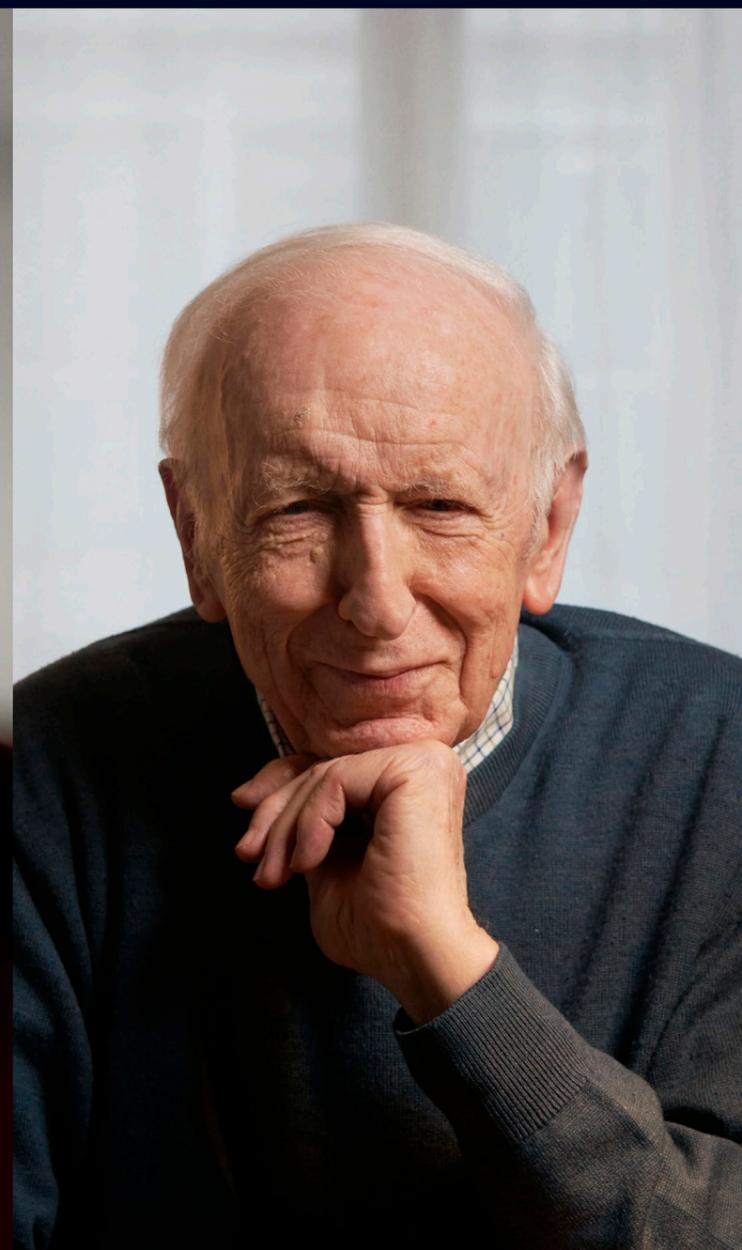




Bendita Edad

DOSSIER DE PRENSA



Índice

01 Introducción

02 El estudio

03 Sobre Bendita Edad

04 El compromiso de CaixaBank con los seniors



01. Introducción

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. Como sociedad, tenemos el deber de promover el bienestar en la vejez para que todas las personas puedan ser y hacer lo que ellas quieran. En eso se resume el envejecimiento activo.

En este contexto, CaixaBank lanza una campaña para promover el envejecimiento activo, dar visibilidad a las personas mayores como parte activa y fundamental de la sociedad y contribuir a reforzar la creación de referentes sénior.



02. El estudio

El punto de partida de esta campaña es la elaboración del **"Estudio sobre el envejecimiento activo"** que CaixaBank ha llevado a cabo 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 afirma que **el 48% de los españoles mayores de 60 años se considera una persona activa**, en mayor medida **las mujeres, las personas de 60 a 64 años, los que trabajan, los que tienen estudios medios o superiores, los de clase social alta o media y los que tienen ingresos altos**.

Los gallegos, castellano leoneses y aragoneses destacan, por encima del resto, como los más activos.

De las personas que se consideran activas, **más del 80% afirma que el motivo principal de serlo es porque llevan a cabo labores domésticas y seis de cada diez practican deporte y realizan actividades de ocio**, mientras que **más de la mitad dedican el tiempo activo a estudiar, aprender cosas, leer, realizar distintos hobbies o hacer manualidades**. En menor medida, **un 46% se considera activo porque se ocupa de familiares y un 14% por organizar o participar en proyectos de voluntariado**.

En este sentido, **las personas de Castilla-La Mancha, Comunidad Valenciana, Madrid y País Vasco son las que más deporte realizan; los aragoneses, madrileños y vascos dedican más tiempo al estudio; y los gallegos destacan en realizar distintos hobbies**.

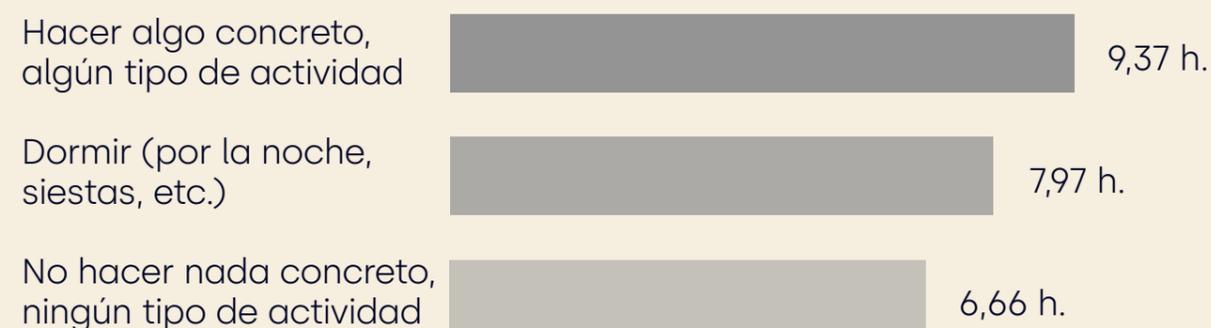
02. El estudio

Principales motivos por los que se consideran activas:



De las 24 horas del día, **los encuestados pasan de media cerca de 10 horas haciendo algo en concreto**. En este caso, son especialmente las mujeres, aquellos entre 60 a 69 años, los residentes en el noroeste de España, los que actualmente trabajan, los que tienen estudios medios o superiores y los que tienen ingresos altos.

Media de horas por tipo de actividad:



Sin embargo, **al 72% de los encuestados le gustaría ser más activo**. Sobre todo, a **los españoles que viven en la región centro o sur de España**.

Entre ellos, **el 45% asegura que más actividad les permitirá tener una mejor salud física y sentirse mejor en general y más del 30%, mejorar su salud mental, sentirse mejor anímicamente y seguir aprendiendo**. Entre los españoles que quieren ser más activos para tener una mejor salud física, destacan los de 75 a 80 años, los jubilados, aquellos con estudios medios, y los de clase social media.

02. El estudio

Principales razones por las que les gustaría ser más activos:



Más de seis de cada diez españoles mayores de 60 años creen que de lo que más depende el poder llevar un estilo de vida activo es de la salud (en mayor porcentaje, las personas entre 70 a 74 años y los que tienen estudios básicos) **y del estado de ánimo**. En menor medida, siguen como razones para ser más activos los recursos económicos, con un 40%; la estructura familiar, con un 30%; y el lugar de residencia, con un 25%. Por el contrario, de lo que menos creen que dependa el ser activo es del nivel de estudios (11%) y del apoyo de las instituciones estatales, autonómicas o municipales, (15%). Aun así, **el 18% piensa que tener un estilo de vida activo únicamente depende de la voluntad de uno mismo**.

De qué depende poder llevar un estilo de vida activo:



Además, los resultados muestran también que **más de uno de cada tres encuestados piensa que el estar activo no depende de una edad concreta**, destacando **los del País Vasco, Cataluña y Asturias**, y en mayor proporción las mujeres, las personas entre 60 a 74 años y los que viven en municipios grandes. **El 65,12% restante considera que sí depende de una edad en concreto**. El 14% de las personas piensa que la edad a partir de la cual es más difícil estar activo se establece entre los 60 a los 65 años, mientras que asciende al 16% los encuestados que piensan que se complica entre los 66 a los 70 años siendo este el grupo de edad más numeroso. El 10% considera que es más difícil entre los 71 y 75 años y el 12% indica entre 76 y 80 años. En menor medida, el 5% piensa que es de los 81 a 85 años y el 7% señala entre 86 a 90 años.

02. El estudio

Prácticamente la totalidad de los encuestados piensa que mantenerse activo repercute en que te sientas mejor en general, en mayor medida los de clase social media y los que se consideran muy o bastante activos. **Más del 90% piensa que repercute en una mejor salud física y mental y aumenta la longevidad.** Le sigue **el 89% que indica que la actividad en las personas mayores repercute en que sean más felices y el 85% que sirve para que aprendan más cosas, sufran menos enfermedades o patologías, mantengan mejores relaciones sociales, superen nuevos retos y vivan más años.**

Sentirse mejor
en general
94,47%

Tener mejor salud
mental
93,21%

Tener mejor
salud física
93,18%

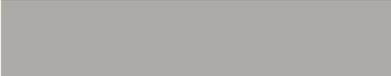
Para los encuestados de la Comunidad Valenciana, Cataluña, Galicia y Madrid, mantenerse activo repercute sobre todo en la salud mental.

Más valor a la experiencia y al talento sénior

Prácticamente la totalidad de los encuestados afirma que en España se debería valorar más el talento y la experiencia sénior, en mayor porcentaje los que tienen de 70 a 74 años, los que tienen ingresos medios o altos y los que son muy o bastante activos. Además, **el 96% afirma que las personas mayores tienen mucho que aportar en la sociedad; el 64%, que en España existen prejuicios hacia las personas mayores y el 61%, que no existen referentes sénior que inspiren a otras personas mayores a seguir activas.**

En este sentido, el estudio realizado concluye que, para promover el envejecimiento activo, es necesario **visibilizar el valor de la experiencia y el talento sénior, eliminar los prejuicios hacia las personas mayores y visibilizar referentes sénior que inspiren a otras personas a realizar sus proyectos.**

¿Cómo se debería impulsar el envejecimiento activo en nuestra sociedad?

Visibilizando el valor de la experiencia y el talento senior		95,90%
Eliminando prejuicios hacia las personas mayores		93,42%
Creando referentes seniors que inspiren a otras personas mayores a realizar sus proyectos		90,93%

02. El estudio

A las preguntas sobre los ámbitos de la sociedad en los que pueden aportar más las personas mayores, **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**.

Ámbitos dónde los mayores más pueden aportar en la sociedad:

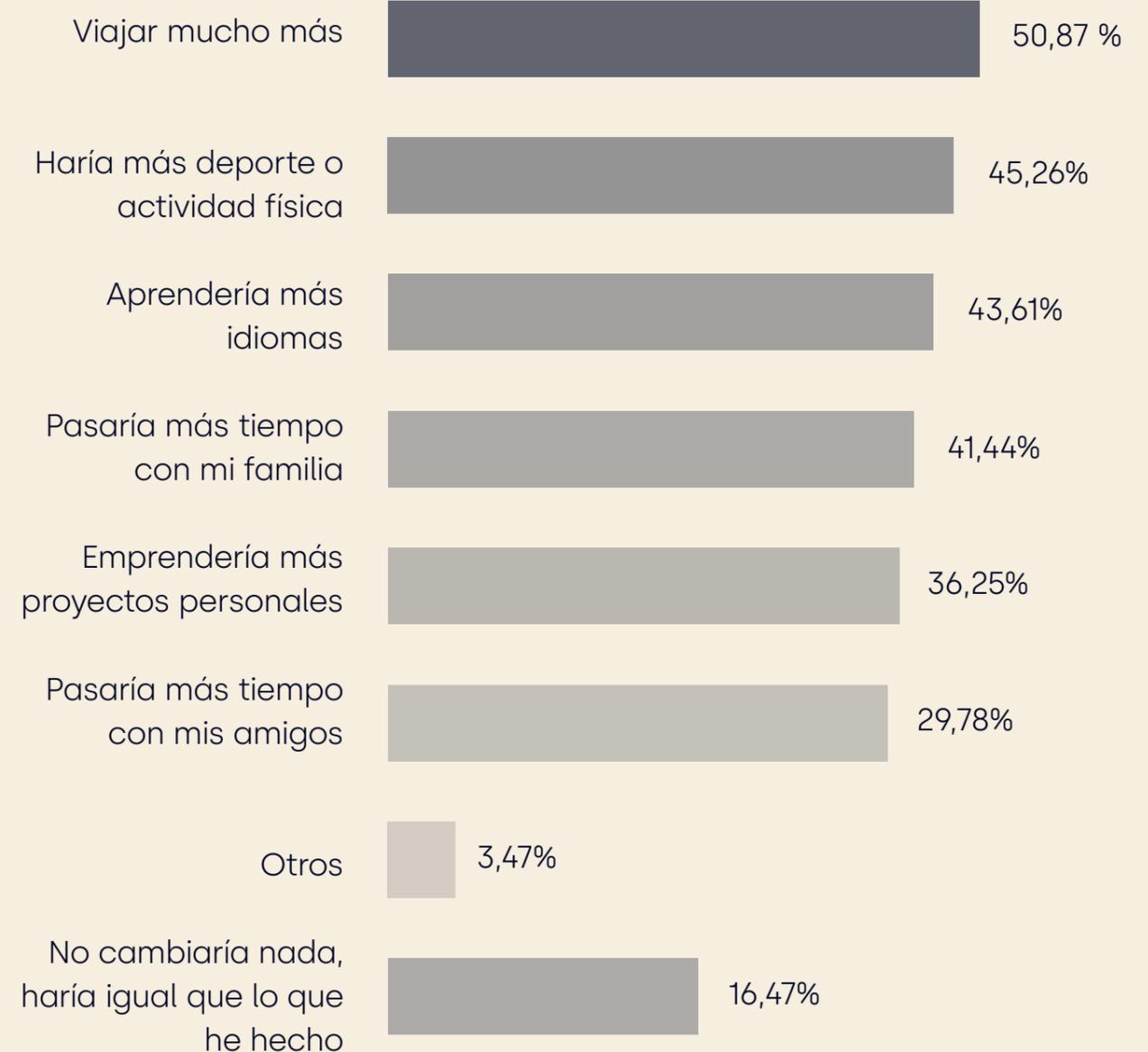


02. El estudio

Un 84% de los españoles de 60 a 80 años, si volviera atrás en el tiempo, sabiendo todo lo que saben ahora, cambiaría algo de lo que han hecho hasta ahora tras cumplir los 60.

Así, si las personas mayores de 60 años volvieran atrás en el tiempo sabiendo todo lo que ya saben, lo que **un 51% afirma es que viajaría mucho más**, mientras que **el 45% haría más deporte o actividad física; el 44% aprendería más idiomas y el 41% pasaría más tiempo con su familia**. En menor medida, **el 36% emprendería más proyectos personales y el 30% pasaría más tiempo con sus amigos**. Aun así, **el 16% no cambiaría nada, ya que haría lo mismo que ya ha hecho**.

Si los mayores pudieran volver atrás en el tiempo:



03. Sobre Bendita Edad

'Bendita Edad' es 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* a sus 63 años; **Enrique Ayala**, campeón de España de tenis a los 90 años; y **M^a Teresa Saperas**, que a los 78 años se convirtió en emprendedora de éxito.



03.
**Sobre
Bendita Edad**

Leopoldo Abadía

89 años

Ha escrito más de 12 libros desde que cumplió los 75 años y muchos son líderes de ventas. En 2009, se convirtió en el autor de no ficción de mayor venta.

“Cuando uno se jubila es fundamental tener un plan para el día siguiente”



03.
**Sobre
Bendita Edad**

Anabel Ávila

63 años

Con 63 años desafía a los más jóvenes en 'League of Legends'. Tras dejar su negocio de manicura por la pandemia, entró en las transmisiones de videojuegos.

“Con el tiempo
descubrí que ser
mayor es una ventaja”



03.
**Sobre
Bendita Edad**

Enrique Ayala

90 años

Campeón de España de tenis con 90 años. Sigue activo en su empresa familiar y está entre los 5 primeros puestos de España en el ranking de tenis +85.

“Las personas necesitan saber que es posible seguir haciendo cosas”



03.
**Sobre
Bendita Edad**

M^a Teresa Saperas

91 años

Emprendió con 78 años y creó su propia empresa de pañales reutilizables (ADZ Nadons).

“Cada vez hay
más referentes
de personas mayores
pero todavía nos queda
un largo camino”



03.
**Sobre
Bendita Edad**

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



04. 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





Bendita Edad

Contacto

CaixaBank

Dirección de Comunicación Externa
prensa@caixabank.com
www.caixabank.com/comunicacion