

Estudio sobre el envejecimiento activo, en el marco de la campaña 'Bendita Edad'

El 72% de los españoles de entre 60 y 80 años afirma que le gustaría ser más activo

- **El 48% de los participantes en el estudio se considera una persona activa, con el deporte y el ocio como actividades mayoritarias, mientras que más del 90% piensa que el hecho de que las personas mayores se mantengan activas repercute en una mejor salud física y mental.**
- **El estudio evidencia la necesidad de contar con referentes sénior, que muestren el valor de la experiencia y el talento de las personas mayores como parte activa y fundamental de la sociedad.**
- **La iniciativa 'Bendita Edad', impulsada por CaixaBank, cuenta los casos de cuatro referentes sénior: Leopoldo Abadía, escritor desde los 75 años; Anabel Ávila, 'gamer' y 'streamer'; Enrique Ayala, campeón de España de tenis a los 90 años; y María Teresa Saperas, que a los 78 años se convirtió en emprendedora de éxito.**

23 de marzo de 2023

El 48% de los españoles mayores de 60 años se considera una persona activa, aunque el 72% opina que le gustaría serlo todavía más: estos datos se desprenden del 'Estudio sobre el envejecimiento activo', impulsado por CaixaBank para conocer la opinión de las personas mayores sobre la situación actual del envejecimiento activo en España y contribuir a concienciar a la sociedad sobre su importancia.

El estudio muestra también que uno de cada tres asegura que estar activo no depende de una edad concreta. Asimismo, más del 90% piensa que el hecho de que las personas mayores se mantengan activas repercute en una mejor salud física y mental, y aumenta la longevidad.

De las personas que se consideran activas, seis de cada diez encuestados practican deporte y realizan actividades de ocio, mientras que más de la mitad dedican el tiempo activo a estudiar, aprender cosas, leer o realizar distintos hobbies o manualidades. En menor medida, un 46% se considera activo porque se ocupa del cuidado de familiares y un 14% por organizar o participar en proyectos de voluntariado.

Más valor al talento y la experiencia sénior

El envejecimiento progresivo de la población es una realidad en las sociedades desarrolladas. De aquí a 2030, casi una tercera parte de la población será mayor de 60 años, según el informe “Proyecciones de Población 2022-2072” del Instituto Nacional de Estadística.

En este sentido, el estudio de CaixaBank revela, además, que el 64% de los encuestados considera que en España se tienen prejuicios hacia las personas mayores. En este sentido, prácticamente la totalidad de ellos afirma que se debería valorar más el talento y la experiencia sénior; y más del 60% destaca que no existen referentes sénior que inspiren a otras personas mayores a seguir activas. El estudio realizado concluye que para promover el envejecimiento activo y saludable es necesario hacer visibles referentes sénior y valorar su talento y experiencia.

Por otra parte, en lo que respecta a los ámbitos de la sociedad en los que pueden aportar más las personas mayores, más de tres de cada cuatro creen que como referentes sociales por la experiencia aportada, en mayor proporción aquellos con estudios medios o superiores, seguido de un 70% que afirma que puede aportar más como personas con más sabiduría. En menor medida, el 66% indica que contribuirían en la sociedad como profesionales a los que consultar, el 62%, como personas con una visión más global; y el 60%, como referentes ante situaciones históricas adversas y como consumidores con opinión propia. Por último, el 47% piensa que pueden aportar como cuidadores de hijos o nietos.

‘Bendita Edad’: contribuir al reconocimiento de los referentes sénior

Con el objetivo de promover el envejecimiento activo y saludable, [CaixaBank presenta ‘Bendita Edad’](#), una iniciativa que nace para dar visibilidad a las personas mayores como parte activa y fundamental de la sociedad y contribuir a reforzar la creación de referentes sénior. El proyecto lo protagonizan [Leopoldo Abadía](#), escritor desde los 75 años; [Anabel Ávila](#), gamer y streamer, [Enrique Ayala](#), campeón de España de tenis a los 90 años; y [María Teresa Saperas](#), que a los 78 años se convirtió en emprendedora de éxito.

CaixaBank les ha reunido para que muestren el valor de la experiencia y del talento sénior a través de sus historias, que han quedado reflejadas en cuatro piezas audiovisuales disponibles en www.CaixaBank.es/BenditaEdad.

A través de ellas, los cuatro protagonistas coinciden en la importancia de seguir activos y promover referentes. **Enrique Ayala** asegura que “*las personas necesitan saber que es posible seguir haciendo cosas*” y del mismo modo, **Leopoldo Abadía** destaca que “*cuando uno se jubila es fundamental tener un plan para el día siguiente*”. Por su parte, **Anabel Ávila** descubrió con el tiempo “*que ser mayor era una ventaja*” y **María Teresa Saperas** subraya

la importancia de impulsar más referentes sénior: “Cada vez hay más referentes de personas mayores pero todavía nos queda un largo camino”.

CaixaBank: compromiso con la excelencia en la atención a los mayores

CaixaBank, con más de 4 millones de clientes mayores de 65 años y una cuota superior al 30% en pensiones domiciliadas, es la entidad de referencia en el segmento sénior en España. La entidad está potenciando la atención personal a las personas mayores a través de una oferta global específica para este colectivo y un claro compromiso con la excelencia en el servicio.

Entre las iniciativas puestas en marcha, destaca el despliegue de gestores sénior, especialmente formados en gerontología para asesorar al colectivo; la atención reforzada en la red de oficinas de CaixaBank, la más extensa de España, con presencia en más de 2.200 municipios y una fuerte implantación en los ámbitos rurales; el acompañamiento personal en el uso de cajeros; el impulso a iniciativas de formación en digitalización, o la creación de un número de teléfono exclusivo para clientes sénior que solo es atendido por personas.

Por el alcance de los compromisos asumidos por la entidad y su avalada trayectoria en la atención especializada al colectivo sénior, CaixaBank se ha convertido en la primera entidad certificada por AENOR como organización comprometida con las personas mayores.

Ficha técnica “Estudio sobre el envejecimiento activo” de CaixaBank:

- Empresa: Sondea (IO Investigación)
- Muestra: 2.025 individuos
- Perfil de la muestra: Individuos residentes en España de 60 a 80 años
- Tipo de entrevista: auto-administrada a través de correo electrónico
- Error muestral: N= 2.025 (con un nivel de confianza del 95%: + / - 2,2%)
- Campo: marzo 2023