

EL BIENESTAR DE PERSONAS MAYORES A TRAVÉS DE ASOCIACIONES COMUNITARIAS: UN ESTUDIO DE CASO EN FARO

González Pérez, Alicia

Departamento de Didáctica y Organización Educativa

Universidad de Sevilla

aliciagp@us.es

De Besa Gutiérrez, Manuel Rafael

Universidad de Sevilla

mandegut@alum.us.es

RESUMEN

Esta comunicación está basada en los estudios sobre el movimiento conocido como los *Men's Shed*. Este movimiento se caracteriza por ser un tipo de comunidad formada fundamentalmente por hombres en edad avanzada y en situaciones desfavorables de la vida. Es a través de la participación y convivencia que se establece en el día a día en centros cívicos o comunitarios cuando se producen aprendizajes informales que tienen unos efectos positivos de cara a su salud y bienestar. De ahí que este trabajo tiene como objetivo conocer las relaciones existentes entre bienestar y aprendizaje informal en un club de pesca situado en Faro (Portugal) que tiene las características de los llamados *Men's Shed* en Australia. La técnica de recogida de datos es la entrevista narrativa que va a ser analizada con el programa estadístico Atlas ti v6. Finalmente añadir que los datos presentados forman parte de un proyecto de investigación con el título '*Older Men as Active Learners*' (OMAL), que comenzó en 2012, y en el que participan socios de cuatro países europeos: Eslovenia, Malta, Estonia y Portugal.

Palabras clave: Men's Sheds, salud y bienestar de los hombres, inclusión social, masculinidad, aprendizaje informal, contextos comunitarios y envejecimiento activo.

ABSTRACT

This communication is focused on studies of the movement known as Men 's Shed. This movement is characterized as a type of community composed predominantly by older men who have suffered adverse life situations. It is through the participation and coexistence that take place daily in civic or community centers and where informal learning happens. According to recent research informal learning has a positive effect on the health and wellbeing of older people. For that, this study aims to determine the relationship between wellbeing and informal learning in a fishing club located in Faro

(Portugal) that have the same features of called Men's Shed in Australia. Narrative interview data are analyzed with statistical software v6 Atlas Ti V6. Finally add that the data presented are part of a research project entitled ' Active Older Men as Learners' (OMAL), which began in 2012 and involved partners from four European countries: Slovenia, Malta, Estonia and Portugal.

Keywords: Men's sheds, men's health and well-being, social inclusion, masculinity, informal learning, community contexts, and active aging, older men y VET (Vocational Educational Training).

INTRODUCCIÓN.

Debido a que cada vez la esperanza de vida es mayor las comunidades basadas en programas de *Men's Shed* se han convertido en iniciativas muy útiles para promover y mejorar la salud psicosocial y el bienestar en personas mayores a través de asociaciones comunitarias.

La jubilación en general puede ser una parte de la vida donde se experimenta una pérdida de identidad. Mientras que algunos estudios abordan las dificultades que los adultos afrontan al intentar reemplazar las rutinas y demandas del trabajo, son menos los que estudian como gestionar el cambio al pasar de ser trabajador a jubilado. (Ballinger, Talbot y Verrinder, 2009). Es por ello que en los últimos años han ido creciendo el número de *Men's Shed*, especialmente en Australia. (Golding, Kimberly, Foley y Brown, 2008; Ballinger et al, 2009).

Según Golding, Foley y Brown (2007) los *Men's Shed* nacen a mediados de los noventa y se definen de manera muy amplia, como '*un tipo de espacios de convivencia en una comunidad donde se desarrollan talleres regulares y actividades manuales por grupos principalmente de varones*'. Van dirigidos a mayores que suelen compartir características similares donde, en su mayoría, tienen que abordar situaciones como la soledad, la jubilación, el desempleo, una enfermedad física o mental y otras situaciones personales. Lo peculiar de estos grupos es que se produce un aprendizaje informal a través del desarrollo de actividades y de las relaciones que se dan entre sus componentes. Además también puede darse un tipo de relación intergeneracional pasando conocimientos y aprendizajes desde los más mayores a los más jóvenes.

IMPLICACIONES DE LOS MEN'S SHED EN LA MEJORA DE LA SALUD Y EL BIENESTAR DE LOS MAYORES.

La salud y el bienestar de los hombres han ido ganando la atención de los investigadores, responsables políticos y de los profesionales de la salud en las dos últimas décadas. Diferencias entre las tasas de mortalidad de género indican que en los países occidentales, los hombres y niños experimentan un empeoramiento de la salud mientras que las mujeres y niñas experimentan bienestar. (White y Holmes, 2006). De acuerdo con Wilson y Cordier (2013) grupos específicos de hombres están en mayor riesgo debido fundamentalmente a que viven en zonas rurales y áreas remotas, son hombres con enfermedades crónicas, desempleados, con una educación limitada, pertenecen a minorías culturales o a una escala social baja.

Los Men's Shed son para los responsables políticos una parte importante de la amplia gama de respuestas que tiene la política para mejorar la salud y el bienestar de los hombres (Wilson y Cordier, 2013) ya que alivian el aislamiento social. Ejemplos de políticas en este sentido se dan en Australia e Irlanda (Robertson, Galdas, McCreary, Olliffe y Tremblay, 2009; Smith, White, Richardson, Robertson y Ward, 2009).

A través de los estudios de Labonte (1997) y Ballinger, Talbot y Verrinder (2009) se han identificado seis elementos que repercuten positivamente en la salud de las personas mayores. Estos son: el sentirse lleno de vida y de energía, tener buenas relaciones sociales, experimentar la sensación de control sobre la propia vida, sentirse capaz de hacer algo con lo que disfrutar, tener un propósito en la vida y experimentar una conexión con la comunidad.

Misan, Haren, y Ledo (2008) sugieren que Men's Shed tienen el potencial de 'lograr resultados positivos en salud, felicidad y bienestar de los hombres que participan, así como de sus parejas, familiares y comunidades'.

Ballinger *et al.* (2009) consideraron muy significativa la participación en los Men's Shed financiados por las autoridades locales y cómo esto puede afectar a la salud y al bienestar de los hombres. Sus hallazgos sugieren que son un significativo lugar para congregarse que mejoraron el bienestar de los hombres, en particular de los que tenían algún problema de salud mental o eran adictos a sustancias.

APRENDIZAJE INFORMAL EN ADULTOS EN ASOCIACIONES DE VOLUNTARIADO.

En cuanto al papel que juegan los Men's Shed se ha de destacar el potencial de aprendizaje que se puede dar en este tipo de instituciones en la educación de adultos o vocacional. Golding junto con su equipo ha sido uno de los que ha dirigido una investigación acerca del aprendizaje de adultos en el contexto de los Men's Shed. (Golding, 2011a; 2011b; Golding, Kimberly, Foley y Brown, 2008; Golding *et al*, 2007). En estos estudios se afirmaba que los Men's Shed ofrecen un contexto de aprendizaje informal que se adapta mejor a los hombres que los tradicionales centros de aprendizaje. Esto es que los mayores no están interesados en contextos de aprendizaje formal, ya que su deseo es desarrollar nuevas habilidades y estos contextos informales facilitan este tipo de aprendizajes. Wilson y Cordier (2013).

El concepto de aprendizaje informal que utiliza Golding en sus estudios está definido como '*el aprendizaje que tiene lugar fuera de un contexto de aprendizaje formal y nace de las actividades e intereses individuales o del grupo*'.

Según Golding, et al (2009) los hombres que son capaces de compartir conocimientos de manera informal y de convivir con otros iguales de todas las edades en contextos sociales no amenazantes tienen una serie de beneficios para su propio bienestar, con los otros y con la comunidad en general. Además estos beneficios se incrementan cuando el aprendizaje informal es social, local y situado.

OBJETIVO DE ESTUDIO

De ahí que el objetivo de estudio de esta comunicación es conocer los factores asociados a la mejora del bienestar de las personas adultas cuando éstas son partícipes de una asociación comunitaria, en este caso club de pesca los *AMADORES*, donde aprenden de manera informal.

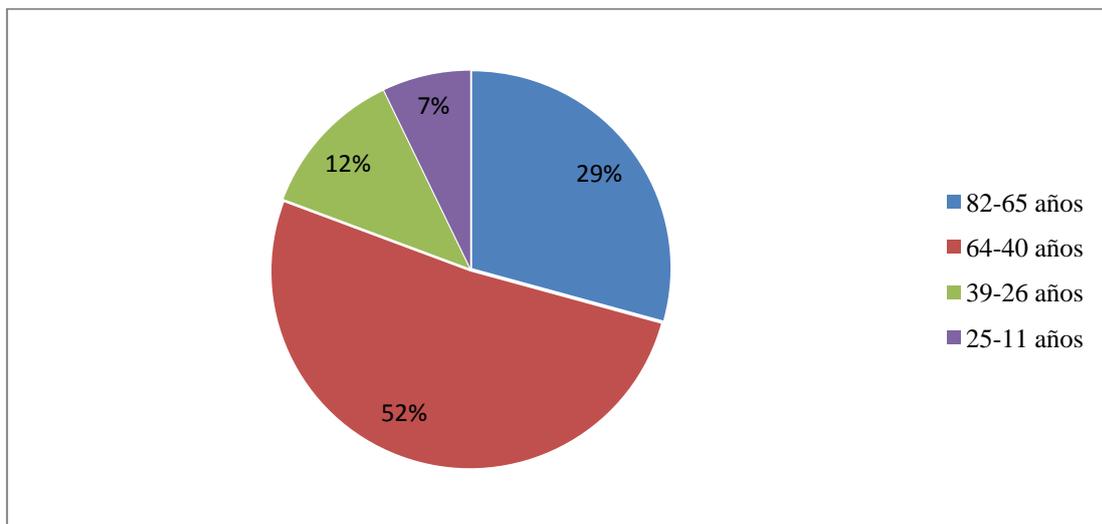
METODOLOGÍA

El estudio tiene lugar en un club de pesca los *AMADORES*, situado en la capital portuguesa del Algarve al sur de Portugal. Fue fundado en 1956 y desde entonces organiza distintas actividades para sus miembros como son el campeonato interno de pesca, donde los socios pueden competir entre ellos para ganarse un hueco dentro del equipo profesional, y otros campeonatos donde compiten a nivel profesional.

Otro tipo de actividades muy importantes para ellos socialmente son las convivencias de pesca donde disfrutan de un día de pesca, compiten entre ellos, pesan sus capturas y terminar el día con un gran almuerzo. También dentro del club existe un área donde se realizan competiciones de billar, cartas, dominó y dardos.

Muestra de estudio

La muestra que se ha seleccionado para esta investigación consta de 151 personas de las cuales un 85% son varones frente a un 15% que son mujeres.



Gráfica 1: Socios Club Amadores por grupos de edades.

En la gráfica se puede apreciar que el 52% de la muestra lo configuran personas entre 40 y 64 años y un 29% personas jubiladas y en edad avanzada. Es significativo por tanto como se trata de un club formado principalmente por personas de edad media-avanzada, ya que las edades predominantes de los socios de este club se encuentran entre los 82 y los 40 años, dejando una representación algo escasa a personas con edades entre los 39 y los 11 años.

La mayoría de estas personas se encuentran jubiladas o desempleadas y en situaciones desfavorable en la vida, encontrándose solos sentimentalmente o con malas experiencias en sus vidas. Por ello, el hecho de acudir a este club, relacionarse e interactuar con otras personas o participar en las actividades que se programan, es una buena manera para combatir esos problemas de soledad.

Recogida de datos

La recogida de datos se realizó a través de la técnica de entrevista narrativa para conocer en profundidad los factores asociados a la mejora del bienestar de las personas adultas cuando éstas son partícipes de una asociación comunitaria, en este caso el club de pesca los amadores, donde aprenden de manera informal. Esta fase de recogida de información se desarrolló desde febrero a junio de 2013.

En el diseño de las entrevistas se tienen en cuenta una serie de dimensiones y factores como son: la inserción y trayectoria en el club, actividades desarrolladas dentro del club, las relaciones sociales que se producen, la familia, el aprendizaje que se dan y, por último, los datos personales del encuestado. Las entrevistas fueron grabadas por medio de una grabadora de voz para su posterior transcripción y análisis.

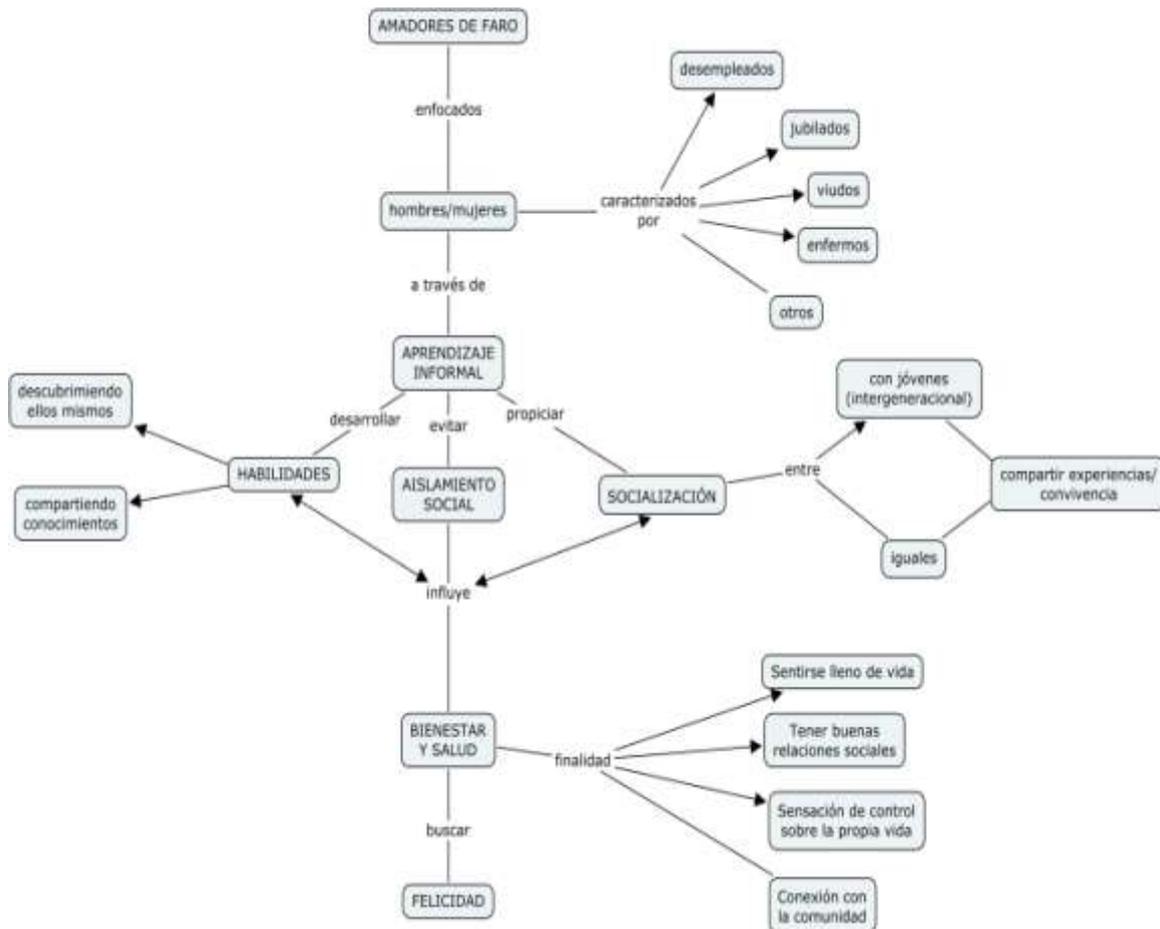
Para ello, se seleccionaron a cinco personas de forma aleatoria que fueran miembros activos del club a partir de los 40 años y una persona de unos 30 años que se dedicaba a competir con el equipo a la vez que ayudaba a la gestión del club. La duración de las entrevistas fue de unos treinta o cuarenta minutos para los socios del club.

Técnica de análisis de datos

Para el análisis de las entrevistas narrativas se ha utilizado el software informático para análisis de datos cualitativos, *Atlas Ti*. Primeramente se codificaron todas las entrevistas narrativas identificándose unidades de significado, para luego establecer relaciones entre ellos. Finalmente se utilizó el programa *CMaps Tools* para la creación de un mapa conceptual más atractivo visualmente.

RESULTADOS

El análisis de las entrevistas se ha realizado abordando dos temas principales que se encuentran a su vez relacionados, los cuales son el bienestar y el aprendizaje informal. A partir de ahí, se han ido identificando los factores que determinan el éxito de este tipo de espacios comunitarios para el bienestar y la salud de sus socios.



Mapa conceptual I: Relaciones Aprendizaje Informal y Bienestar y Salud.

Aprendizaje informal

Dentro del club *Amadores de Faro*, se produce una peculiar forma de aprendizaje informal entre los miembros del club donde se combinan los conocimientos y habilidades que poseen sobre la pesca, que es la actividad principal, con otros ligados más al entretenimiento como el billar y juegos de cartas, actividad secundaria.

Así pues, compartiendo sus conocimientos, de unos a otros, o descubriendo nuevas técnicas de pesca, se va produciendo este proceso de aprendizaje informal al mismo tiempo que interactúan.

“Si, algunas de las personas aprenden aquí, oyendo a uno, oyendo a otros... ¿cómo es que lo hacen?...ah la gente lo hace...teníamos la pesca allí y no funcionaba, cambiábamos aquellos. Lo hice así (...) lo hice asan (...) y la gente va teniendo

El bienestar de personas mayores a través de asociaciones comunitarias: Un estudio de caso en Faro.

conversaciones unos con otros de como las cosas funcionan. Y la otra gente va practicando en el momento que está pescando (...) la gente (...) ah no funciona, vamos a cambiar para otra cosa (...) andamos siempre a cambiar para ver si funciona (...)"
(ENTREVISTA 3- SOCIO Y COLABORADOR)

El hecho de que se produzca este tipo de aprendizaje, los mantiene ocupado realizando actividades que son de su gusto, evitando el aislamiento social que muchos de ellos sufren, por circunstancias diversas de la vida. Así, este tipo de iniciativas que lleva a cabo este club son efectivas para luchar contra los problemas de la soledad tan normales en estas difíciles etapas de la vida dentro de este colectivo.

"muchos viven solos, ya son viudos durante muchos años y ellos pasan aquí tiempo con otros, juegan, se divierten y se distraen un poco, pienso que eso es importante"
(ENTREVISTA 5-CAMARERA DEL BAR)

"los ancianos, los jubilados porque esas personas (...) para que esas personas estén sentados en los bancos de los jardines o estar en sus casa encerrados, yo pienso que tienen mucho que ganar viniendo aquí y pasando las tardes". (ENTREVISTA 4- SOCIO Y PESCADOR PROFESIONAL)

A la vez que se da todos estos factores que promueven este tipo de aprendizaje, se produce también una importante socialización entre todos los participantes. Se promueve las relaciones sociales entre iguales, conociendo a nuevas personas y haciendo amistad, conviviendo día a día con ellos, compartiendo experiencias; todo ello creando un buen clima de compañerismo.

"me gusta bastante convivir con los socios, hablar con ellos, sean o no pescadores. Me gusta en general convivir aquí con las personas" (ENTREVISTA 4- SOCIO Y PESCADOR PROFESIONAL)

"Pienso que este club es importante para nosotros porque es un sitio donde nos podemos encontrar, conversar, convivir, jugar y participar en las actividades del club"
(ENTREVISTA 3- SOCIO Y COLABORADOR DEL CLUB)

Por otro lado, además de entre iguales, se da otro tipo de socialización bidireccional con jóvenes, donde se transmiten experiencias, conocimientos y habilidades sobre la pesca, produciéndose así una importante y beneficiosa relación intergeneracional.

Como resultado de esta relación intergeneracional, este club se encuentra entre los tres mejores y con más trofeos regionales, nacionales y a nivel mundial de toda Portugal. Aunque no cuenta con recursos económicos para tener entrenadores ni formación profesional, son ellos mismos los que van pasando sus conocimientos de generación en generación de manera informal.

“Los principales conocimientos e aquello que los más viejos nos enseñan, o sea, yo ya conocí a personas de otras generaciones los cuales me transmitían muchas cosas, los cuales yo hoy también acabo por transmitir a los más jóvenes,(...) yo pienso que se aprende mucho y nosotros intentamos transmitir eso a los más jóvenes o a las personas que después van a seguir nuestros pasos” (ENTREVISTA 4- SOCIO Y PESCADOR PROFESIONAL)

Bienestar y salud

En conjunto todos estos factores asociados al aprendizaje informal (desarrollar y transmitir nuevos conocimientos, lucha contra la soledad, socialización) tienen una influencia positiva directa sobre la salud y el bienestar de estas personas.

Pues la finalidad de este club es que estas personas experimenten cambios en sus vidas, mejorándolas y así que se sientan más llenos de vida, mejorando sus relaciones sociales, experimentando la sensación de control sobre sus propias vidas y entablando una conexión con la comunidad, encontrando la felicidad en sus vidas.

“Nosotros tenemos que hacer realmente ese trabajo que es traerlos para aquí y hacer que se sientan bien, o sea, hacer este trabajo es muy gratificante. Hasta yo considero estos trabajos de dirección muy útil para la sociedad. En el caso de las personas más mayores, pienso que llevamos a cabo un trabajo muy saludable” (ENTREVISTA 4- SOCIO Y PESCADOR PROFESIONAL)

Qué cuales son las ventajas de ser miembro de este club (...) pues el simple hecho de estar aquí hace que las personas no entren en paranoia, es otra cosa, salir de casa (...).
(ENTREVISTA 8- SOCIO DEL CLUB)

CONCLUSIONES

Estos programas llamados *Men's Shed* están fundamentalmente orientados a personas mayores en riesgos de exclusión (desempleados o jubilados, solteros o viudos,..) mayoritariamente formado por hombres y con un objetivo común como es combatir los efectos negativos que tiene esta etapa de la vida y más cuando estas personas se encuentran solas. Lo que se pretende es que a través del desarrollo de nuevas habilidades a través del intercambio y descubrimiento de aprendizajes, la convivencia día a día, la relaciones sociales, y evitando el aislamiento social, se les haga más llevadero esta etapa produciéndoles efectos positivos en su salud y bienestar.

En el transcurso de esta investigación se ha podido observar como este club de pesca tiene características similares en lo que se refiere a un *Men's Shed*, ya que cuenta con un porcentaje muy superior de hombres en edad avanzada, los cuales se encuentran en una situación difícil de su vida y el pasar tiempo con otras personas semejante a ellos, les evita que estén pensando en este mal momento y en cambio se encuentren entretenidos realizando actividades, interactuando,..

A través del análisis de las entrevistas narrativas, se ha podido identificar cómo a través del aprendizaje informal se consiguen efectos positivos en la salud y el bienestar de las personas, encontrando estos la felicidad y la plenitud en sus vida.

A través de este proceso de aprendizaje, se va produciendo un intercambio de habilidades y conocimientos, a la vez que se establece una socialización en la convivencia.

El hecho de vivir solo a esa edad y poder de salir de casa y convivir con otras personas repercute beneficiosamente en estas personas. Estas personas vuelven a recuperar las ganas de vivir, sintiéndose llenos de vida y estableciendo una conexión plena con la comunidad.

Además el aprendizaje informal que se produce en la interacción entre ellos, en este caso sobre el arte de la pesca, es el factor más relevante e importante por lo que se caracterizan los *Men's Shed*, haciéndoles adquirir nuevos conocimientos y compartiéndolos con otros.

Es importante señalar las relaciones intergeneracionales que se producen en este club en el proceso de aprendizaje que se da, donde los conocimientos y habilidades sobre la pesca se van pasando de generación en generación, manteniendo así una estructura sólida de grandes atletas.

A partir de los resultados visibles se pueden establecer una serie de similitudes con las conclusiones en referencia a los estudios realizados por Barry Goldin; donde concluye que el hecho de que las personas mayores, hombres con signos de deterioros sociales causados por una vida dura, pueden combatir esta etapa mediante la interacción con otras personas, la realización de actividades, el sentirse ocupado y al mismo tiempo útil.

Para finalizar, este trabajo es solo una parte o primer contacto con este club, pues se trata de una investigación de tipo cualitativo, donde depende mucho el factor tiempo para estrechar lazos con los miembros de estas y poder adentrarse e indagar más en ella, permitiendo así la consecución de información más valiosa.

BIBLIOGRAFÍA

- Ballinger, M., Talbot, T., and Verrinder, K. (2009) More than a place to do woodwork: A case study of a community-based men's shed. *Journal of Men's Health*. 6(1), 20-27.
- Golding, B. (2011a). Social, Local and Situated: Recent Findings About the Affectiveness of Older Men's Informal Learning in Community Contexts. *Adult Education Quarterly*. 61(2), 103-120. DOI: 10.1177/0741713610380437.
- Golding, B. (2011b). Shedding ideas about older men's learning. *Lifelong Learning in Europe*, 2, 119-124.
- Golding, B., Kimberly, H., Foley, A., and Brown, M. (2008). Houses and sheds in Australia: an exploration of the genesis and growth of neighbourhood houses and men's sheds in community settings. *Australian Journal of Adult Learning*. 48(2), 237-261.
- Golding B., Foley A. and Brown M. (2007). The international potential for men's shed-based learning. *Journal for Continuing Liberal Adult Education*, 34, 9-13.
- Labonte, R. (1997). *Power, Participation and Partnership for Health Promotion*. Carlton South NZ: Vic Health.
- Misan G., Haren M. and Ledo V. (2008) Men's Sheds: A Strategy to Improve Men's Health. Mensheds Australia Ltd, Parramatta, NSW.
- Robertson, S., Galdas, P. M., McCreary, D. R., Oliffe, J., and Tremblay, G. (2009). Men's health promotion in Canada: Current context and future direction. *Health Education Journal*, 68(4), 266-272. DOI: 10.1177/0017896909348785.
- Smith J.A., White A.K., Richardson N., Robertson S. and Ward M. (2009). The men's health policy contexts in Australia, the UK and Ireland: advancement or abandonment? *Critical Public Health*, 19 (3 y 4), 427-440.

El bienestar de personas mayores a través de asociaciones comunitarias: Un estudio de caso en Faro.

White, A. and Holmes M. (2006) Patterns of morbidity across 44 countries among men and women aged 15–44. *Journal of Mens Health and Gender* 3 (2), 139–151.

Wilson, N. and Cordier, R. (2013). A narrative review of Men's Sheds literature: reducing social isolation and promoting men's health and well-being. *Health and Social Care in the Community*, 21(5), 451-463. DOI: 10.1111/hsc.12019.