
Hacer conscientes a las personas mayores de sus derechos sociales y privados (HA!)	X	X				
Establecer una normativa ética clara para estos cuidados (HA!)		X	X			
Responder a las necesidades espirituales de las personas mayores (HA!)		X		X		

2.4.- VISIÓN INTERGENERACIONAL E INCLUSIVA, Y CARÁCTER TRANSVERSAL

Visión de solidaridad intergeneracional e inclusiva

Una sociedad y una administración pública que tienen por centro y objetivo a las personas, deben orientar las políticas públicas y los principios de la intervención social a garantizar condiciones de vida digna y posibilitar proyectos de vida plena de todas las personas.

Esta perspectiva ha de adoptarse a lo largo de las diversas fases del ciclo vital (infancia, adolescencia, juventud, adultez, madurez...) adecuándola a cada fase, pero con un mismo objetivo: garantizar una vida digna y promover condiciones para que las personas puedan llevar a término sus proyectos de vida, en el contexto de sus potencialidades y condiciones, pero siempre contribuyendo a mejorar ambas.

Ni las etapas de la vida ni el proceso de envejecimiento son disruptivos, ya que las etapas se encuentran conectadas y el proceso de envejecimiento es un continuo. Ni la vida, en su etapa más avanzada, constituye una fase vital de merma y declive, sino de desarrollo hacia la plenitud de la persona en muchas de sus dimensiones que abre oportunidades para ellas mismas y para la sociedad.

Esto implica conectar el plan de formación y otras medidas (estrategias, proyectos...), existentes o a poner en marcha, tanto de las organizaciones de personas mayores, o en las que participan, como del gobierno y otras instituciones o agentes, en un plan integral para la vida plena de las personas en etapas avanzadas del ciclo vital (Bizitza Betea).

Pero ello, no con una perspectiva de segmento poblacional único, teniendo en cuenta por tanto la diversidad de personas, contextos, circunstancias, condiciones..., comenzando por adoptar un enfoque de género ya que, tampoco en esta etapa de la vida, las mujeres disponen de las mismas condiciones que los hombres para disfrutar de una vida digna y perseguir una vida plena.

Ni tampoco con una perspectiva de segmento poblacional segregado, sino entroncado con la comunidad general y con un enfoque de solidaridad intergeneracional, que reclaman el bien común y, de una manera urgente, las condiciones sociales que afrontan mayores y jóvenes, íntimamente conectadas, junto a las de las mujeres.

Carácter transversal

Si para una intervención más eficaz y eficiente la acción política se organiza en distintos niveles competenciales y en diversas áreas de actuación, es igualmente necesario perseguir una visión global, cohesionada, conectada, transversal. E impulsar la colaboración o cooperación entre instituciones (público-público), entre organizaciones (social-social) y de unas con otras (público-social).

Así, se espera que las organizaciones de personas mayores se constituyan en referentes para el desarrollo de acciones de información, sensibilización, capacitación y canalización de las iniciativas de las propias personas mayores, cooperando además entre organizaciones. Y que en el desarrollo del plan de formación y del plan integral puedan implicarse, además de las propias organizaciones de personas mayores y otros agentes, distintos departamentos del Gobierno y diversas instituciones.

3.- MARCO PARA EL PLAN DE FORMACIÓN DE LAS PERSONAS MAYORES

La formación, tal como se señala en el capítulo que precede, es uno de los medios implicados en el logro de los objetivos previstos en el Plan Integral de las Personas Mayores. El plan de formación tiene fundamentación y sentido en la medida en que se entronca en un plan o estrategia integral para responder a las necesidades de las personas mayores y contribuir a su vida plena. Ambas iniciativas complementan para responder a las necesidades de las personas mayores.

La finalidad del Plan de Formación es ayudar a que las personas mayores elaboren y desarrollen proyectos de vida personalizados, integrando de forma complementaria:

- El crecimiento personal, teniendo en cuenta la visión global de todas las necesidades humanas para que puedan satisfacerlas de forma competente.
- El desarrollo social mediante la implicación y el compromiso de las personas mayores en iniciativas de utilidad social que incidan en la mejora del colectivo de personas mayores y del conjunto de la sociedad.

El objetivo es hacer una propuesta de plan de formación, a modo de guía o manual para el diseño y gestión de módulos de formación personalizados por las entidades que impartan formación, ya sean organizaciones de personas mayores u otras entidades formativas.

El grupo diana del plan de formación son todas las personas mayores, principalmente el 80% de personas autónomas de este colectivo:

- Incluyendo personas en edades previas a la edad ordinaria de jubilación, que puedan participar en “acciones de preparación a la jubilación y, en general, a una nueva etapa del ciclo vital” (la que se plantea a partir de la edad ordinaria de jubilación) ya que no todas las personas mayores se jubilan.
- Y con especial atención a aquellas personas que están participando activamente en proyectos sociales o tienen interés en hacerlo (personas promotoras de iniciativas), conectando dichos proyectos o iniciativas con la formación.

Las nuevas generaciones de personas mayores, con perfiles y competencias cada vez más diversas, fruto de su itinerario vital, reclaman seguir desarrollando su vida en plenitud, participar socialmente de manera activa y construir una nueva manera de relacionarse con la administración como personas con derechos y capacidades, que quieren seguir siendo dueñas y protagonistas de su destino y contribuir a la transformación de la sociedad.

Su participación y la puesta en valor de su energía y su talento constituye una oportunidad de primer orden para la sociedad vasca y aprovecharla, requiere reforzar la formación, promover su participación en las políticas y los servicios que perciben y apoyar sus iniciativas de ocio activo, creación cultural, transformación social..., superando un enfoque tradicional, más centrado en el ocio y el mero consumo pasivo de las alternativas que otras personas han diseñado para ellas.

El aprendizaje constituye, en todas las etapas de la vida, un factor de desarrollo personal y social, un instrumento de promoción de la autonomía y la inclusión social, y un medio para conectar las propias capacidades y las necesidades de la sociedad. Para resultar significativo ha de conectar con las necesidades, aspiraciones, intereses, capacidades y proyectos de vida de

las personas. Su sentido guarda relación también con la canalización del talento y su conexión con las metas personales y sociales.

Así, respecto al modelo de formación, entre otros aspectos, se persigue que la formación:

- Conecte con el conjunto de necesidades de las personas (vida plena) del modo en que se plantean en esta etapa de la vida y contribuya a desarrollar sus capacidades y talento.
- Persiga el crecimiento personal y el desarrollo social, de modo que las acciones formativas se conecten con proyectos personales y/o colectivos para la mejora de su situación o la de terceras personas, desde una perspectiva de solidaridad intergeneracional.
- Parta de la vida y vuelva a ella: partiendo, al diseñar la formación, de los intereses, necesidades, aspiraciones, capacidades... de las personas así como de una lectura de la realidad social; saliendo del aula para observar, escuchar y comprender; conectando la formación con un proyecto de vida existente o que se quiere impulsar, etcétera.
- Incorpore la participación como fin y método (camino) y cuente también con las personas mayores como formadoras.

3.1.- CARACTERÍSTICAS DEL PLAN DE FORMACIÓN

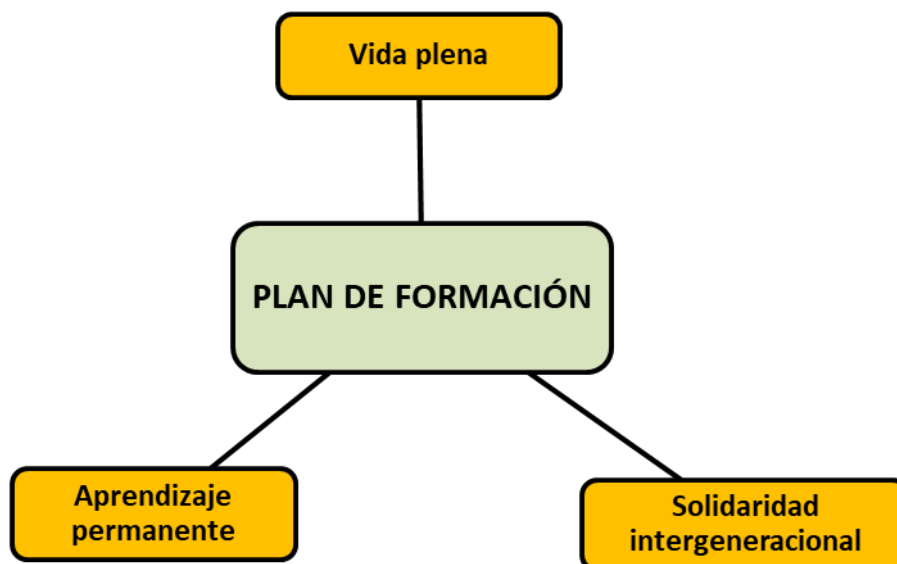
El Plan de Formación reposa sobre el significado de lo que entendemos por “persona mayor”. El rígido modelo de etapas de la vida es incongruente con el modelo de vida flexible que rompe la división artificial entre generaciones. La combinación de una vida más larga y los múltiples cambios sociales está modificando los límites del curso de la vida en tres etapas estancas (aprendizaje, trabajo y jubilación), comprometiendo a todos los miembros de la sociedad, sean de la edad que sean, hacia un curso de vida más largo, individualizado y flexible.

Las características del Plan de Formación han de responder a una visión de las personas mayores. Dentro de la variedad de perfiles, nunca antes se ha conocido una generación de personas que giran en torno a los 65 años con un nivel elevado de formación, de bienestar, de buena salud, con experiencia y capacidad de emprendizaje, y con la expectativa de prolongar su vida en 20 a 30 años más. Con un legado como ese, es impensable que esta generación experimente la vejez como lo hicieron anteriores generaciones.

El perfil de personas mayores que se proyecta como horizonte ideal es el de personas comprometidas de forma conjunta y complementaria con su desarrollo personal y el desarrollo social. Con respecto a su desarrollo y crecimiento personal, el Plan de Formación ha de contribuir al logro de las competencias que se precisan para satisfacer las necesidades básicas humanas. No sólo las necesidades primarias de carencia, sino sobre todo las necesidades de desarrollo. Con respecto al desarrollo social, el Plan de Formación ha de contribuir a la formación de personas mayores empoderadas, con iniciativa, proactivas, solidarias y comprometidas con la mejora del colectivo de personas mayores y del conjunto de la sociedad. El Plan de Formación ha de contribuir a impulsar proyectos de vida personalizados, teniendo en cuenta la visión global de las necesidades humanas.

3.1.1.- Marco conceptual

Situamos esta propuesta para la elaboración del Plan de Formación de Personas Mayores en la intersección de los siguientes parámetros que están interrelacionados: “enfoque de vida plena, “aprendizaje permanente” y “solidaridad intergeneracional”¹.



En el capítulo 2.1 del apartado “Bases del Plan Integral” se explica lo que se entiende en este documento por **“vida plena”**, por lo que nos remitimos a dicho capítulo, por no resultar redundantes. La finalidad última del Plan de Formación es contribuir al logro de la vida plena de las personas mayores, es decir, aquella en la que, disponiendo de los satisfactores o recursos contextuales externos y de las competencias personales internas, se satisfacen las necesidades básicas vitales. El Plan de Formación, en concreto, se orienta al logro de las competencias específicas y transversales que se precisan para satisfacer las necesidades básicas vitales.

“El aprendizaje permanente a lo largo de toda la vida” abarca los aprendizajes formal, no formal e informal a lo largo de toda la vida. El aprendizaje es, desde este punto de vista, un continuo sin rupturas a lo largo de toda la vida, desde el nacimiento hasta la muerte, y en todas las situaciones personales, sociales, académicas y laborales. Pero es igualmente cierto que las situaciones del sujeto que aprende y del contexto de necesidades varía en los distintos períodos de la vida. Si tomamos como referencia las funciones del aprendizaje permanente que se especifican en la Ley 1/2013 de aprendizaje a lo largo de la vida relacionadas con la empleabilidad, la competitividad, la inclusión social, la ciudadanía activa y el desarrollo personal, sin entrar en demasiados matices, las prioridades van variando en su conjunto en los distintos períodos de la vida. El supuesto del Plan de Formación de las personas mayores es que la prioridad es su desarrollo personal, vinculado con la ciudadanía activa y la inclusión social.

¹ ANEXO 1: Algunas ideas para la elaboración del marco de formación de las personas mayores

“La solidaridad intergeneracional e intrageneracional” por la que se trata de impulsar las iniciativas y las competencias para establecer relaciones de solidaridad recíproca entre las personas mayores y las nuevas generaciones de niños, jóvenes y adultos; así como las iniciativas para impulsar la solidaridad de las personas mayores entre sí. Es una forma de contribuir al envejecimiento activo y a la construcción de una sociedad acogedora para todas las edades y sin discriminaciones de ningún género. El Consejo de la Unión Europea (2012) señala una serie de orientaciones, acordes con el Índice de Envejecimiento Activo antes señalado, para impulsar estrategias que contribuyan al envejecimiento activo y a la solidaridad intergeneracional. Se trata de un reto clave para la compactación social ante la realidad de que el sector de personas mayores de ser marginal, tiene una presencia cada vez más relevante en la sociedad.

Desde la II Asamblea de la Organización Mundial de la Salud (2002) hay un consenso en torno a la idea de que el eje estructurante de las políticas en torno al envejecimiento son los derechos basados en las **necesidades** de las personas mayores. Sin embargo, sigue estando abierta la interpretación sobre cuáles son las necesidades de las personas en general y en particular de las personas mayores. Desde el enfoque de los Servicios Sociales (Ley 12/2008 de Servicios Sociales del Gobierno Vasco) y de la Gerontología y Geriátrica han tenido prioridad la respuesta a las necesidades relacionadas con el “envejecimiento saludable”. Es cierto que la idea de salud no se reduce a las necesidades que surgen de su ausencia, sino que se amplía a las necesidades de desarrollo personal y social. Hay otros enfoques sobre las necesidades de las personas desde la psicología, la antropología, la sociología o la educación, que pueden completar lo que se puede entender por envejecimiento activo que tenga en cuenta las necesidades del desarrollo integral de la persona.

La idea clave de esta propuesta para elaborar el Plan de Formación de las personas mayores es que responda a un Proyecto Integral de Personas Mayores, en el que se integren de forma complementaria las tres vertientes (aprendizaje permanente, vida plena y solidaridad intergeneracional), y que contemplen las necesidades para lograr el desarrollo integral de las personas mayores.

3.1.2.- La persona como centro del aprendizaje

El aprendizaje ha de responder a las necesidades del individuo y a las necesidades de la sociedad. Dentro de esta antinomia, en uno de los polos se trata de responder a las necesidades individuales de libertad, espontaneidad, autonomía, placer, felicidad...; en el polo opuesto el aprendizaje se pone al servicio de las necesidades que emanan de las demandas sociales, de normas de comportamiento, de obligaciones y deberes, de adecuación a las necesidades culturales, económicas y laborales... El reto es encontrar el equilibrio entre ambos polos de acuerdo con las necesidades personales y contextuales.

En la exposición de motivos de la Ley 1/2013 de Aprendizaje a lo largo de la vida se sitúa a “la persona como centro del proceso de aprendizaje”:

- Para “mejorar las competencias personales”
- Para “facilitar el desarrollo personal, social y profesional, aspectos indefectiblemente unidos entre sí”
- Para “asegurar la adquisición y desarrollo de las competencias básicas”

- Para la “adquisición o consolidación de las competencias no sólo profesionales, sino también personales y sociales”
- Para “promover la integración, participación, iniciativa y creatividad de todas las personas en los ámbitos social, económico, político y cultural, especialmente de los colectivos más desfavorecidos”.

Es decir, sin dejar de lado las necesidades que surgen de las demandas culturales, sociales y profesionales, se inclina hacia las demandas individuales. Todo ello implica que la oferta formativa se ha de dar prioridad a las necesidades de la persona y no viceversa: “Estamos hablando desde la demanda de la persona y no desde la oferta, desde las necesidades y no desde lo que puedo ofrecer”.

3.1.3.- Opción entre los enfoques sobre el desarrollo integral de la persona

Hay distintos enfoques sobre lo que se puede entender por “desarrollo integral de la persona”. Por ejemplo, desde un enfoque más filosófico, hay quienes entienden que el desarrollo integral consiste en la plena realización de la persona en su triple e inseparable condición de sujeto individual, miembro de la sociedad y copartícipe de la naturaleza (Curriculum Vasco, 2004). Desde un enfoque psicológico, A. Maslow (1970, 1989), por ejemplo, considera que la persona se realiza en plenitud en la medida que satisface las necesidades de carencia (fisiológicas, de seguridad, de afiliación y de reconocimiento), y logra la satisfacción de las necesidades superiores de crecimiento que se orientan hacia la autorrealización. Desde un enfoque sociológico y antropológico, M. Harris (1995), por ejemplo, diferencia las necesidades de infraestructura (subsistencia, medios de producción y reproducción), de estructura (actividades económicas y políticas) y de superestructura (actividades artísticas, lúdicas, religiosas, intelectuales...) La plenitud de la persona, en tal caso, consistiría en la satisfacción en plenitud de dichas necesidades. Desde el enfoque educativo ha tenido y sigue teniendo gran aceptación la propuesta de la UNESCO (Delors, J., 1996) sobre el aprendizaje a lo largo de la vida y sobre el desarrollo integral de la persona en torno a los pilares de la educación (aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser).

Dada la pluralidad de enfoques, no cabe otra posibilidad que la elección. Cada uno de los enfoques enriquece y completa lo que se puede entender por “desarrollo integral de la persona”. Además, tampoco son incompatibles sino complementarios.

En esta propuesta de Plan de Formación se entiende que el desarrollo integral de la persona o la vida plena se logra en la medida que la persona disponga de las competencias que se precisan para satisfacer las necesidades básicas vitales. Tal como se especifica en el siguiente apartado, se diferencian las competencias transversales, que son comunes, y las específicas, correspondientes a cada una de las necesidades básicas vitales.

La propuesta de competencias transversales se basa en la realizada por la UNESCO (Delors, 1996). Esta propuesta, en la que se plantean los pilares de la educación válidos para las distintas etapas de formación a lo largo de la vida, tienen un reconocimiento internacional y son también la referencia del modelo educativo propuesto en el Currículo Vasco y en los Decretos en vigor para la Educación Básica y Bachillerato del Departamento de Educación del Gobierno Vasco basados en el Plan Heziberri 2020. La operativización realizada sobre los componentes, así como sobre los procedimientos y actitudes para el desarrollo de los cuatro

pilares de la educación (Gobierno Vasco, 2017), es igualmente válido para el plan de formación de las personas mayores.

Tal como se expone en las “Bases para un plan integral de las persona mayores” (apartados 2.2.2 y 2.2.3), las necesidades básicas vitales son la referencia para la propuesta de competencias específicas. Consideramos que los contenidos temáticos del Plan de Formación se han de ordenar atendiendo a las necesidades de las personas mayores y no a partir de los saberes académicos constituidos.

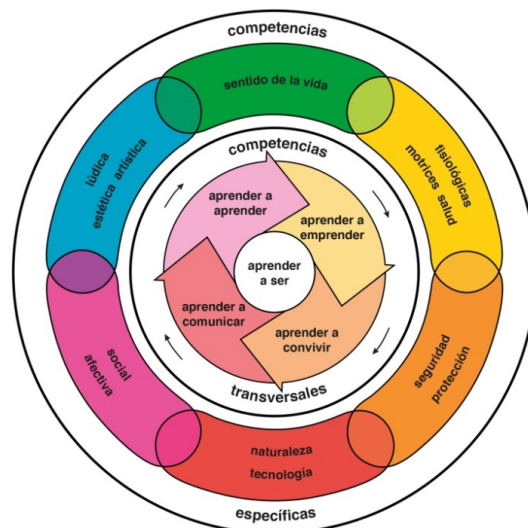
3.2.- COMPETENCIAS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN

En el capítulo sobre el “Marco del Plan Integral” se presentan el despliegue de los objetivos relacionados con los satisfactores y los sectores implicados en el logro de la satisfacción de las necesidades básicas vitales. Entre los sectores identificados se encuentra el sistema educativo, entendiendo que el sistema educativo cubre las situaciones de formación y aprendizaje formal, no formal e informal. Por lo tanto, la propuesta que se presenta a continuación se basa y es prolongación de la presentada con anterioridad.

En la propuesta que se desarrolla a continuación se formulan las competencias específicas que se precisan para satisfacer cada una de las necesidades básicas y las competencias transversales que se precisan para satisfacer todas y cada una de las necesidades básicas. Estas competencias cumplen con la doble función de señalar el objetivo a lograr mediante los procesos de enseñanza-aprendizaje del plan de formación, así como los criterios de evaluación para verificar su logro.

Las competencias están formuladas desde el enfoque de lo que sería deseable, ideal y óptimo, conscientes de que su función es la de servir de referente e inspiración a las entidades que imparten formación, ya sean organizaciones de personas mayores u otras entidades formativas. No se trata de establecer un modelo único homogeneizador, sino de que cada entidad, tomando como referencia la visión de conjunto de las competencias ideales y las necesidades y demandas concretas particulares, elabore programas de formación personalizados, de forma que cada individuo, desde su trayectoria y su proyecto de vida, establezca sus propias metas.

En la propuesta, como es habitual en los planes de formación, se diferencian las competencias específicas y las transversales.



Como se presenta de forma gráfica en la imagen, las competencias transversales se adquieren en la medida que sus procedimientos y actitudes se integran en el proceso de aprendizaje de todas y cada una de las competencias específicas. Las situaciones y los contenidos para la adquisición de las competencias transversales son las situaciones y contenidos propios de cada uno de los ámbitos de las necesidades básicas. Por ejemplo, la competencia transversal de aprender a aprender, sólo se puede adquirir en la medida en que los procedimientos y actitudes de búsqueda, comprensión y valoración de la información se utilicen en todas y cada una de las situaciones y contenidos de las necesidades básicas. El ejemplo es válido y generalizable para todas las competencias transversales.

Cada una de las necesidades básicas tiene sus propias situaciones y contenidos y sus propias competencias específicas, pero para su adquisición se precisa de la mediación de los procedimientos y actitudes de las competencias transversales de aprender a aprender, de aprender a comunicar, de aprender a convivir y hacer las cosas en grupo, de aprender a tener iniciativa e implementar proyectos, de aprender a ser. Para la adquisición de algunas competencias específicas se precisa de forma particular la mediación de alguna de las competencias transversales, pero para la realización de cualquier acción se precisa, en mayor o menor medida, la mediación de todas ellas.

3.2.1.- Competencias específicas

Competencias específicas son los conocimientos, procedimientos y actitudes que se precisan utilizar de forma integrada para satisfacer de forma eficaz las situaciones de la vida relacionadas con cada una de las necesidades básicas vitales. Las competencias específicas se promueven y potencian en todas las situaciones de aprendizaje tanto formal, no formal e informal.

3.2.1.1.- Necesidades fisiológicas, motrices y de salud

Las competencias que se plantean responden a la finalidad de disponer los conocimientos declarativos, los procedimientos y las actitudes para gozar de buena salud física y mental, así como la de reducir al mínimo la discapacidad, la enfermedad, la dependencia y la muerte prematura. Se incluyen en este apartado las competencias en el ámbito de la economía, que condicionan y posibilitan la satisfacción de todas las necesidades básicas vitales, pero que resultan indispensables para la supervivencia.

Bloques temáticos	Competencias/Criterios de evaluación	
	Competencias específicas	Competencias transversales
Economía	- Comprende las necesidades de planificación de su economía y vincula ésta a una previsión prudente de su situación económica futura. - Comprende los términos fundamentales y el funcionamiento en la operativa de las cuentas bancarias y de las distintas facturas domiciliarias; además, conoce los procedimientos de reclamación. - Elabora un presupuesto personal o familiar e identifica cada ingreso y cada gasto; además, establece un sistema para su seguimiento y control. - Sabe a dónde y a quién acudir para gestionar las necesidades económicas. - Utiliza con seguridad las herramientas informáticas e internet para la gestión económica.	- Competencia para la comunicación verbal, no verbal y digital. - Competencia para aprender a aprender y a pensar. - Competencia para convivir - Competencia para la iniciativa y espíritu emprendedor - Competencia para ser uno mismo
Salud	- Conoce y practica los hábitos y rutinas que se precisan para tener un sueño saludable. - Conoce y practica los hábitos de higiene personal que ayudan a conservar la salud y prevenir enfermedades propias y de los demás. - Conoce y pone en práctica los hábitos y actitudes que se precisan para tener relaciones sexuales de forma placentera y segura. - Tiene conocimientos sobre la importancia que tiene la alimentación equilibrada y la actividad física diaria sobre la salud y los pone en práctica. - Desarrolla las capacidades y habilidades físicas que faciliten un comportamiento motor autónomo mediante la práctica habitual, tanto individual como grupal, de actividades físicas, lúdicas y deportivas que estimulen un estilo de vida saludable y el bienestar personal y social. - Planifica y realiza de manera autónoma un programa básico de actividad física orientado a la salud utilizando las variables de frecuencia, intensidad, duración y tipo de actividad. - Conoce las prestaciones que ofrecen los sistemas de salud en la CAPV.	

Bloques temáticos	Competencias/Criterios de evaluación	
	Competencias específicas	Competencias transversales
Movilidad	- Conoce el funcionamiento para utilizar y utiliza de forma autónoma los medios de automoción (coche, silla de ruedas...) de acuerdo con sus necesidades y posibilidades. - Utiliza los servicios públicos de transporte y gestiona las tecnologías de la información y comunicación, aplicados al uso de transporte. - Usa de forma segura y responsable los medios de transporte personales (bici, coche, silla de ruedas...) y cuida de su mantenimiento. - Conoce y respeta las normas peatonales y de circulación.	
Desarrollo social y mental. Autonomía	- Ejercita y estimula su capacidad cognitiva mediante diferentes actividades que pueden contribuir al desarrollo o mantenimiento de las competencias cognitivas (atención, comprensión, memoria, pensamiento crítico, pensamiento creativo...) - Se interesa por las cosas que lo rodean y está informado en las cosas que suceden en su entorno. - Mantiene y cuida las relaciones con su familia, amigos y conocidos, y fomenta nuevas relaciones. - Pone en práctica técnicas básicas de primeros auxilios para afrontar situaciones que faciliten la intervención posterior de servicios de atención primaria. - Sabe gestionar el sufrimiento ante el dolor y la enfermedad. - Cuida a otros y acepta ser cuidado por otros en situaciones de dependencia. - Utiliza las tecnologías de la información y comunicación, así como los medios audiovisuales aplicados al ámbito de la satisfacción de las necesidades, motrices y de salud.	

3.2.1.2.- Necesidades de seguridad y protección

Las competencias que se plantean responden a la finalidad de disponer los conocimientos declarativos, los procedimientos y las actitudes para gozar de seguridad y protección física, sanitaria, psicológica, social y económica. Entre las competencias se resaltan aquellas que contribuyen al desarrollo de la seguridad subjetiva, que posibilita hacer frente a las situaciones de inseguridad y miedo por razones económicas, de salud, de violencia o discriminación.

Bloques temáticos	Competencias/Criterios de evaluación	
	Competencias específicas	Competencias transversales
Economía	- Defiende un sistema de pensiones y un sistema de ingresos públicos complementarios, como la Renta de Garantía de Ingresos, que en cualquier caso aseguren la percepción de unos ingresos que garanticen una vida digna. - Contribuye en la medida de sus posibilidades a la erradicación de la pobreza. - Apoya un sistema económico que priorice el bien común y la mirada intergeneracional. - Apoya un sistema económico que priorice una fiscalidad más equitativa. - Optimiza el uso de los recursos disponibles tanto a nivel individual como colectivo.	- Competencia para la comunicación verbal, no verbal y digital. - Competencia para aprender a aprender y a pensar. - Competencia para convivir - Competencia para la iniciativa y espíritu emprendedor - Competencia para ser uno mismo
Salud	- Tiene conocimientos sobre las medidas para protegerse de la contaminación y el contagio y los aplica. - Tiene hábitos que contribuyen a la conservación y mejora medioambiental. - Conoce las nociones básicas de manipulación de alimentos y las aplica.	
Seguridad ciudadana	- Sabe tomar las precauciones y medidas necesarias para evitar situaciones de riesgo. - Conoce las instancias a las que acudir en caso de riesgo e inseguridad. - Conoce y lucha por la defensa de los derechos y por la superación de los estereotipos tradicionales sobre la vejez.	
Urbanismo y vivienda	- Sabe prevenir y adaptar la vivienda a las necesidades que se derivan del envejecimiento. - Optimiza el uso de los recursos disponibles tanto a nivel individual como colectivo. - Contribuye a crear espacios que facilitan un sistema de relaciones de apoyo comunitario solidario. - Impulsa iniciativas de servicios comunitarios que favorecen actuaciones que ayudan a construir entornos urbanísticos amigables. - Cuida la economía y el mantenimiento de las instalaciones de los suministros de agua, luz, gas y realiza algunas reparaciones sencillas. - Sabe utilizar, utiliza y cuida la economía y el mantenimiento de los electrodomésticos y del ascensor.	
Seguridad y protección psicológica	- Sabe gestionar el miedo y la ansiedad ante las inevitables situaciones de inseguridad por razones externas e internas. - Se enfrenta a las situaciones de estrés, inseguridad y adversidad con entereza.	

3.2.1.3.- Necesidad de conocimiento y cuidado de la naturaleza

Cada uno de los ámbitos de las necesidades básicas vitales precisa para su satisfacción de los conocimientos específicos y uso de la tecnología propia de cada ámbito, por lo que no se repiten en este apartado. En este apartado se presentan, a modo indicativo, las competencias relacionadas con el conocimiento y cuidado de la naturaleza.

Bloques temáticos	Competencias/Criterios de evaluación	
	Competencias específicas	Competencias transversales
Naturaleza	- Tiene conocimiento de los conceptos básicos sobre la materia y energía, el cosmos y la tierra, y el medio biológico, necesarios para situarse, valorar con criterio y tomar decisiones responsables en la vida diaria con respecto a la realidad de los sistemas y fenómenos naturales. - Tiene conocimiento de las explicaciones científicas sobre el origen de la vida, la formación de la tierra e identifica los recursos, riesgos e impactos asociados a la actividad humana sobre el clima y el medio ambiente. - Utiliza el conocimiento científico sobre el organismo humano para desarrollar hábitos de cuidado y aumentar el bienestar personal y comunitario. - Utiliza el conocimiento científico sobre el funcionamiento de los ecosistemas y sobre la repercusión de las diferentes fuentes de energías renovables y no renovables, y adopta conductas e impulsa un sistema económico compatibles con el desarrollo sostenible. - Identifica diferentes tipos de residuos que se generan y actúa de forma responsable para su recogida selectiva y reciclaje. - Mantiene una sintonía y contacto directo con la naturaleza, caminando en ella, cultivando la afición de huertas, flores...	- Competencia para la comunicación verbal, no verbal y digital. - Competencia para aprender a aprender y a pensar. - Competencia para convivir - Competencia para la iniciativa y espíritu emprendedor - Competencia para ser uno mismo

3.2.1.4.- Necesidades afectivas y sociales

Responden a la necesidad de disponer de los recursos externos y competencias para establecer vínculos afectivos con personas y grupos diferentes, para convivir con los demás de acuerdo con los valores de igualdad, justicia, solidaridad y libertad y para participar en la organización de la vida social.

En este apartado se incluyen, a modo indicativo, las competencias personales e interpersonales que contribuyen a la satisfacción de las necesidades afectivas de amor y pertenencia, que se expresan en la necesidad de tener amigos, compañeros, de una familia, de identificación con un grupo y de intimidad con otra persona. Así como las competencias para reconocer y ser reconocidos por los semejantes, de sentirse arraigados en lugares e integrados en redes y grupos sociales; y las competencias para satisfacer las necesidades de estima, que se refieren al reconocimiento personal de reputación, respeto y consideración por parte de los demás.

Se incluyen las competencias sociales para convivir satisfactoriamente en la sociedad, basados en los derechos y deberes humanos, en las convenciones sociales que se consideran básicas y en la conservación de la vida y de la naturaleza.

También se incluyen las competencias que se precisan para la participación y colaboración de las personas mayores en la vida social y de gobernanza en la vida política en general, y de forma específica en las cuestiones que afectan más directamente a las personas mayores.

Bloques temáticos	Competencias/Criterios de evaluación	
	Competencias específicas	Competencias transversales
Afectividad y relaciones interpersonales	- Tiene vínculos afectivos con personas y cosas ajenas a nosotros mismos. - Se relaciona con otras generaciones de diferente edad, tanto dentro del ámbito familiar (hijos, nietos) como social, y actúa con criterios de reciprocidad teniendo en cuenta el bien común. - Trata a los demás con igualdad, respeto, tolerancia, confianza y amabilidad. - Mantiene la serenidad y la paciencia en situaciones adversas y de conflicto. - Realiza aquello a lo que se compromete sin dilación y mantiene la confianza ante las dificultades con el ánimo de alcanzar las metas propuestas. - Comunica conjugando la satisfacción de los deseos propios y ajenos, es decir, expresando de forma asertiva sus propios sentimientos, pensamientos y deseos, a la vez que escuchando de forma activa y teniendo en cuenta los sentimientos, pensamientos y deseos de los demás. - Muestra compasión y solidaridad con el sufrimiento de los demás. - Mantiene con los demás relaciones de reciprocidad y muestra agradecimiento a los que nos aman, cuidan y nos ayudan. - Colabora con las necesidades de su entorno familiar y comunitario. - Se comporta de forma altruista y tiene disponibilidad, generosidad y hospitalidad para ayudar a los demás sin beneficio directo propio. - Participa con criterios de reciprocidad en las distintas situaciones interpersonales, grupales y comunitarias, reconociendo en el otro los mismos derechos y deberes que se reconocen para uno mismo, para contribuir tanto al bien personal como al bien común. - Colabora en grupo, asumiendo sus responsabilidades y actuando cooperativamente en las tareas de objetivo común, reconociendo la riqueza que aportan la diversidad de personas y opiniones.	- Competencia para la comunicación verbal, no verbal y digital. - Competencia para aprender a aprender y a pensar. - Competencia para convivir - Competencia para la iniciativa y espíritu emprendedor - Competencia para ser uno mismo

Bloques temáticos	Competencias/Criterios de evaluación	
	Competencias específicas	Competencias transversales
Convivencia social	- Se comporta de acuerdo con los derechos humanos que emanan de los principios éticos y de acuerdo con las normas sociales que se derivan de las convenciones sociales básicas para la convivencia. - Actúa con respeto ante todo tipo de diferencias (aspecto físico, limitaciones intelectuales y sensoriales, raza, color de piel, sexo, idioma, religión, opiniones, origen nacional y social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición), no discrimina, ni menosprecia o margina a otras personas. - Está en contra de la violencia física y del acoso psicológico (bullying...) y no presenta este tipo de comportamientos. - Cuando alguien no respeta la dignidad de la persona y la igualdad, toma la responsabilidad y afronta la situación. - Respeto la vida privada y la intimidad de las personas, y no obtiene o difunde datos e informaciones sin autorización. - Muestra comportamientos que evitan la contaminación ambiental y favorecen la limpieza en su vida cotidiana. - Muestra comportamientos que evitan el derroche de recursos materiales y de energía en su vida cotidiana. - Encuentra solución a los conflictos, por medio del diálogo y la negociación.	
Participación	- Forma parte de forma activa en asociaciones, hogares de jubilado, grupos de amigos, voluntariado... intentando ser útil a los demás. - Conoce las estructuras participativas y el funcionamiento de las sociedades democráticas, identificando los valores y principios fundamentales en los que se basan. - Conoce los problemas actuales de las sociedades contemporáneas, analizando y evaluando sus posibles raíces histórico-sociales, y emprende actuaciones alternativas para mejorarla.	

3.2.1.5.- Necesidades lúdicas, estéticas y artísticas

Responden a la necesidad de disponer de los recursos externos y competencias para realizar aquellas cosas que nos agradan y gustan.

Dedicar el máximo tiempo a hacer aquello que nos agrada y gusta, asociándolo con formas de placer relacionados con situaciones habituales de la vida cotidiana bien sea de obligado cumplimiento o asociados con el ocio, es algo deseable en todas las etapas de la vida. En la etapa del envejecimiento disminuyen las obligaciones y hay más tiempo disponible para la realización de aquello que nos agrada y gusta, sin obligaciones ni ataduras. Las expresiones creativas lúdicas, estéticas y artísticas son una oportunidad para disfrutar de la vida y para autorrealizarse, desarrollando las dimensiones más específicamente humanas de la imaginación y la libertad.

Bloques temáticos	Competencias/Criterios de evaluación	
	Competencias específicas	Competencias transversales
Juego, arte y ocio	- Participa y disfruta con los juegos (motrices, cognitivos o de reglas, sociales, lingüísticos, simbólicos y afectivos). - Ejercita la práctica de la actividad física de forma habitual, individual o grupal, en espacios abiertos. - Ejercita actividades físicas y recursos expresivos del cuerpo y del movimiento (danza) de forma estética y creativa. - Ejercita de forma habitual la lectura, la escucha de música, cine y otros medios audiovisuales. - Planea y realiza excursiones y viajes. - Asiste a conciertos, museos, bibliotecas y otras actividades culturales. - Tiene sus propias aficiones y participa en algunas actividades: musicales, arte plástico, artesanía, horticultura...	- Competencia para la comunicación verbal, no verbal y digital. - Competencia para aprender a aprender y a pensar. - Competencia para convivir - Competencia para la iniciativa y espíritu emprendedor - Competencia para ser uno mismo

3.2.1.6.- Necesidad de dar sentido a la vida

Responde a la necesidad de disponer de los recursos externos y competencias para desarrollar nuestras propias capacidades personales, o las de otros, de desarrollar nuestro potencial, o el de otros, de hacer aquello que en verdad queremos, podemos y debemos y de dar sentido a la vida mediante la realización y transmisión del proyecto de vida.

Desde el plano subjetivo, que es el que más nos interesa, la vida tiene sentido en la medida que, integrando los planos del sentido último de la vida, de la vida buena y de lo que es el ideal del desarrollo de la vida plena en todas sus dimensiones, cada uno toma conciencia de la armonía entre los valores que orientan sus prioridades, las capacidades y competencias disponibles y la satisfacción de sus necesidades vitales. La vida adquiere sentido subjetivo cuando siente que hay coherencia entre lo que quiere, puede, debe y hace. No hay un estándar fijo para definir el logro de la vida plena, sino que cada persona logra su vida plena en la medida que va cubriendo las necesidades básicas vitales según sus posibilidades y limitaciones.

Para dar sentido a la vida es preciso distanciarse de la inmediatez de las vivencias y tomar conciencia de la propia existencia, de los ideales y horizontes. La práctica asidua de la soledad, el gusto por el silencio, la relajación, la meditación y la contemplación son hábitos que contribuyen al ensanchamiento de la conciencia de si mismo y a encontrar el sentido de la vida. El ser humano además de la acción práctica y la productiva, sus dos actividades más habituales y compartidas con otras especies animales, es capaz de meditar y contemplar. La meditación y la contemplación son las actividades más específicas y exclusivas del ser humano, y una forma tan válida o más que la acción y la producción para procurar el bienestar y satisfacción de las personas.

Bloques temáticos	Competencias/Criterios de evaluación	
	Competencias específicas	Competencias transversales
Sentido de la vida	- Reflexiona sobre el sentido último de la vida y trata de encontrar una respuesta. - Trata de conciliar la buena vida (bienestar) y la vida buena (ética) basada en la igualdad y reciprocidad con los demás. - Dispone de un mapa mental personal en el que se integran de forma sistémica todas las necesidades básicas, recursos y competencias, que le sirve para situarse y tratar de buscar la mejor respuesta posible en las distintas situaciones de la vida. - Tiene conciencia de que los recursos para satisfacer las necesidades básicas son limitados y los utiliza con mesura para asegurar el reparto equitativo y la sostenibilidad. - Tiene suficientemente satisfechas las necesidades vitales, está habitualmente ilusionado y realiza diariamente actividades que le gustan. - Tiene capacidad para tomar decisiones con autonomía y responsabilidad. - Conoce sus fortalezas y debilidades para satisfacer las necesidades vitales, pone los medios para fortalecer sus debilidades y pone a disposición sus fortalezas para ayudar a los demás. - Tiene una visión de lo que es importante para satisfacer las necesidades básicas personales y sociales en el futuro, y orienta su actuación de forma coherente. - Tiene un relato elaborado del grado de satisfacción de las necesidades vitales en el pasado y la valoración de lo que considera importante como legado para las nuevas generaciones. - Tiene información sobre la redacción de testamentos y testamentos vitales y sabe a dónde recurrir para hacerlos.	- Competencia para la comunicación verbal, no verbal y digital. - Competencia para aprender a aprender y a pensar. - Competencia para convivir - Competencia para la iniciativa y espíritu emprendedor - Competencia para ser uno mismo

Bloques temáticos	Competencias/Criterios de evaluación	
	Competencias específicas	Competencias transversales
Ensanchamiento de la conciencia de sí mismo	- Tiene conciencia de su cuerpo, de su funcionamiento y de los sentidos corporales. - Toma distancia y reflexiona sobre lo que siente, piensa, dice y hace. - Tiene conciencia de sus puntos fuertes y débiles, y reconoce y corrige sus errores. - Dedicar parte de su tiempo a la relajación, a la meditación, y a la contemplación en silencio y en soledad. - Tiene un autoconcepto ajustado y autoestima positiva de sí mismo. - Tiene conciencia de los grandes valores sociales tales como la solidaridad, la justicia, la equidad... y muestra tendencia a defenderlos. - Respeta y muestra interés por el desarrollo de los aspectos espirituales y religiosos propios y de los demás.	

3.2.2.- Competencias transversales

Competencias transversales son aquellas que se precisan para resolver problemas de forma eficaz en todos los ámbitos y situaciones de la vida relacionadas con la satisfacción de todas y cada una de las necesidades básicas vitales. Las competencias transversales se promueven y potencian en todas las situaciones de aprendizaje tanto formal, no formal e informal.

1.- Competencia para la comunicación verbal, no verbal y digital

Utilizar de forma complementaria la comunicación verbal, la no verbal y la digital para comunicar de manera eficaz y adecuada en situaciones personales, sociales y académicas.

La competencia para la comunicación verbal, no verbal y digital se desglosa en los siguientes componentes:

- Comunicar, de forma oral y escrita, con fluidez, autonomía, creatividad y eficacia.
- Comprender y utilizar con fluidez, autonomía, creatividad y eficacia información en diferentes códigos no verbales.
- Usar de forma creativa, crítica, eficaz y segura las tecnologías de información y comunicación para el aprendizaje, el ocio, la inclusión y participación en la sociedad.

2.- Competencia para aprender a aprender y a pensar

Disponer de los hábitos de estudio y de trabajo, de las estrategias de aprendizaje y del pensamiento riguroso, movilizando y transfiriendo lo aprendido a otros contextos y situaciones, para poder organizar de forma autónoma el propio aprendizaje.

La competencia para aprender a aprender y a pensar se desglosa en los siguientes componentes:

- Buscar, seleccionar, almacenar y recuperar la información de diversas fuentes (impresas, orales, audiovisuales, digitales...) y evaluar la idoneidad de las fuentes.
- Comprender y memorizar la información (pensamiento analítico)

- Interpretar y evaluar la información (pensamiento crítico)
- Crear y seleccionar ideas (pensamiento creativo)
- Utilizar los recursos cognitivos de forma estratégica, movilizándolo y transfiriendo lo aprendido a otras situaciones.

3.- Competencia para convivir

Participar con criterios de reciprocidad en las distintas situaciones interpersonales, grupales y comunitarias, reconociendo en el otro los mismos derechos y deberes que se reconocen para uno mismo, para contribuir tanto al bien personal como al bien común.

La competencia para convivir se desglosa en los siguientes componentes:

- Comunicar conjugando la satisfacción de los deseos propios y ajenos, es decir, expresando de forma asertiva sus propios sentimientos, pensamientos y deseos, a la vez que escuchando de forma activa y teniendo en cuenta los sentimientos, pensamientos y deseos de los demás.
- Aprender y trabajar en grupo, asumiendo sus responsabilidades y actuando cooperativamente en las tareas de objetivo común, reconociendo la riqueza que aportan la diversidad de personas y opiniones.
- Comportarse de acuerdo con los principios éticos que se derivan de los derechos humanos y de acuerdo con las normas sociales que se derivan de las convenciones sociales básicas para la convivencia.
- Encontrar solución a los conflictos, por medio del diálogo y la negociación.

4.- Competencia para la iniciativa y espíritu emprendedor

Mostrar iniciativa gestionando el proceso emprendedor con resolución y eficacia en los distintos contextos y situaciones personales, sociales, académicas y laborales, para poder transformar las ideas en actos.

La competencia para la iniciativa y espíritu emprendedor se desglosa en los siguientes componentes:

- Generar y/o asumir la idea o proyecto, planificar el proyecto y analizar su viabilidad.
- Ejecutar las acciones planificadas y realizar ajustes cuando sean necesarios.
- Evaluar las acciones realizadas, comunicarlas y realizar propuestas de mejora.

5.- Competencia para aprender a ser

Reflexionar sobre los propios sentimientos, pensamientos y acciones que se producen en los distintos ámbitos y situaciones de la vida, reforzándolos o ajustándolos, de acuerdo con la valoración sobre los mismos, para así orientarse, mediante la mejora continua, hacia la autorrealización de la persona en todas sus dimensiones.

La competencia para aprender a ser se desglosa en los siguientes componentes:

- Autorregular el lenguaje verbal, no verbal y digital.
- Autorregular los procesos de aprendizaje y el estilo cognitivo propio.
- Autorregular el comportamiento social y moral.
- Autorregular la motivación y fuerza de voluntad para llevar a cabo sus decisiones y obligaciones.

- Autorregular las funciones corporales, la salud y el bienestar personal y su imagen corporal.
- Autorregular sus emociones.
- Tener autoconcepto y autoestima positivos y realistas.
- Tomar decisiones personales con autonomía y asumir la responsabilidad de sus decisiones y obligaciones.

3.3.- ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

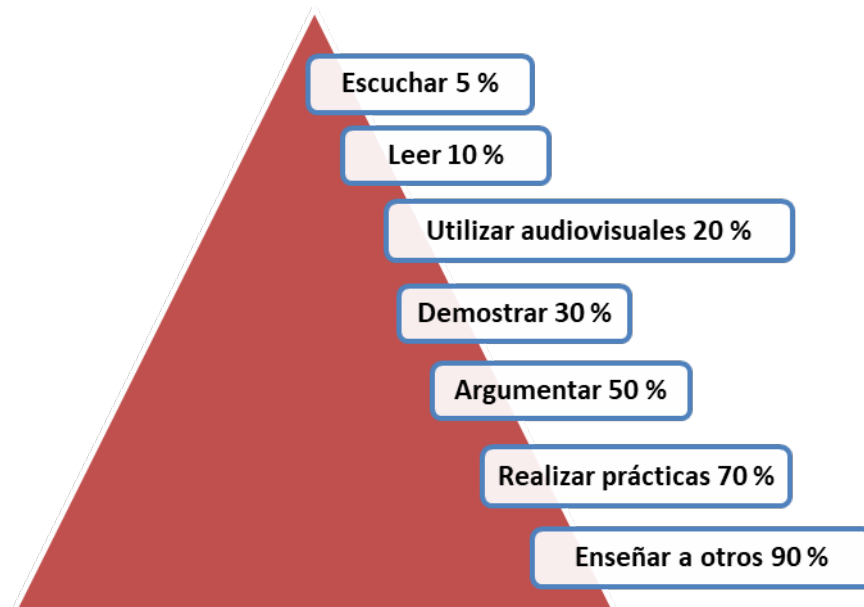
3.3.1 Pautas metodológicas generales

Metodologías activas

Se trata de adaptar la metodología de enseñanza-aprendizaje a la tipología y características de cada actividad. En el taller se realizarán distintos tipos de actividades: presentación, exploración, planificación, comprensión, aplicación, estructuración, regulación, integración...

Cada tipología de actividad tiene sus propias características metodológicas. Pero sea cual sea la actividad, el rol de la persona formadora será guiar y mediar el aprendizaje, impulsando el protagonismo de las personas participantes.

Hay un principio metodológico general, muy útil para orientar el proceso de aprendizaje, según el cual la forma más eficaz de aprender y de recordar lo aprendido es que las personas participantes se impliquen y apliquen lo más posible en ese proceso. En tal sentido, es de utilidad la **pirámide del aprendizaje**:



Todas las formas de aprendizaje son válidas:

- Para dar y recibir la información, se puede recurrir a la exposición oral, a la lectura o a la presentación audiovisual. Disponer de buena información es imprescindible, pero no basta.

- Para que esa información pase a ser conocimiento, se precisa comprender, demostrar, argumentar (pensamiento crítico). Comprender y valorar la información es imprescindible, pero no basta.
- Aunque en los talleres iniciales puede no resultar fácil articular actividades que lo favorezcan, para que el conocimiento sea significativo y se consolide es preciso aplicarlo y transferirlo a situaciones prácticas, de resolución de problemas, y culminarlo en situaciones de aprendizaje cooperativo de enseñanza mutua.

Desarrollo de las competencias transversales

En la realización de las actividades formativas, las personas participantes necesitarán aplicar los procedimientos para aprender a aprender de forma individual y de forma cooperativa, para comunicar, para crear ideas, planificar y emprender, para tomar conciencia de lo que hacen.

La utilización sistemática de dichos procedimientos por parte de las personas formadoras es la mejor manera de lograr los objetivos previstos en la actividad y de formarlos para que puedan transferir esos procedimientos a otras situaciones de la vida.

Las competencias básicas transversales son aquellas que se precisan para resolver problemas de forma eficaz en todos los ámbitos y situaciones de la vida (personales, sociales, académicas y laborales). Deben ser promovidas y potenciadas en todos los aprendizajes, y se adquieren y se aplican integrándolas en todos los ámbitos y situaciones de la vida.

Los procedimientos y las actitudes relacionadas con las competencias transversales pueden ser objeto de aprendizaje específico al igual que los contenidos temáticos, pero a su vez son procedimientos y actitudes que se han de integrar de forma transversal en los procesos de aprendizaje de todos y cada uno de los contenidos y actividades formativas (Gobierno Vasco, 2017).

Atención a la diversidad

Es previsible que el perfil de las personas participantes en el módulo de “Preparación a la jubilación y al nuevo ciclo vital” sea muy variado.

Las expectativas, la motivación, las capacidades, los estilos cognitivos, los conocimientos previos de cada participante son diferentes. Cada participante tiene su propia historia personal y una larga trayectoria de vida con características personales muy consolidadas.

La diversidad es una riqueza potencial para el grupo, pero también es cierto que gestionar la diversidad no es fácil. Será importante que las personas formadoras tengan presente la diversidad para adaptar la metodología de acuerdo con la variedad de situaciones personales.

Los principios y estrategias planteadas en el “Diseño Universal para el Aprendizaje” (Cast, 2011) son válidas:

- Prever múltiples medios (auditivos, visuales...) de presentación de la información.
- Prever múltiples medios de acción y expresión.
- Prever múltiples formas de implicación.

3.3.2.- Aproximación inductiva y deductiva

Si se parte del presupuesto de que el desarrollo integral de la persona es el eje principal del aprendizaje a lo largo de la vida, un criterio importante para elaborar y valorar el Plan de

Formación debería ser la contribución a su logro. El límite o riesgo de la aproximación deductiva es que lo que teóricamente puede ser pertinente, puede que no lo sea en la práctica de las necesidades concretas del individuo.

La planificación que se realiza de forma inductiva, partiendo de las demandas concretas de los interesados, tiene la ventaja de facilitar la implicación y motivación de los participantes. Su límite y riesgo es que las demandas pueden ser originadas en modas, campañas publicitarias y necesidades superficiales, más que en las necesidades profundas de desarrollo personal.

El Plan de Formación que se propone trata de conjugar la aproximación deductiva (de arriba hacia abajo) e inductiva (de abajo hacia arriba), integrando las experiencias reales (abajo) que se están realizando en distintas instancias y asociaciones, ubicando esas experiencias o haciendo nuevas propuestas de acuerdo con el marco teórico (arriba).

3.3.3.- Escenarios y modalidades de aprendizaje

Tal como se señala en la Ley 1/2013 de Aprendizaje a lo largo de la vida, “se entiende por aprendizaje a lo largo de la vida toda actividad realizada por las personas en los ámbitos formal, no formal e informal con el objeto de mejorar sus conocimientos, competencias y actitudes desde una perspectiva personal, social y profesional” (art. 1.3). Todos ellos conviven en nuestra sociedad. Y aunque la edad no debería considerarse un criterio diferenciador corresponde a cada momento vital, la realidad demuestra que las personas de más edad apenas participan en el sistema formal y que son las oportunidades no formales e informales las vías más empleadas para seguir aprendiendo.

Hay cantidad de situaciones en la vida diaria en las que se puede aprender sin necesidad de ninguna enseñanza intencional y formalmente organizada. La mayoría de los aprendizajes sociales, el aprendizaje de la lengua materna, de las normas de convivencia, manejo de herramientas y tecnologías, etc. se realiza en situaciones informales. La mayoría de los aprendizajes se realizan en situaciones informales, de ahí la importancia de que los contextos faciliten los aprendizajes formativos.

Sin dejar de valorar la importancia del aprendizaje informal, en el presente Plan de Formación se tendrán en cuenta los procesos de formación estructurados de forma sistemática e intencional en módulos o cursos de formación. Estos cursos pueden conducir a la obtención de un título o certificación oficial (educación formal) o a una formación sin certificado o con certificado no oficial (educación no formal).

Otra modalidad de formación es la que se realiza mediante el Aprendizaje-Servicio Solidario (Mendia, R., 2017). El núcleo del aprendizaje son los proyectos que desarrollan iniciativas de utilidad social, relacionadas con distintos ámbitos que promueven valores de compromiso social y de solidaridad (acción intergeneracional, apoyo a la actividad escolar, mejora de la comunidad, proyectos de solidaridad y cooperación, ayuda personal, etc.) Para la realización de los proyectos de servicio solidario se precisan una serie de conocimientos, procedimientos y actitudes que han de ser objeto de aprendizaje. Se trata de una propuesta de forma-acción que hace viable de forma práctica los enfoques de envejecimiento activo, educación permanente y la solidaridad intergeneracional.

CONCLUSIÓN-RECAPITULACIÓN

CONTEXTO Y FINALIDAD DE ESTE DOCUMENTO

El Gobierno Vasco, a través del Departamento de Empleo y Políticas Sociales, ha mostrado un gran interés en fomentar políticas dirigidas a la mejora y participación de las Personas Mayores. Muestra de ello son los documentos que abordan la realidad del cambio demográfico y cultural de las personas mayores y las políticas y estrategias tendentes a impulsar la realización y desarrollo del plan de envejecimiento activo y participativo, que ayude a que todos y todas desarrollen un plan propio de vida lo más plena posible, en libertad y corresponsabilidad, tales como:

- **“La Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo 2015-2020” (EVEA)** donde se habla de ir configurando un plan integral en torno a tres ejes: 1) Adaptación de la sociedad al envejecimiento mediante un nuevo modelo de gobernanza: 2) Anticipación y prevención para envejecer mejor; 3) Amigabilidad y participación en la construcción de una sociedad del bienestar.
- Con el fin de ir desarrollando el primer eje de EVEA de nuevo modelo de gobernanza, se ha elaborado la **“Estrategia Vasca de Gobernanza con las Personas Mayores 2019-2022”** y se está implementando el modelo de aplicación práctica **Agenda Nagusi**.
- En relación al segundo eje de EVEA de anticipación y prevención para envejecer mejor, se está aplicando el Servicio público de Teleasistencia **betiON** que incluye prestaciones directas y complementarias para las personas mayores en situación de dependencia y programas de apoyo para las personas cuidadoras. Así como planes de preparación a la jubilación.
- En relación al tercer eje de EVEA de amigabilidad y participación, se está impulsando el proyecto **“Euskadi Lagunkoia”**, bajo la responsabilidad de los Ayuntamientos. Las áreas temáticas son las mismas que las propuestas por la OMS para conformar la red de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores a nivel mundial.

En ese contexto el documento que presentamos, impulsado desde Helduak-Adi!, es un **Documento de bases**. En el título del proyecto “Bizitza betea” hay dos palabras clave (bases y marco) que ayudan a ubicarlo: “Bases del Plan Integral” y “Marco del Plan de Formación”. En el documento se señala de forma explícita que “la propuesta resultante tiene valor de ensayo y precisará de mayor contraste y de otras formas de participación de los agentes implicados para que tenga validez”.

En la Introducción se señalan los **tres objetivos** en los que el Gobierno Vasco considera ha de incidir a medio plazo este Documento de bases:

- Avanzar hacia un plan integral que tenga en cuenta el conjunto de necesidades, así como las aspiraciones, capacidades y proyectos de las personas en esta fase de su ciclo vital.
- Enriquecer la “Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo 2015-2020”, así como el documento complementario de “Estrategia Vasca de Gobernanza con las Personas Mayores 2019-2022” y Euskadi Lagunkoia. Sustraietatik (2014), integrándolos en este enfoque más amplio de vida plena y orientándolos hacia el desarrollo de las capacidades y el talento de las personas mayores.

- Reforzar la formación de las personas mayores y promover su participación social (políticas, servicios que reciben, acción social, cultural...), aprovechando y potenciando su talento.

Y se añade que los tres objetivos que se acaban de señalar requieren un horizonte muy superior al tiempo que resta de legislatura. En todo caso, el proceso que se plantea posibilita sentar las bases para que el futuro Gobierno, si así lo considerara, diseñe un plan integral, enriquezca la Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo e impulse la formación desde un enfoque de vida plena.

VALORACIÓN DE LAS PROPUESTAS QUE SIRVEN DE BASE AL PROYECTO “BIZITZA BETEA”

En este apartado se presentan algunas valoraciones con la intención de que sirvan para orientar elaboración, en su caso, del Plan Integral y los planes específicos de los sectores implicados en su desarrollo, incluyendo el Plan de Formación de las personas mayores. Estas valoraciones (provisionales y parciales) han de ser objeto de contraste y de mejora por parte del grupo que se encargaría de desarrollar este Documento de bases.

Enfoques	Fortalezas	Debilidades
Desde el enfoque de las necesidades básicas y capacidades humanas: - Doyal y Gough - Maslow - Max-Neuf - Barandiaran - Nussbaum	- Tienen la virtualidad de tener en cuenta de forma integral el conjunto de necesidades básicas vitales. - Estas necesidades humanas son comunes en todas las etapas de la vida, lo que facilita la mirada intergeneracional. - Sirven de referencia para la formulación de las finalidades a lograr tanto por parte de los recursos a explicitar en el Plan Integral como para la formulación de las competencias del Plan de Formación de las Personas Mayores.	- Las propuestas de necesidades y capacidades humanas son teóricas y no hay planes y experiencias prácticas que las plasmen de forma operativa aplicándolas a las necesidades específicas de las personas mayores.

Enfoques	Fortalezas	Debilidades
Desde el enfoque de envejecimiento activo: - Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo (EVEA). - International Longevity Centre (ILC) - Consejo de la Unión Europea e Índice de Envejecimiento Activo - Ciudades amigables (OMS) y Euskadi Lagunkoia (GV).	- Las cuatro propuestas que se seleccionan tienen una gran representatividad y están formuladas de forma operativa para impulsar el envejecimiento activo con sus correspondientes objetivos y acciones. - En las propuestas analizadas se tienen en consideración sobre todo los ámbitos relacionados con las necesidades fisiológicas y de salud, seguridad y protección (necesidades de subsistencia), y las necesidades sociales de participación. - Sirven de referencia para la reformulación de objetivos y acciones del Plan Integral de Personas Mayores basado en el planteamiento de “Bizitza betea”.	- No se tienen en cuenta las necesidades las necesidades afectivas, las necesidades lúdicas y artísticas y la de dar sentido a la vida, que también son necesidades básicas vitales. - Tampoco se plantean de forma integrada las capacidades y competencias que se precisan para satisfacer las necesidades básicas vitales.

CARACTERÍSTICAS DIFERENCIALES DE LA PROPUESTA “BIZITZA BETEA”

Se resumen a continuación algunas características señaladas a lo largo del documento.

1.- Del envejecimiento activo al envejecimiento de vida plena y personalizada

La aspiración que persiguen las personas –mayores y no mayores-, es el desarrollo constante a lo largo de su vida. En concreto, entendemos que la aspiración y empeño de las personas mayores, no es tanto llegar a una fase avanzada en la que, envejecidas, mantengan, sin embargo, actividad y dinamismo social - **“envejecimiento activo”**, sino más bien completar a través de los años su propio desarrollo vital, progresar en el desarrollo de las dimensiones de su persona trabajadas a lo largo de la vida, e incluso –en ese ciclo avanzado de su vida- descubrir y abordar otras nuevas quizá inexploradas.

Dada la complejidad y las condiciones cambiantes del medio externo, no cabe un estándar único y fijo para definir los recursos y capacidades que se precisan para el logro de la vida plena. Tampoco sería coherente con el principio de la libertad y el valor de la autodeterminación en los que se basa esta propuesta. La propuesta de recursos y capacidades que se precisan para satisfacer las necesidades básicas vitales, hay que entenderlo como un referente abierto que proporciona opciones y puede ayudar a ampliar el campo de la toma de decisiones personales.

2.- Los ejes o pilares que conforma la vida plena son las necesidades básicas vitales.

Hay diferentes formas de clasificar las necesidades básicas vitales que se precisan para alcanzar la “vida plena”. La propuesta que se realiza en el proyecto “Bizitza betea” se basa y

trata de integrar las realizadas por autores reconocidos tales como Doyal y Gough, Maslow, Max-Neuf, Barandiaran y Nussbaum.

Desde este enfoque se amplía y enriquece la mirada de las propuestas realizadas desde el paradigma de envejecimiento activo, centradas más en las necesidades de subsistencia y en las de participación, completándolo con las necesidades afectivas, lúdicas, estéticas y artísticas y la necesidad de dar sentido a la vida, que también son necesidades básicas vitales.

3.- Tiene la potencialidad de abarcar el enfoque intergeneracional y atender al bien común (valores de igualdad, justicia y equidad)

El hecho de que el eje del modelo sean las necesidades básicas vitales, que son universales y comunes a todas las etapas de la vida,

- Facilita el enfoque intergeneracional de corresponsabilidad, que contempla de forma conjunta y sin rupturas la continuidad de las mismas necesidades básicas vitales a lo largo de la vida, con la diversidad de respuestas en cada una de las etapas de la vida.
- Facilita la mirada desde el bien común, fundamentado en los valores de igualdad, justicia y equidad.

4.- En la propuesta de Plan Integral y de Plan de Formación se integran los recursos y competencias en torno a las necesidades básicas vitales

Las propuestas teóricas realizadas por Doyal y Gough, Maslow, Max Neuf (Cepaur), Barandiaran, señalan las necesidades básicas que consideran universales, pero no especifican ni los recursos ni las capacidades que se precisan para lograrlas. La propuesta de Nussbaum precisa las capacidades que se precisan para satisfacer las necesidades básicas, pero no los recursos. Las propuestas que se basan en el modelo del envejecimiento activo (EVEA, ILC, UE, OMS), señalan con detalle los recursos formulados como objetivos y acciones, pero no así las capacidades y competencias personales que se precisan.

En la propuesta de “Bizitza bete” se plantea formular en el Plan Integral de Personas Mayores, los recursos que se precisan para satisfacer las necesidades básicas vitales; y en el Plan de Formación de las Personas Mayores, las capacidades y competencias que se precisan para satisfacer las necesidades básicas vitales. El intento de formular de forma conjunta y complementaria los recursos y competencias en torno a las necesidades básicas vitales es novedoso y es un reto.

LÍNEAS DE REFLEXIÓN-ACCIÓN

Si algo queda claro a lo largo de esta propuesta de bases para la realización de un Plan Integral que tiene como aspiración el desarrollo de la vida plena de las personas mayores, es que la satisfacción de las necesidades básicas vitales es un requisito para el bienestar personal y social y que su logro compromete al conjunto de sectores y agentes sociales.

Hay al menos las siguientes cuestiones que merecen reflexión:

1.- ¿Hasta qué punto en las políticas públicas actuales se tienen en cuenta todas las necesidades básicas vitales de forma equilibrada?

Se entiende en este documento que “las necesidades básicas vitales son aquellas que las personas y el conjunto de la sociedad deben lograr si han de evitar el daño grave y sostenido.

Que la privación e insatisfacción de las necesidades básicas humanas, sea de forma consciente o inconsciente, puede producir un daño grave y objetivo en el desarrollo de las personas y en la convivencia social. Que la satisfacción óptima de las necesidades básicas es la condición para el desarrollo pleno de la persona y del bienestar social”.

En tal caso sería procedente hacer un diagnóstico del grado de presencia o ausencia y de la relevancia que se otorga a cada una de las necesidades básicas vitales en las políticas públicas actuales.

2.- ¿Hasta qué punto hay coordinación y cooperación entre los distintos sectores y agentes implicados en el logro de la satisfacción de las necesidades básicas vitales?

Las necesidades básicas vitales se complementan entre sí y están interrelacionadas, por lo que es un contrasentido que las políticas públicas que se ocupan de la planificación y gestión de las necesidades básicas vitales estén compartimentalizadas.

En tal caso sería procedente tomar las medidas para tratar de planificar y gestionar de forma armónica el conjunto de los sectores y agentes implicados en el logro de la satisfacción de las necesidades básicas vitales.

En este documento de bases se señalan, a modo indicativo, los sectores que pueden estar implicados en la elaboración y el desarrollo del Plan Integral para las Personas Mayores: Académico/Formativo; Sociedad civil/Tercer sector; Organismos públicos; Sector privado; Medios de comunicación; Gobiernos. La delimitación de los sectores, tal como señala en el documento, “puede facilitar la planificación, coordinación y corresponsabilidad entre todos los implicados”

En este documento se avanza y se hace una propuesta para el desarrollo del Plan Integral desde uno de los sectores implicados: el Académico/Formativo. El Plan de Formación, tal como se señala en el documento, “es uno de los medios implicados en el logro de los objetivos previstos en el Plan Integral de las Personas Mayores. El plan de formación tiene fundamentación y sentido en la medida en que se entronca en un plan o estrategia integral para responder a las necesidades de las personas mayores y contribuir a su vida plena”. Será preciso elaborar de forma similar y complementaria los planes correspondientes a los restantes sectores, identificando los agentes y las formas de coordinación y corresponsabilidad.

3.- Creación de un Ente Vasco

Desde Helduak-Adi! hacemos la propuesta de crear un ENTE VASCO que se ocupe del Plan Integral para el desarrollo de la vida plena de las Personas Mayores, con la finalidad de que se tengan en cuenta todas las necesidades básicas vitales de forma equilibrada y coordine a los distintos sectores y agentes implicados en su logro.

En el caso de dar continuidad a la propuesta que se presenta en este documento, el propio proceso de elaboración del Plan Integral para Personas Mayores y de los correspondientes planes complementarios (Plan de Formación y otros), puede ser la ocasión para darle forma al Ente Vasco. La participación de los sectores y agentes implicados, y de forma especial la relacionada con las personas mayores, ha de ser requisito para conformar el Ente Vasco.

BIBLIOGRAFIA

- BARANDIARAN, J.M. (1985): *Euskal Herria. Diapositiba bilduma*. SEIE-GIE, Donostia
- CAST (2011): *Universal Design for Learning Guidelines*. Wakefield, <http://educadua.es/>
- CONSEJO DE LA UNIÓN EUROPEA (2012): *Declaración del Consejo sobre el Año Europeo del Envejecimiento Activo y de la Solidaridad Intergeneracional: estrategia futura*. 174468/12, SOC992, SAN332, Bruselas.
- DELORS, J. (1996): *La educación encierra un tesoro*. Santillana-UNESCO, Madrid.
- DOYAL, L. y GOUGH, I. (1994): *Teoría de las necesidades humanas*. Icaria/Fuhem, Barcelona.
- GOBIERNO VASCO: Ley 12/2008, de 5 de diciembre, de Servicios Sociales
- GOBIERNO VASCO: Ley 1/2013, de 10 de octubre, de Aprendizaje a lo Largo de la Vida. BOPV 17-10-2013.
- GOBIERNO VASCO (2014): *Euskadi Lagunkoia. Sustraietatik. Guía práctica*. Departamento de Empleo y Políticas Sociales, Gobierno Vasco.
- GOBIERNO VASCO (2016): *Estrategia Vasca de Envejecimiento activo: 2015-2020*. Dirección de Servicios Sociales, Gobierno Vasco.
- GOBIERNO VASCO (2017): *Archivo de procedimientos y actitudes para el logro de las competencias básicas*. Departamento de Educación del Gobierno Vasco.
- GOBIERNO VASCO (2019): *Estrategia de Gobernanza con las Personas Mayores (2019-2022). Un modelo de participación público social*. Departamento de Empleo y Políticas Sociales.
- INTERNATIONAL LONGEVITY CENTRE (2015): *Envejecimiento Activo. Un marco político ante la revolución de la longevidad*. Rio de Janeiro, Brazil.
- MASLOW, A.H. (1970): *Motivation and Personality*. New York.
- MASLOW, A.H. (1989): *El hombre autorrealizado. Hacia una psicología del ser*. Troquel, Buenos Aires.
- MAX-NEEF, M. (1993): *Desarrollo a escala humana*. Ed. Nordan-Comunidad, Chile
- MAX-NEEF, M.; ELIZALDE, A.; HOPENHAYN, M. (1994): *Desarrollo a escala global: conceptos, aplicaciones y algunas reflexiones*. Icaria-Norton, Barcelona.
- MENDIA, R. (2017): *Aprendizaje-servicio solidario. Personas mayores activas*. Guías Zerbikas 7, Zerbikas Fundazioa y Asociación Hartu-emanak
- NACIONES UNIDAS: *II Asamblea Mundial de las Naciones Unidas sobre Organización Mundial de la Salud*. 2002. Madrid.
- NUSSBAUM, M. (2012): *Crear capacidades: propuesta para el desarrollo humano*. Paidós, Barcelona (original, 2011)
- ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (2002): *Envejecimiento activo. Un marco político*. II Asamblea Mundial de las Naciones Unidas sobre Organización Mundial de la Salud. Madrid.
- ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (2007): *Ciudades globales amigables con los mayores: Una guía*. Ginebra, Suiza
- ZAIDI, A. et al. (2013): *Active Agein Index 2012. Concept, Methodology and Final Results*. Viena, European Center.