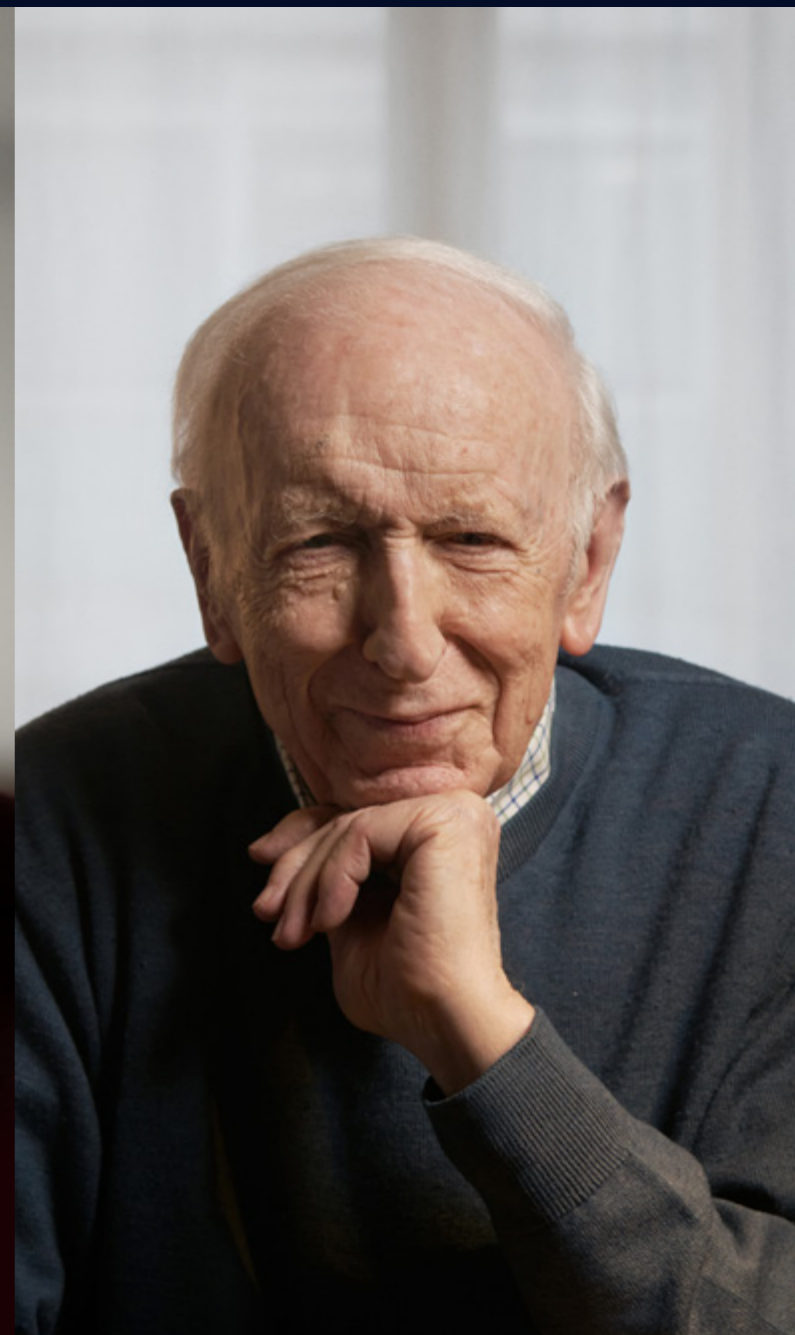




Edat Plena

DOSSIER DE PREMSA



Índex

01 Introducció

02 Estudi

03 Sobre Edat Plena

04 El compromís de CaixaBank amb els senyors



01. Introducció

L'envelliment progressiu de la població és una realitat a les societats desenvolupades. El 2030, gairebé una tercera part de la població serà major de 60 anys, segons l'informe "Projeccions de Població 2022-2072", de l'Institut Nacional d'Estadística. Com a societat, tenim el deure de promoure el benestar en la vellesa perquè totes les persones puguin ser i fer el que vulguin. L'envelliment actiu es pot resumir així.

En aquest context, CaixaBank llança una campanya per promoure l'envelliment actiu, donar visibilitat a les persones grans com a part activa i fonamental de la societat i contribuir a reforçar la creació de referents sèniors.



02. L'estudi

El punt de partida d'aquesta campanya és l'elaboració de l'"**Estudi sobre l'envelliment actiu**" que CaixaBank ha dut a terme per saber l'opinió de les persones grans sobre la situació actual de l'envelliment actiu a Espanya i contribuir a conscienciar la societat sobre la seva importància.

L'estudi afirma que **el 48 % dels espanyols majors de 60 anys es consideren persones actives**, especialment les dones, **les persones de 60 a 64 anys, els que treballen, els que tenen estudis mitjans o superiors, els de classe social alta o mitjana i els que disposen d'ingressos alts.**

Els gallecs, castellanolleonesos i aragonesos destaquen, per sobre de la resta, com els més actius.

De les persones que es consideren actives, **més del 80 % declaren que ho son principalment perquè fan tasques domèstiques i sis de cada deu practiquen esport i participen en activitats de lleure**, mentre que **més de la meitat dediquen el temps actiu a estudiar, aprendre coses, llegir i fer diferents hobbies o treballs manuals**. En un grau més baix, un 46 % **de les persones enquestades es consideren actives perquè s'ocupen de familiars i un 14 % perquè organitzen o col·laboren en projectes de voluntariat.**

En aquest sentit, **els residents de Castella-la Manxa, la Comunitat Valenciana, Madrid i el País Basc són els que fan més esport; els aragonesos, madrilenys i bascos dediquen més temps a l'estudi, i els gallecs destaquen a l'hora de fer diferents *hobbies*.**

02. L'estudi

Motius principals pels quals es consideren persones actives:



De les 24 hores del dia, **els enquestats passen de mitjana prop de 10 hores fent alguna cosa en concret.** En aquest cas se situen especialment les dones, les persones entre 60 i 69 anys, els residents al nord-oest d'Espanya, els que actualment treballen, els que tenen estudis mitjans o superiors i els que disposen d'ingressos alts.

Mitjana d'hores per tipus d'activitat:



Tanmateix, **al 72 % dels enquestats els agradaria ser més actius.** Sobretot, **als espanyols que viuen a la regió centre i sud d'Espanya.**

Entre aquests, **el 45 % asseguren que fer més activitat els permetria tenir més salut física i sentir-se millor en general i més del 30 %, millorar la seva salut mental, sentir-se més bé anímicament i continuar aprenent.** Entre els espanyols que volen ser més actius per millorar la salut física, destaquen els de **75 a 80 anys**, els **jubilats**, els que tenen **estudis mitjans** i els de **classe social mitjana.**

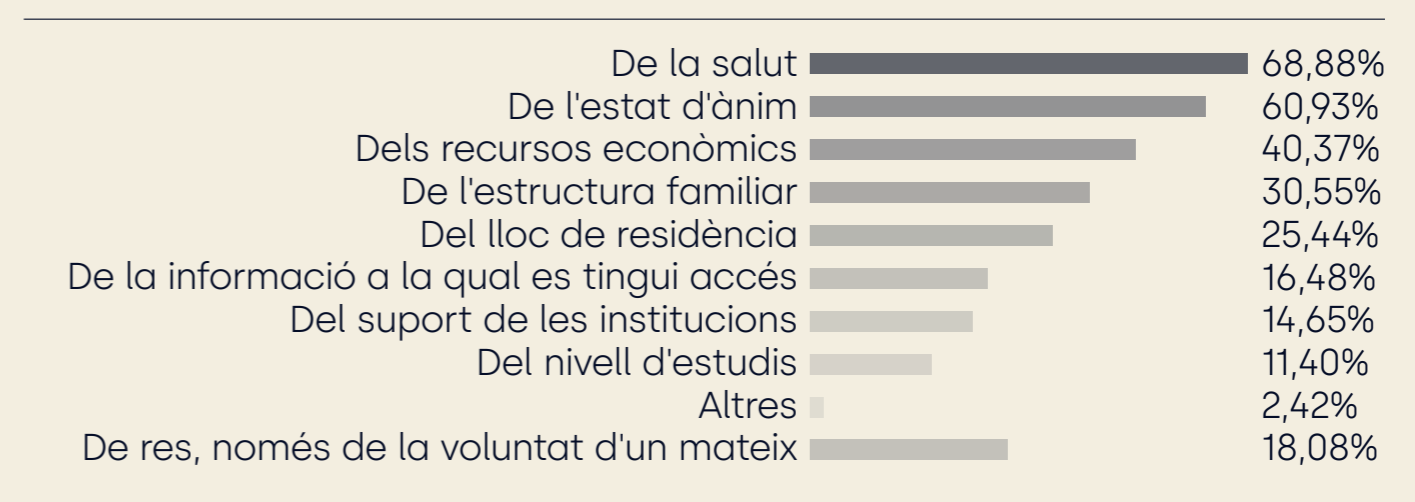
02. L'estudi

Motius principals pels quals els agradaria ser més actius:



Més de sis de cada deu espanyols majors de 60 anys creuen que els factors determinants per poder tenir un estil de vida actiu són la salut (en un percentatge més elevat, les persones entre 70 i 74 anys i les que tenen estudis bàsics) **i l'estat d'ànim**. En un grau més baix, les raons següents per ser més actius són els recursos econòmics, amb un 40 %; l'estructura familiar, amb un 30 %, i el lloc de residència, amb un 25 %. Per contra, pensen que el fet de ser actiu depèn poc del nivell d'estudis (11 %) i del suport de les institucions (estatals, autonòmiques o municipals) (15 %). Malgrat això, **el 18 % opinen que tenir un estil de vida actiu només depèn de la voluntat d'un mateix**.

De què depèn poder tenir un estil de vida actiu:



A més, els resultats també mostren que **més d'un de cada tres enquestats pensa que el fet d'estar actiu no depèn d'una edat concreta**, en què destaquen **els residents al País Basc, Catalunya i Astúries**, i en una proporció més alta les dones, les persones entre 60 i 74 anys i les que viuen en municipis grans. **El 65,12 % restant consideren que sí que depèn d'una edat en concret**. El 14 % de les persones pensen que l'edat a partir de la qual és més difícil estar actiu s'estableix entre els 60 i els 65 anys, mentre que arriben al 16 % els enquestats que creuen que es complica entre els 66 i els 70 anys, i aquest és el grup d'edat més nombrós. El 10 % consideren que és més difícil entre els 71 i els 75 anys, i el 12 % indiquen que és entre els 76 i els 80 anys. En una proporció menor, el 5 % pensen que és dels 81 als 85 anys i el 7 % assenyalen entre els 86 i els 90 anys.

02. L'estudi

Pràcticament tots els enquestats opinen que mantenir-se actiu ajuda a fer que et sentis més bé en general, especialment els de classe social mitjana i els que es consideren molt o força actius. **Més del 90 % consideren que repercuteix en una millor salut física i mental, i que augmenta la longevitat.** A continuació, **el 89 % indiquen que l'activitat en les persones grans aconsegueix que siguin més felices i el 85 %, que serveix perquè aprenguin més coses, pateixin menys malalties o patologies, mantinguin millors relacions socials, superin nous reptes i visquin més anys.**

Sentir-se més bé en general
94,47%

Tenir millor salut mentall
93,21%

Tenir millor salut física
93,18%



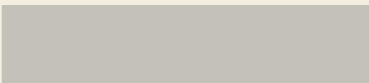
Per als enquestats de la Comunitat Valenciana, Catalunya, Galícia i Madrid, mantenir-se actiu repercuteix sobretot en la salut mental.

Més valor a l'experiència i al talent sènior

Pràcticament tots els enquestats afirmen que a Espanya s'hauria de valorar més el talent i l'experiència sènior, en un percentatge més alt els que tenen de 70 a 74 anys, els que disposen d'ingressos mitjans o alts i els que són molt o força actius. A més, **el 96 % manifesten que les persones grans tenen molt per aportar a la societat; el 64 %, que a Espanya hi ha prejudicis envers les persones grans i el 61 %, que no existeixen referents sèniors que inspirin altres persones grans a seguir actives.**

En aquest sentit, l'estudi conclou que, per promoure l'envelliment actiu, **cal visibilitzar el valor de l'experiència i el talent sènior, eliminar els prejudicis envers la gent gran i visibilitzar referents sèniors que inspirin altres persones a fer realitat els seus projectes.**

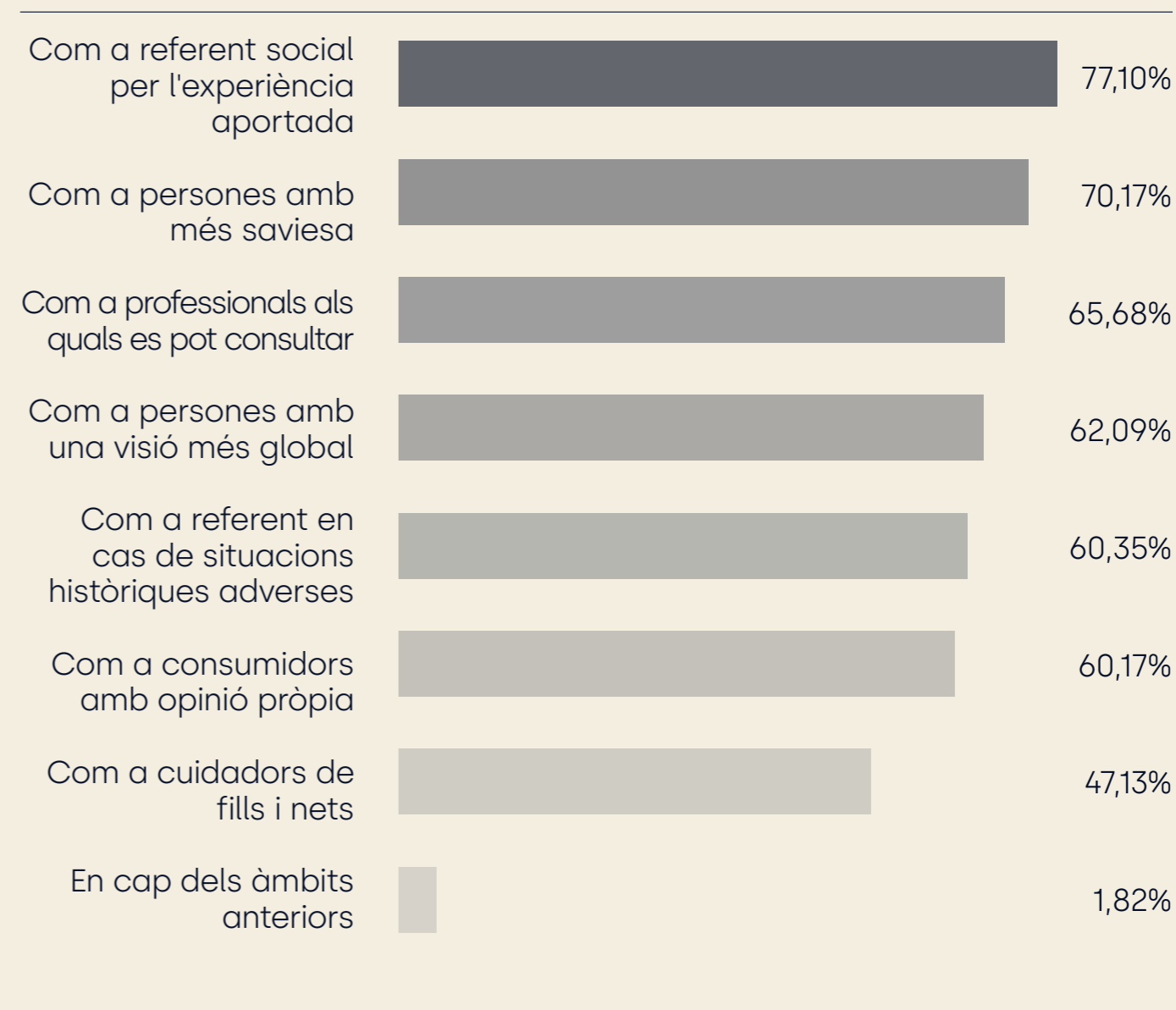
Com s'hauria d'impulsar l'envelliment actiu en la nostra societat?

Visibilitzant el valor de l'experiència i el talent sènior		95,90%
Eliminant prejudicis envers les persones grans		93,42%
Creant referents sèniors que inspirin altres persones grans a fer realitat els seus projectes		90,93%

02. L'estudi

Pel que fa a les preguntes sobre els àmbits de la societat en què més poden aportar les persones grans, **tres de cada quatre creuen que com a referents socials per l'experiència aportada**, en una proporció més gran els enquestats amb estudis mitjans o superiors, **seguit d'un 70 % que afirmen que poden aportar més com a persones amb més saviesa**. En menor mesura, **el 66 % indiquen que contribuirien a la societat com a professionals als quals es pot consultar; el 62 %, com a persones amb una visió més global, i el 60 %, com a referents en cas de situacions històriques adverses i com a consumidors amb opinió pròpia**. Finalment, **el 47 % pensen que poden aportar com a cuidadors de fills o nets**.

Àmbits on les persones grans poden aportar més a la societat:

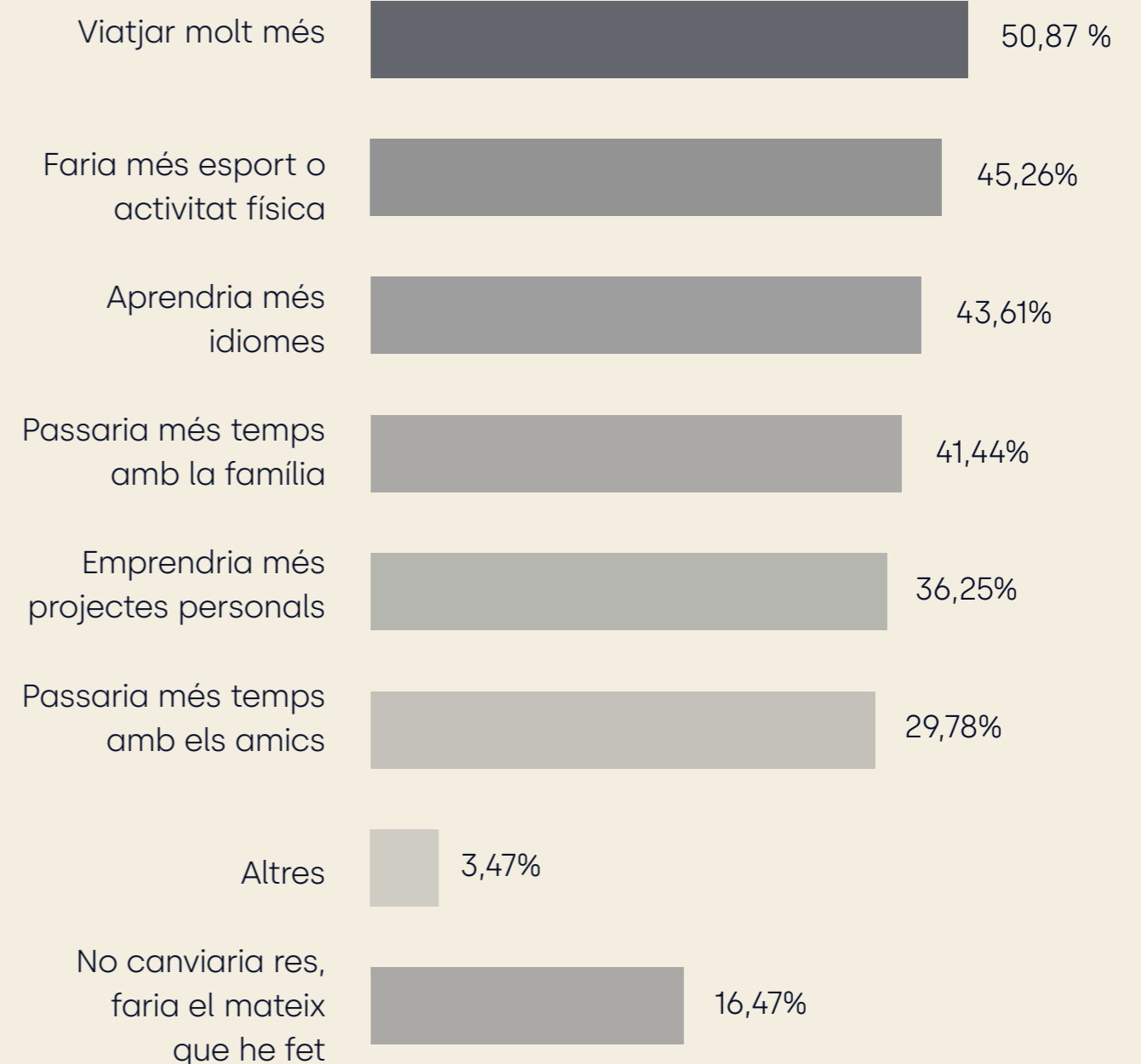


02. L'estudi

Un 84 % dels espanyols de 60 a 80 anys, si tornés enrere en el temps, sabent tot el que saben ara, canviarien algunes coses de les que han fet fins ara després de complir els 60.

Així, si les persones majors de 60 anys tornessin enrere en el temps sabent tot el que ja saben, **un 51 % dels enquestats afirmen que viatjarien molt més**, mentre que **el 45 % farien més esport o activitat física; el 44 % aprendrien més idiomes i el 41 % passarien més temps amb la família.** En menor mesura, **el 36 % emprendrien més projectes personals i el 30 % passarien més temps amb els amics.** Així i tot, **el 16 % no canviarien res i farien el mateix que ja han fet.**

Si les persones grans poguessin tornar enrere en el temps:



03. Sobre Edat Plena

Edat Plena és una iniciativa que neix per donar visibilitat a les persones grans com a part activa i fonamental de la societat i contribuir a reforçar la creació de referents sèniors. El projecte està protagonitzat per **Leopoldo Abadía**, escriptor des dels 75 anys; **Anabel Ávila**, videojugadora i streamer; **Enrique Ayala**, campió d'Espanya de tennis als 90 anys, i **M^a Teresa Saperas**, que als 78 anys es va convertir en emprenedora d'èxit.



03.
**Sobre
Edat Plena**

Leopoldo Abadía

89 anys

Ha escrit més de 12 llibres des que va fer 75 anys i molts són líders de vendes. El 2009, es va convertir en l'autor de no-ficció amb més vendes.

"Quan un es jubila és fonamental tenir un pla per a l'endemà"



03.
**Sobre
Edat Plena**

Anabel Ávila

63 anys

Amb 63 anys desafia els més joves a 'League of Legends'. Després de deixar el seu negoci de manicura a causa de la pandèmia, va entrar en les transmissions de videojocs.

"Amb el temps vaig descobrir que ser gran és un avantatge"



03.
Sobre
Edat Plena

Enrique Ayala

90 anys

Campió d'Espanya de tennis amb 90 anys.
Segueix actiu a la seva empresa familiar i
està classificat entre els 5 primers d'Espanya
en el rànquing de tennis +85.

"Les persones
necessiten saber que
és possible fer coses"



03.
**Sobre
Edat Plena**

M^a Teresa Saperas

91 anys

Va emprendre amb 78 anys i va crear la seva pròpia empresa de bolquers reutilitzables (ADZ Nadons).

"Cada vegada hi ha més referents de persones grans, però encara ens queda un llarg camí per recórrer"



03. **Sobre Edat Plena**

CaixaBank els ha reunit perquè mostrin el valor de l'experiència i del talent sènior a través de les seves històries, que han quedat reflectides en quatre peces audiovisuals disponibles a:

www.CaixaBank.cat/EdatPlena



04.

Caixabank:

Compromís amb l'excel·lència en l'atenció a les persones grans

CaixaBank, amb més de 4 milions de clients majors de 65 anys i una quota superior al 30 % en pensions domiciliades, és l'entitat de referència en el segment sènior a Espanya. L'entitat està potenciant l'atenció personal a la gent gran a través d'una oferta global específica per a aquest col·lectiu i un compromís clar amb l'excel·lència en el servei.

Entre les iniciatives que s'han posat en marxa, destaca el desplegament de gestors sènior, especialment formats en gerontologia per assessorar el col·lectiu; l'atenció reforçada a la xarxa d'oficines de CaixaBank, la més extensa d'Espanya, amb presència en més de 2.200 municipis i una forta implantació en els àmbits rurals; l'acompanyament personal en l'ús de caixers; l'impuls a iniciatives de formació en digitalització, o la creació d'un número de telèfon exclusiu per a clients sèniors que només és atès per persones.

Per l'abast dels compromisos assumits per l'entitat i la seva trajectòria avalada en l'atenció especialitzada en el col·lectiu sènior, CaixaBank s'ha convertit en la primera entitat certificada per AENOR com a organització compromesa amb les persones grans.



Fitxa tècnica

"Estudi sobre l'envelliment actiu" de CaixaBank

- Empresa: Sondea (IO Investigación)
- Mostra: 2.025 individus
- Perfil de la mostra: individus residents a Espanya de 60 a 80 anys
- Tipus d'entrevista: autoadministrada a través de correu electrònic
- Error mostral: N = 2.025 (amb un nivell de confiança del 95 %: +/- 2,2 %)
- Camp: març del 2023





Edat Plena

Contacte

CaixaBank

Direcció de Comunicació Externa
prensa@caixabank.com
www.caixabank.com/comunicacio