

Participación social y satisfacción vital: diferencias entre mujeres y hombres mayores

Social participation and life satisfaction: differences between women and older men

Pinazo-Hernandis, S.*, Torregrosa-Ruiz, M.*,
Jimenez-Martí, M.* y Blanco-Molina, M.**

* Universidad de Valencia;

** Universidad Nacional de Costa Rica

Resumen

Marco teórico: La participación social de las personas mayores contribuye a la calidad de vida y fomenta el envejecimiento activo y saludable. El presente estudio investiga si existen diferencias por sexo en participación social, así como en la asociación entre la participación social y la satisfacción con la vida. **Métodos:** Diseño transversal de encuesta. **Muestra:** personas mayores de 55 o más años, estudiantes Universidad de Mayores, de la Universidad de Valencia (N=652). **Instrumento:** Cuestionario con datos de variables socio-demográficas, indicadores de participación social y la Escala Temporal de Satisfacción con la Vida. Se realizaron análisis descriptivos, prueba *t*, MANOVA y análisis correlacionales. **Resultados:** Se encontraron diferencias en participación social a nivel global y en los diferentes tipos de participación social. Las mujeres participan más a nivel general y también participan más en el cuidado informal mientras que los hombres participan más en actividades deportivas. Las relaciones entre variables sugieren relaciones positivas entre participación social y satisfacción vital en general, aunque estas relaciones sólo difieren entre sexos en actividades deportivas y, para las mujeres la actividad física se relaciona significativamente con una mayor satisfacción y bienestar futuro. **Conclusiones:** Se observa un patrón estereotipado en relación al tipo y los lugares donde se llevan a cabo las actividades: los cuidados y el hogar son especialmente relevantes para las mujeres, mientras que la actividad física y los lugares públicos lo son más para los hombres. Merece tenerse en cuenta estos resultados diferenciales en el momento de diseñar programas. **Palabras clave:** participación social, género, satisfacción con la vida, envejecimiento activo.

Abstract

Theoretical Framework: The social participation of the elderly contributes to their quality of life and encourages active and healthy aging. The present study investigates whether there are differences by sex in social participation, as well as in the association between social participation and satisfaction with life. **Methods:** A cross-sectional survey design has been used. The sample was constituted by people older than 55 or older, students University of Seniors, University of Valencia (N = 652). The data were collected through a questionnaire with data on socio-demographic variables, indicators of social participation and the Temporary Satisfaction with Life Scale. Descriptive statistics, *t* test, MANOVA and correlation analysis were performed. **Results:** Differences were found in social participation at the global level and in the different modalities of social participation. Women participate more at a general level and also participate more in informal care while men participate more in sports activities. The relationships between variables suggest that there are positive relationships between social participation and life satisfaction in general, although these relationships differ only between the sexes in sports activities and, for women, physical activity is significantly related to greater satisfaction and future well-being. **Conclusions:** A stereotyped pattern is observed in relation to the type and places where the activities are carried out: care and home are specially relevant for women, while physical activity and public places are more important for men. **Key words:** social participation, gender, satisfaction with life, active aging.

INTRODUCCIÓN

La mejora de las condiciones de salud de las personas mayores así como la creciente esperanza de vida ha propiciado el envejecimiento general de la población, un fenómeno global en las sociedades desarrolladas. En España, el proceso de envejecimiento se observa especialmente acelerado, pues actualmente las personas mayores de 65 años representan el 18.8% del total de la población (Abellán, Ayala, Pérez, y Pujol, 2018). Reconocer la contribución social de los mayores es una cuestión fundamental para aquellas sociedades que pretenden favorecer un modelo de envejecimiento activo y saludable (OMS, 2015).

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2002) definió envejecimiento activo como el “proceso de optimizar oportunidades para la salud, la participación y la seguridad con el objetivo de mejorar la calidad de vida de los mayores” (p.12). El enfoque de envejecimiento activo reconoce los derechos de las personas mayores a la igualdad de oportunidades y apoya su participación en todos los aspectos de la vida comunitaria.

El envejecimiento activo asume que la participación de la persona mayor en actividades sociales, cuestiones económicas, culturales, espirituales y cívicas, según sus capacidades, necesidades y preferencias, tiene efectos positivos en su calidad de vida (Ahmed-Mohamed, Rojo-Perez, Fernandez-Mayoralas, Forjaz y Martinez-Marti, 2014). Por tanto, la propia sociedad y el contexto sociopolítico pueden y deben favorecer el envejecimiento activo entre su población (Fernández-Ballesteros, 2009). Para ello, es necesario fomentar la participación social y activar el rol de las personas mayores como ciudadanos con la capacidad de intervenir, optimizar y favorecer las condiciones que benefician su proceso de envejecimiento y mejoran su bienestar (Foster y Walker, 2015; Walker, 2002).

La participación social es un tema central en la investigación sobre el envejecimiento, pues generalmente cuando las personas llegan a la vejez, su participación social cambia debido a las transiciones propias del ciclo vital, el mayor tiempo disponible y por la posible disminución de la salud física y mental (Galenkamp et al, 2016). A través de la participación social podemos facilitar el tránsito hacia la vejez, amortiguando algunos de los efectos negativos - pérdida de la autonomía, vaciamiento de roles y devaluación de la autoestima- de la edad avanzada (Funes, 2011). La participación social es la implicación en actividades de voluntariado, compromiso cívico, compromiso con la comunidad, participación comunitaria y cívica, y participación y compromiso social.

Las formas de participación de las personas mayores son muy diversas, al igual que lo son las causas, intereses, motivos o circunstancias que conducen a esas prácticas participativas, debido a la heterogeneidad de las personas mayores por su género, edad, hábitos, trayectorias de participación, nivel formativo o educativo, nivel socioeconómico, etc. La participación es un concepto amplio que abarca una riqueza de prácticas que supera la lógica que la vincula solo al espacio público y a las instituciones, para englobar otras prácticas que ponen el énfasis más en la fuerza y significación de los vínculos o de las interacciones sociales que se generan entre las personas y su entorno (IMSERSO, 2011). Autores como Adams, Leibbrandt y Moon (2011) tras realizar una revisión sistemática de 42 estudios diferenciaron en siete dominios o tipos de actividad: social, ocio, productivo, físico, intelectual/cultural, solitario, espiritual/de servicio a otros.

Por otro lado, diversos estudios sugieren que diferentes tipos de actividad pueden tener distintos beneficios: mientras que las actividades sociales y productivas pueden proporcionar beneficios físicos, las actividades más solitarias, como la lectura, pueden tener más beneficios psicológicos al proporcionar un sentido de compromiso con la vida (Menec, 2003). Las actividades orientadas más hacia el autodesarrollo y crecimiento

personal, están fuertemente asociados con niveles más bajos de mortalidad (Minagawa y Saito, 2015), constituyendo además importantes factores protectores en diversos tipos de demencia (Fratiglioni, Paillard-Borg, y Winblad, 2004; Griep et al., 2017) y de síntomas depresivos (Croezen, Avendano, Burdorf, y Van Lenthe, 2015; Glass, Mendes De Leon, Bassuk, y Berkman, 2006). La magnitud de estos efectos podría resultar incluso mayor si consideramos el efecto directo que las actividades y la interacción social al proporcionar un sentido de pertenencia e identidad social a las personas, junto con oportunidades de participación en actividades y proyectos (Douglas, Georgiou, y Westbrook, 2017).

Múltiples estudios han demostrado que la participación social de las personas mayores tiene efectos beneficiosos en la salud física y mental (Flatt y Hughes, 2013, Hsu, 2007) y contribuye a alargar la vida (Chiao et al., 2013; Jenkinson et al., 2013; Minagawa y Saito, 2015; Maier y Klumb, 2005), y lo que es más importante, a hacerla más útil y placentera (Connolly y O'Shea, 2015; Kahana, Bhatta, Lovegreen, Kahana, y Midlarsky, 2013; Nonaka et al., 2017; Ponce, Rosas, y Lorca, 2014; Proulx, Curl, y Ermer, 2018; Tabassum, Mohan, y Smith, 2016; Tomioka, Kurumatani, y Hosoi, 2015, 2016, 2017b; Zhang, Feng, Liu, y Zhen, 2015; Zhang y Zhang, 2015).

Así, en numerosas ocasiones la participación social ha sido relacionada con la calidad de vida de las personas mayores medida en índices de satisfacción, depresión, integración, fragilidad, etc. (Brown, MacDonald, y Mitchell, 2015; Chiao, Weng, y Botticello, 2011; Cuenca-Amigo, Aristegui, Cuenca, y Amigo, 2017; Kuykendall, Tay, y Ng, 2015). Todo ello implica un fomento del bienestar social de las personas mayores que repercute principalmente en su salud y retroalimenta su impulso participativo (Nummela, Sulander, Rahkonen, Karisto y Uutela, 2008; Okura et al, 2018).

Mujeres y hombres mayores arrastran la carga social asignada a su género materializándose la participación social de forma muy dispar. Hay muy pocas investigaciones que presten atención al impacto de las diferencias de sexo en las preferencias de participación social en nuestro contexto sociocultural (Villar, Serrat, y Celdrán, 2016; Villar et al., 2006). En general, la mayoría de estudios coinciden en que las mujeres son más participativas que los hombres. Son las mujeres las que realizan más actividades sociales y las que mantienen un mayor contacto con la familia, amigos y conocidos. Sin embargo, cuando se trata de relaciones más amplias, son los hombres los que se muestran más activos fuera del hogar, en actividades políticas y clubes, es decir, suelen realizar mayor cantidad de actividades en espacios abiertos, mientras que las mujeres mayores con mayor frecuencia cuidan a los hijos (o nietos) (Marhánková y Stipkková, 2015) y hacen más trabajo voluntario y de cuidado fuera del hogar, centrando su actividad en el ámbito doméstico (Duque et al., 2008).

En algunas investigaciones se analiza en función del género la relación de distintas modalidades participativas y su influencia en la mortalidad (Ang, 2016), en la capacidad funcional (Monma, Takeda, Noguchi, Takahashi, y Tamiya, 2016; Thomas, 2011; Tomioka, Kurumatani, y Hosoi, 2017a), en la salud física o mental o depresión (Ang, 2018; Haseda et al., 2017; Kishimoto, Suzuki, Iwase, Doi, y Takao, 2013; Lee, Jang, Lee, Cho, y Park, 2008; Takagi, Kondo, y Kawachi, 2013; Tomioka et al., 2017c), en la calidad de vida (Li, Lin, y Chen, 2011; Park et al., 2015; Tobiasz-Adamczyk et al., 2017), la satisfacción con la vida (Zhang, Feng, Lacanienta, y Zhen, 2017; Zhang et al., 2015), o el apoyo social o aislamiento social (Katagiri y Kim, 2018).

También algunos autores estudian las diferencias según sexo en diferentes formas de participación social, por ejemplo en el cuidado no profesional (Cuthbert, King-Shier, Tapp, Ruether, y Culos-Reed, 2017; Larrañaga et al., 2008; Rangel et al., 2017; Schmidt

et al., 2016; Wharton y Zivin, 2017), en el trabajo no remunerado tras la jubilación (Edge, Cooper, y Coffey, 2017), con el cuidado de nietos (Arpino, Bordone, y Skirbekk, 2014; Grundy et al., 2012; Horsfall y Dempsey, 2015; Zhang et al., 2015), en la actividad física o deportiva (Lin, Yeh, Chen, y Huang, 2010; Martínez del Castillo et al., 2009; Semerjian, 2018; Sjögren y Stjernberg, 2010), en actividades de voluntariado (Lu, Peng, Jiang, y Lou, 2018; Mjelde-Mossey y Chi, 2005), en actividades educativas o aprendizaje a lo largo de la vida (Narushima, Liu, y Diestelkamp, 2013; Rubin et al., 2018), en actividades de ocio (Zhang et al., 2017), etc.

En este marco de participación social, los Programas Universitarios para Personas Mayores (PUM) desempeñan un papel importante en el desarrollo y promoción del envejecimiento activo y exitoso (Sanchez-Sanchez, 2017). Otros autores también apuntan a que los PUM permiten la democratización del conocimiento, entendiendo la educación como una herramienta más para lograr el Estado del Bienestar (Ortiz-Colón, 2015). Dicho de otro modo, los PUM permiten que las personas mayores participen en la sociedad mediante la creación de conocimiento: aportando ideas, opinando, debatiendo sobre distintos asuntos, innovando, rompiendo, en definitiva, con la visión llena de estereotipos que la sociedad tiene sobre la etapa vital de la vejez (Castaño y Garín, 2012).

Con la presente investigación nos planteamos el objetivo de conocer si existen diferencias por sexo en participación social en la población estudiada. Tomando como referencia las investigaciones expuestas previamente, se plantean las siguientes hipótesis:

1. El nivel de participación social en general será mayor en las mujeres.
2. Se encontrarán diferencias en función del sexo en las distintas modalidades participativas evaluadas en este estudio.

MÉTODO

Participantes

Los participantes fueron alumnos del programa *Universitat i Societat* de la Universitat de València. Los criterios de inclusión fueron: tener 50 o más años de edad y estar matriculado cursando estudios en los diferentes centros de la provincia de Valencia. La muestra estuvo compuesta por 652 participantes, con una media de edad de 63.12 años (DS= 6.7), con una mayor presencia de mujeres (68,8%). En el grupo hasta 59 años hay un 31.7% mujeres y 17.4% hombres; entre 60 y 64 hay un 32% mujeres y 31.4% hombres; 65 y mayores hay 36,3% mujeres y 51,6% hombres. Los participantes están mayoritariamente casadas/os (73,2%), y en situación de jubilación (66,8%).

Procedimiento

Una vez obtenido el permiso del Vicerrectorado de Participación y Proyección Territorial, y con el informe favorable del Comité de Ética de la Universidad de Valencia, se inició la recogida de datos. La forma de proceder para el pase de cuestionarios y recogida de información fue similar en cada sede. Se acordaba una fecha con el coordinador y un investigador del equipo acudía al aula al inicio de la sesión para solicitar la participación voluntaria de los asistentes. Antes de repartir los cuestionarios, la persona encargada del pase realizaba una breve presentación en la que se explicaba sucintamente el proyecto, la manera de registrar las respuestas, y se resaltaba la confidencialidad de la información y el anonimato de las respuestas. El tiempo estimado para responder al cuestionario fue de 45 minutos.

Medidas

La información se recogió a través de un cuestionario que se entregó en formato papel. Se recogieron datos de variables socio-demográficas y diferentes escalas para evaluar variables de participación y bienestar. En el presente trabajo y atendiendo a las variables objeto de estudio, se han utilizado las siguientes escalas:

1. Indicadores de Participación social. Siete indicadores relacionados con diferentes tipos de participación que informaban sobre la frecuencia con que se realizan: Actividades de voluntariado, Cuidado de familiares dependientes, Cuidado de nietos, Participación en programas de formación, culturales o educativos, Asociacionismo, Actividades recreativas y de ocio, y Actividad deportiva o física, con respuestas que van desde 0: “Nunca”, hasta 4: “A diario” (Anexo 1).

2. La Escala Temporal de Satisfacción con la Vida (Pavot, Diener, y Suh, 1998; Diener, Emmons, Larsen y Griffin, 1985; Emerson, Guhn y Gadermann, 2017). Validada para población española, obteniendo buenas propiedades psicométricas para su uso con personas mayores (Galiana, Gutiérrez, Sancho, y Tomás, 2015). La Escala Temporal de Satisfacción con la Vida es un instrumento que consta de 15 ítems, con una escala de respuesta tipo Likert con cinco anclajes, desde 1 “Muy en desacuerdo” hasta 5 “Muy de acuerdo”. La versión española del TSLS obtuvo un alpha de Cronbach global de .91, mientras que en el subdominio TSLS pasado obtuvo .83, en el TSLS presente .81 y en el TSLS futuro .86. Además, se calculó el índice ECV (Expected Common Variance) que representa el porcentaje de varianza común explicado y que resultó .59 para el factor general, mostrando una clara estructura factorial testada con Análisis Factorial Confirmatorio, elevada

consistencia interna y validez nomológica en una muestra de personas mayores en España (Tomás, Galiana, Oliver, Sancho, y Pinazo, 2016).

Diseño de la investigación

La investigación es un *estudio de tipo descriptivo*, transversal y retrospectivo.

Análisis estadístico

Los análisis estadísticos fueron realizados con el programa SPSS v.22.0. Se realizaron estadísticos descriptivos; se comprobó la normalidad de la distribución y la homocedasticidad de la muestra (prueba no paramétrica de Kolmogorov-Smirnov y prueba de Levene). El nivel de significación se fijó en .05. Para examinar si existían diferencias significativas entre sexos con respecto al nivel de participación social en general, se realizó la prueba paramétrica *t de Student* para muestras independientes. El tamaño de la diferencia entre las medias se interpretó mediante la *d* de Cohen. Se complementaron los análisis con un MANOVA para conocer la existencia de diferencias en función del sexo en los indicadores de participación social, donde el factor o variable independiente es la variable sexo y las variables independientes son las puntuaciones medias obtenidas en cada indicador de participación social analizado. Por último, se efectuaron ANOVAS para conocer las diferencias por sexo en cada ítem de la escala de participación social. A continuación, se realizaron correlaciones de Spearman para ver el grado de asociación entre las variables dependientes en función del sexo y comprobar si el grado de asociación entre estas variables mostraba patrones distintos entre hombres y mujeres. Finalmente, se contrastaron las correlaciones entre variables en hombres y mujeres para valorar posibles efectos moderadores del sexo.

RESULTADOS

Los análisis efectuados para explorar si existían diferencias significativas en participación social en general en función del género mostraron diferencias significativas entre hombres y mujeres ($t_{(414,083)} = -2.65; p < .01$). Tal y como se observa en la Tabla 1, cuando se evalúa la frecuencia de participación social en general, las mujeres obtienen una puntuación media superior que los hombres, con un tamaño del efecto pequeño (d de Cohen es de .22).

INSERTAR TABLA 1

Por otro lado, con el fin de profundizar y conocer en qué actividades participan más y si había diferencias por sexos, se realizaron contrastes multivariados. Los resultados del MANOVA mostraron diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en el conjunto de variables dependientes que evalúan Participación social, pues el valor de la traza de Pillai es de .061, asociado a un valor de $F_{7,312} = 2.915; p = .006; \eta^2 = .061$. El tamaño del efecto muestra que la capacidad explicativa del sexo es un 6.1 % de la variabilidad en los indicadores de Participación social cuando se analizan globalmente.

Se realizaron ANOVAs de continuación para establecer exactamente en qué indicadores de participación social residían las diferencias. Se obtuvieron diferencias significativas en función del sexo en: Cuidado a familiares dependientes ($F_{1,514} = 9.692; p = .002; \eta^2 = .030$) y Actividades deportivas ($F_{1,514} = 4.563; p = .033; \eta^2 = .014$). El efecto principal del sexo, aunque pequeño, parece ser más relevante para el Cuidado de familiares dependientes, un 3 % de la varianza explicada. Para la variable Actividad

deportiva o física, el tamaño del efecto es menor, pues la eta al cuadrado obtenida es de .014, un 1.4 % de la varianza explicada. Estas diferencias significativas en función del sexo aparecen en la Tabla 2, donde se observa que las medias de las mujeres fueron más altas en el Cuidado a familiares dependientes y en cambio, los hombres obtuvieron medias significativamente más altas en la realización de Actividades deportivas. Por ello, tenemos evidencias de que las mujeres participan en mayor medida que los hombres en actividades de cuidado informal, y en particular, en Cuidado de familiares dependientes. Por otro lado, también hay evidencias de que los hombres manifiestan significativamente una mayor participación que las mujeres en Actividades deportivas, tal y como ha constatado la literatura al respecto.

INSERTAR TABLA 2

Para explorar las relaciones entre las diferentes modalidades de Participación social y la Satisfacción vital, y dado que los indicadores de participación social no tenían una distribución normal, se realizaron correlaciones no paramétricas (correlaciones de Spearman), que son más robustas cuando no se cumple el supuesto de normalidad necesario para aplicar el coeficiente de correlación de Pearson. Se dividió la muestra por sexos. Los resultados que se muestran en la Tabla 3 indican que en las mujeres hay más diversidad en los tipos de participación asociada con la Satisfacción con la vida. En particular destaca con un coeficiente de correlación más elevado y de signo positivo el Cuidado de nietos y sobre todo referido a la Satisfacción con la vida pasada. Las Actividades asociativas y recreativas o de ocio se relacionaron significativamente con la Satisfacción con la vida, pero en mayor medida con la Satisfacción con la vida presente. Las Actividades deportivas también muestran relaciones significativas con la Satisfacción

con la vida presente y futura en mayor medida. Por otro lado, en el grupo de hombres, las relaciones entre Participación social y Satisfacción con la vida son también positivas en general, aunque sólo son significativas para el Cuidado de nietos y con Satisfacción con la vida presente y pasada. Es decir, para los hombres el cuidado de nietos y ejercer el rol de abuelos les reporta una mayor satisfacción vital que el resto de modalidades participativas. En cambio, para las mujeres hay una mayor diversidad de actividades de participación social relacionadas con la Satisfacción con la vida: Cuidado de nietos, Asociacionismo, Actividades recreativas o de ocio y Actividades deportivas.

INSERTAR TABLA 3

Para interpretar mejor estos resultados, se realizó un contraste de correlaciones mediante la transformación z de Fisher de los coeficientes de correlación obtenidos para hombres y mujeres. El objetivo de este análisis es evaluar el posible efecto moderador del sexo. Los resultados obtenidos en la prueba de contraste de correlaciones independientes (en hombres y mujeres) se muestran en la Tabla 4. Se observa que tan sólo un contraste ha permitido rechazar la hipótesis nula y, por tanto, afirmar que la diferencia encontrada en las correlaciones entre hombres y mujeres en relación a las variables Actividad deportiva y Satisfacción vital futura no se debe al azar. Estos resultados nos permiten afirmar que hay relación entre estas dos variables en el grupo de mujeres, pero no en el de los hombres ($z = 2.23$; $p < .05$). Es decir, la práctica de Actividades deportivas se asocia con la satisfacción vital futura en las mujeres, pero no ocurre así en los hombres. Dicho de otro modo, las mujeres que realizan Actividades deportivas manifiestan una mayor satisfacción vital futura, y quizás por ello, la práctica de deporte constituye para ellas una variable esencialmente motivacional que se puede definir como la anticipación presente

de las metas futuras. Para las mujeres, hay una mayor disposición a anticipar en el presente las consecuencias a largo plazo de la actividad física en su bienestar.

INSERTAR TABLA 4

En resumen, estos resultados sugieren que en general las mujeres son más participativas que los hombres, concretamente los resultados obtenidos evidencian diferencias significativas entre sexos en el Cuidado de familiares dependientes, donde las mujeres realizan con mayor frecuencia esta tarea que los hombres y en cambio los hombres realizan más Actividades deportivas. Por otro lado, para las mujeres hay más diversidad de modalidades participativas que se asocian positivamente con la Satisfacción con la vida, aunque de entre todas estas actividades de participación evaluadas, es en la Actividad deportiva donde se han observado patrones de relación significativos y diferenciados entre sexos con la Satisfacción vital; en concreto, para las mujeres la Actividad deportiva se asocia con la Satisfacción con la vida futura, y por consiguiente, con un mayor bienestar en el futuro, pues constituye una actividad motivadora como una forma de autocuidado para alcanzar una mayor satisfacción en el futuro. En los hombres, en cambio, la Actividades deportivas no se asocia con Satisfacción vital, a pesar de que la práctica deportiva sea más frecuente en ellos. Para el grupo de los hombres, es el Cuidado de nietos lo que se asocia en mayor medida con la Satisfacción vital pasada y presente.

DISCUSIÓN

El presente trabajo pretendía indagar sobre las diferencias por sexo en participación social en una muestra de personas mayores. En relación a la primera

hipótesis planteada sobre si la participación social en general sería mayor en las mujeres, los resultados confirman la hipótesis, aunque no aparecen valores muy elevados de participación global en ninguno de los sexos, como ya indicaron otras investigaciones realizadas en España (IMSERSO, 2008, 2011; Rodríguez-Cabrero et al., 2013). En la literatura científica algunos estudios han informado que la participación social produce mayores beneficios en función física y salud mental en las mujeres que en los hombres. Una posible explicación a este hecho sería que la participación social en las mujeres puede proporcionarles apoyo social de otras personas que no son de la familia (Takagi et al., 2013; Tomioka et al., 2017c). La felicidad para muchas de mujeres mayores pasa cada vez más por desarrollar un proyecto personal, en el que la familia es una fuente importante de satisfacción (esposo, hijos/as, etc.), pero no lo son menos las relaciones de amistad y la conquista de un espacio y tiempo propios. La participación ofrece muchas más posibilidades formativas y recreativas de las que muchas mujeres han tenido a lo largo de su vida; y también relacionales, porque aumenta su red de apoyo con nuevas amistades. Su empoderamiento se está promoviendo precisamente a través del asociacionismo, la formación y la participación, y son cada vez más emprendedoras, activas y comprometidas.

La segunda hipótesis planteaba si se encontrarían diferencias en función del sexo en los distintos tipos de participación. Tal y como muestran los resultados las mujeres mayores son más activas que los hombres en las actividades relacionadas con el cuidado a otros, como es el cuidado informal a personas en situación de dependencia y en el ámbito doméstico, resultado que está en la línea de otras investigaciones anteriores en donde la frecuencia y el tiempo dedicados por las mujeres a cuidar son mayores que los de los hombres (Ang, 2016; Larrañaga et al., 2008; Lee et al., 2008; Rangel et al., 2017; Tobio, Agulló, Gómez y Martín, 2010). Mientras que los hombres participan con más

frecuencia en actividades físicas o deportivas es decir, en actividades realizadas en el exterior (Li et al., 2011). Respecto a la mayor participación de hombres en actividades físicas y deportivas, encontramos otros estudios (Lee et al., 2008; Lee, 2005; Lin et al., 2010; Sjögren y Stjernberg, 2010) donde también se pone de manifiesto esta diferencia por sexos, existiendo diferencias entre la actividad física realizada por mujeres y por hombres, siendo estos últimos los que la realizan con más frecuencia y por periodos más largos.

Las diferencias de participación entre sexos, tanto en contextos como en contenidos, también fueron recogidas en el trabajo de Villar, Celdrán, Fabà, y Serrat (2013) en el que estudiaron diferentes actividades generativas (cuidado de nietos, cuidado de personas en situación de dependencia, voluntariado y participación política) en una muestra de personas mayores, encontrando una mayor participación de mujeres en actividades de cuidado informal en el hogar, en la misma línea de investigaciones realizadas en otros contextos internacionales.

Estas diferencias en escenarios y contenidos de participación entre mujeres y hombres, podrían explicarse por factores socioculturales tales como el nivel educativo y la situación laboral/económica (Ang, 2016; Lee et al., 2008; Li et al., 2011).

Con respecto al objetivo planteado en esta investigación de encontrar relaciones distintas en función del sexo entre participación social y satisfacción con la vida en las personas mayores, en las mujeres se encontraron correlaciones positivas con satisfacción vital en más tipos de participación que en los hombres, destacando en ellas en primer lugar el Cuidado de nietos, el Asociacionismo, las Actividades recreativas o de ocio y las Actividades deportivas. En cambio, para los hombres la actividad participativa asociada con mayor satisfacción fue el Cuidado de los nietos. En el estudio longitudinal de Grundy

et al. (2012) tanto las abuelas como los abuelos que proporcionaron cuatro o más horas semanales de ayuda a los nietos tenían una mayor satisfacción vital.

El resultado de nuestro estudio está en la línea de Zhang et al.(2015), quienes también hallaron que la participación en actividades sociales es más beneficiosa para las mujeres mayores, mientras que el cuidado de los nietos era percibido como más saludable por los hombres. De hecho, hay estudios que evidencian que las abuelas que cuidan diariamente de los nietos están incluso menos satisfechas (Arpino et al., 2014), quizás debido a que las abuelas se dedican a gestionar y proveer de cuidados globales mientras que los abuelos realizan más actividades de tipo recreativo o de menor responsabilidad (Horsfall y Dempsey, 2015). En el trabajo de Rodríguez-Cabrero et al. (2013) se observó una ambivalencia respecto al cuidado de los nietos: una parte positiva pues los abuelos de ambos sexos que cuidan nietos están más activos y saludables; y por otro lado, una parte negativa o costes del cuidado, como la pérdida de oportunidades de realizar otras actividades. Y esto es así especialmente para las mujeres pues su dedicación es más intensa y ven el cuidado de los nietos como una pérdida mayor de oportunidades.

El contraste de correlaciones nos permite afirmar que las diferencias entre ambos sexos son sólo relevantes en la relación entre práctica de Actividad física o deportiva y Satisfacción vital futura: para las mujeres, hay una disposición mayor a anticipar en el momento presente las consecuencias que la Actividad deportiva tendrá en su bienestar futuro, pero no ocurre así en los hombres.

En general, las mujeres tienen tasas más bajas de participación en Actividad deportiva que los hombres a lo largo de la vida. Sin embargo, algunos autores sugieren que las mujeres no realizan menos actividades físicas que los hombres, sino que están activas de una manera diferente en otro tipo de actividades, por ejemplo, tareas

domésticas y caminar. Puede haber un sesgo de género en la forma en que se mide la Actividad física o deportiva, dado que incluye una variedad de actividades en diversos entornos, modos e intensidad variables. Esta complejidad hace que sea difícil de medir (Sjögren y Stjernberg, 2010). Así, en el estudio de Martínez del Castillo et al.(2009) se observó que el 19,6% de las mujeres mayores de 65 años declaran practicar semanalmente una o más actividades físicas o deportivas, frente al 14,8% de los hombres. Es decir, las mujeres practican actividad física semanal (sin incluir el pasear) en un porcentaje mayor que los hombres.

Las limitaciones de este estudio son varias. Si bien se trata de una muestra heterogénea y variada, los resultados encontrados no son fácilmente generalizables, puesto que se trata de una muestra no representativa de todas las personas mayores. Por otra parte, el tipo de diseño utilizado, transversal, limita la interpretación de las relaciones encontradas. Finalmente, otros factores no evaluados pueden estar actuando como mediadores de las relaciones.

En general, podemos concluir que los resultados obtenidos en este trabajo tienen implicaciones para el diseño de programas de envejecimiento activo y el aumento de la participación social de las personas mayores. Una mayor participación social redundará en una mejoría de la salud durante el envejecimiento.

Hemos de considerar a las personas mayores no tanto como receptores de cuidados -aunque algunos lo son-, sino también y sobre todo como proveedores de cuidado tanto a las familias a las que pertenecen como a la sociedad, en general. Por ello, consideramos necesario poner de relieve la enorme labor que, con su participación social, están ejerciendo las generaciones de personas que se encuentran en proceso hacia la vejez.

Participación social y satisfacción vital: diferencias entre mujeres y...

Muchas personas mayores, en especial, las mujeres mayores, tal como hemos observado en nuestro estudio, dedican tiempo y esfuerzo a ayudar a sus familiares.

Es importante promover un modelo de participación social que se desligue de las tareas asignadas a los roles tradicionales, ofrezca las mismas oportunidades a todos, fomente la generatividad y favorezca el desarrollo integral e individualizado de las personas mayores.

REFERENCIAS

Abellán, A., Ayala, A., Pérez, J., y Pujol, R. (2018). *Un perfil de las personas mayores en España, 2018. Indicadores estadísticos básicos*. Madrid. Recuperado a partir de <http://envejecimientoenred.es/informes/perfil-las-personas-mayores-espana-2018-indicadores-estadisticos-basicos/>

Adams, K. B., Leibbrandt, S., y Moon, H. (2011). A critical review of the literature on social and leisure activity and wellbeing in later life. *Ageing y Society*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/S0144686X10001091>

Ahmed-Mohamed, K., Rojo-Perez, F., Fernandez-Mayoralas, G., Forjaz, M.J., y Martinez-Marti, P. (2014). Associative participation of older adults and subjective quality of life: exploring selfselectionbias. *Ageing and Society*, <https://doi.org/10.1017/S0144686X1400021X>

Ang, S. (2016). Social Participation and Mortality among Older Adults in Singapore: Does Ethnicity Explain Gender Differences? *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 1-10. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbw078>

Ang, S. (2018). Social participation and health over the adult life course: Does the association strengthen with age? *Social Science y Medicine*, 206, 51-59. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2018.03.042>

Arpino, B., Bordone, V., y Skirbekk, V. (2014). *Does Grandparenting Influence*

Engagement in Social Activities? Laxenburg, Austria: IIASA, IR-14-006.

Recuperado a partir de <http://pure.iiasa.ac.at/id/eprint/11260/>

Brown, J. L., MacDonald, R., y Mitchell, R. (2015). Are People who participate in Cultural Activities more Satisfied with Life? *Social Indicators Research*, 122(1), 135-146. <https://doi.org/10.1007/s11205-014-0678-7>

Castaño, E. M., y Garín, A. (2012). Incorporación de Personas Adultas a los Estudios Universitarios: Aprendizaje Permanente para Arquitectos Técnicos. *Formación universitaria*, 5(3), 17-26. <https://doi.org/10.4067/S0718-50062012000300003>

Chiao, C., Weng, L. J., y Botticello, A. L. (2011). Social participation reduces depressive symptoms among older adults: An 18-year longitudinal analysis in Taiwan. *BMC Public Health*, 11, 292. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-11-292>

Chiao, C. Y., Lee, S. H., Liao, W. C., Yen, C. H., Lin, Y. J., Li, C. R., ... Lee, M. C. (2013). Social participation and life expectancy - The case of older adults in Taiwan from 1996 to 2003. *International Journal of Gerontology*, 7(2), 97-101. <https://doi.org/10.1016/j.ijge.2012.07.001>

Connolly, S., y O'Shea, E. (2015). The Perceived Benefits of Participating in Voluntary Activities among Older People: Do they differ by Volunteer Characteristics? *Activities, Adaptation y Aging*, 39(2), 95-108. <https://doi.org/10.1080/01924788.2015.1024075>

Croezen, S., Avendano, M., Burdorf, A., y Van Lenthe, F. J. (2015). Social Participation and Depression in Old Age: A Fixed-Effects Analysis in 10 European Countries. *American Journal of Epidemiology*, 182(2), 168-176. <https://doi.org/10.1093/aje/kwv015>

Cuenca-Amigo, M., Aristegui, I., Cuenca, M., y Amigo, M. L. (2017). The importance of leisure in older adults living in Spain. *Annals of Leisure Research*, 20(2), 222-239. <https://doi.org/10.1080/11745398.2016.1217493>

Cuthbert, C., King-Shier, K., Tapp, D., Ruether, D., y Culos-Reed, S. (2017). Exploring Gender Differences in Self-Reported Physical Activity and Health Among Older Caregivers. *Oncology Nursing Forum*, 44(4), 435-445. <https://doi.org/10.1188/17.ONF.435-445>

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., y Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13

Douglas, H., Georgiou, A., y Westbrook, J. (2017). Social participation as an indicator of successful aging: An overview of concepts and their associations with health. *Australian Health Review*, 41(4), 455-462. <https://doi.org/10.1071/AH16038>

Duque, J. M., Mateo, A., Martinez, M. I., Criado, S., Sanabria, F., y Carcagno, G. (2008). Participación social de las personas mayores. Madrid: Instituto de Mayores y Servicios Sociales. Recuperado a partir de <http://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/11005partsocialmay.pdf>

Edge, C. E., Cooper, A. M., y Coffey, M. (2017). Barriers and facilitators to extended working lives in Europe: A gender focus. *Public Health Reviews*, 38 (2), 1-27. <https://doi.org/10.1186/s40985-017-0053-8>

Emerson, S. D., Guhn, M., y Gadermann, A. M. (2017). Measurement invariance of the Satisfaction with Life Scale: reviewing three decades of research. *Quality of Life*

Research, 1-14. <https://doi.org/10.1007/s11136-017-1552-2>

- Fernández-Ballesteros, R. (2009). *Envejecimiento activo: Contribuciones de la psicología*. Madrid: Pirámide.
- Funes, M.J. (2001). La participación en asociaciones de la población mayor de 65 años en España. *Revista Internacional de Sociología*, 69(1), 167-193. <https://doi.org/0.3989/ris.2009.04.14>
- Flatt, J. D., y Hughes, T. F. (2013). Participation in social activities in later life: does enjoyment have important implications for cognitive health? *Aging Health*, 9(2), 149-158. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6916.2006.00005.x> <http://dx.doi.org/10.2217/ahe.13.11>
- Foster, L., y Walker, A. (2015): Active and Successful Aging: A European Policy Perspective. *The Gerontologist*, 55(1), 83–90
- Fratiglioni, L., Paillard-Borg, S., y Winblad, B. (2004). An active and socially integrated lifestyle in late life might protect against dementia. *Lancet Neurology*, 3, 343-353. [https://doi.org/10.1016/S1474-4422\(04\)00767-7](https://doi.org/10.1016/S1474-4422(04)00767-7)
- Galenkamp, H., Gagliardi, C., Principi, A., Golinowska, S., Moreira, A., Schmidt, A. E., ... Deeg, D. J. H. (2016). Predictors of social leisure activities in older Europeans with and without multimorbidity. *European Journal of Ageing*, 13(2), 129-143. <https://doi.org/10.1007/s10433-016-0375-2>
- Galiana, L., Gutiérrez, M., Sancho, P., y Tomás, J. M. (2015). Propiedades psicométricas de la versión española de la Escala Temporal de Satisfacción con la Vida (Temporal Satisfaction With Life Scale, TSLS): un estudio en mayores que acuden a programas universitarios. *European Journal of Investigation in Health*,

Psychology and Education, 5(3), 335-344. <https://doi.org/10.1989/ejihpe.v5i3.136>

Glass, T. A., Mendes De Leon, C. F., Bassuk, S. S., y Berkman, L. F. (2006). Social engagement and depressive symptoms in late life: Longitudinal findings. *Journal of Aging and Health*, 18(4), 604-628. <https://doi.org/10.1177/0898264306291017>

Griep, Y., Hanson, L. M., Vantilborgh, T., Janssens, L., Jones, S. K., y Hyde, M. (2017). Can volunteering in later life reduce the risk of dementia? A 5-year longitudinal study among volunteering and non-volunteering retired seniors. *PLoS ONE*, 12(3), e0173885. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0173885>

Grundy, E. M., Albala, C., Allen, E., Dangour, A. D., Elbourne, D., y Uauy, R. (2012). Grandparenting and psychosocial health among older Chileans: A longitudinal analysis. *Aging and Mental Health*, 16(8), 1047-1057. <https://doi.org/10.1080/13607863.2012.692766>

Haseda, M., Kondo, N., Ashida, T., Tani, Y., Takagi, D., y Kondo, K. (2017). Community Social Capital, Built Environment, and Income-Based Inequality in Depressive Symptoms among Older People in Japan: An Ecological Study From the JAGES Project. *Journal of Epidemiology*, 28(3), 108-116. <https://doi.org/10.2188/jea.JE20160216>

Horsfall, B., y Dempsey, D. (2015). Grandparents doing gender: Experiences of grandmothers and grandfathers caring for grandchildren in Australia. *Journal of Sociology*, 51(4), 1070-1084. <https://doi.org/10.1177/1440783313498945>

Hsu, H. C. (2007). Does social participation by the elderly reduce mortality and cognitive impairment? *Aging y Mental Health*, 11(6), 699-707. <https://doi.org/10.1080/13607860701366335>

- IMERSO. (2011). *Libro Blanco del Envejecimiento Activo*. Madrid: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.
- Jenkinson, C. E., Dickens, A. P., Jones, K., Thompson-Coon, J., Taylor, R. S., Rogers, M., ... Richards, S. H. (2013). Is volunteering a public health intervention? A systematic review and meta-analysis of the health and survival of volunteers. *BMC Public Health*. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-773>
- Kahana, E., Bhatta, T., Lovegreen, L. D., Kahana, B., y Midlarsky, E. (2013). Altruism, helping, and volunteering: Pathways to well-being in late life. *Journal of Aging y Health*, 25(1), 159-187. <https://doi.org/10.1177/0898264312469665>
- Katagiri, K., y Kim, J.H. (2018). Factors determining the social participation of older adults: A comparison between Japan and Korea using EASS 2012. *PLOS ONE*, 13(4), e0194703. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0194703>
- Kishimoto, Y., Suzuki, E., Iwase, T., Doi, H., y Takao, S. (2013). Group involvement and self-rated health among the Japanese elderly: an examination of bonding and bridging social capital. *BMC Public Health*, 13(1), 1189. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-1189>
- Kuykendall, L., Tay, L., y Ng, V. (2015). Leisure engagement and subjective well-being: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 141(2), 364-403. <https://doi.org/10.1037/a0038508>
- Larrañaga, I., Martín, U., Bacigalupe, A., Begiristáin, J. M., Valderrama, M. J., y Arregi, B. (2008). Impacto del cuidado informal en la salud y la calidad de vida de las personas cuidadoras: análisis de las desigualdades de género. *Gaceta Sanitaria*, 22(5), 443-450. <https://doi.org/http://doi.org/10.1157/13126925>

Lee, H. Y., Jang, S. N., Lee, S., Cho, S.I., y Park, E. O. (2008). The relationship between social participation and self-rated health by sex and age: A cross-sectional survey. *International Journal of Nursing Studies*, 45(7), 1042-1054.

<https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2007.05.007>

Lee, Y.S. (2005). Gender Differences in Physical Activity and Walking among Older Adults. *Journal of Women y Aging*, 17(1-2), 55-70.

https://doi.org/10.1300/J074v17n01_05

Li, Y.-P., Lin, S.-I., y Chen, C.-H. (2011). Gender Differences in the Relationship of Social Activity and Quality of Life in Community-Dwelling Taiwanese Elders. *Journal of Women y Aging*, 23(4), 305-320.

<https://doi.org/10.1080/08952841.2011.611052>

Lin, Y.-C., Yeh, M. C., Chen, Y.-M., y Huang, L.-H. (2010). Physical Activity Status and Gender Differences in Community-Dwelling Older Adults With Chronic Diseases. *Journal of Nursing Research*, 18(2), 88-97.

<https://doi.org/10.1097/JNR.0b013e3181dda6d8>

Lu, N., Peng, C., Jiang, N., y Lou, V. W. Q. (2018). Cognitive Social Capital and Formal Volunteering among Older Adults in Urban China: Does Gender Matter? *Journal of Applied Gerontology*, 073346481876527.

<https://doi.org/10.1177/0733464818765279>

Maier, H., y Klumb, P. L. (2005). Social participation and survival at older ages: Is the effect driven by activity content or context? *European Journal of Ageing*, 2(1), 31-39. <https://doi.org/10.1007/s10433-005-0018-5>

Marhánková, J. H., y Štípková, M. (2015). Women as Care Managers: The Effect of

- Gender and Partnership Status on Grandparent Care for Grandchildren. *Czech Sociological Review*, 51(6), 929. <https://doi.org/10.13060/00380288.2015.51.6.224>
- Martínez del Castillo, J., González, M. D., Jiménez-Beatty, J. E., Graupera, J. L., Martín, M., Campos, A., y del Hierro, D. (2009). Los hábitos de actividad física de las mujeres mayores en España. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 5(14), 81-93. <https://doi.org/10.5232/ricyde2009.01407>
- Menec, V. H. (2003). The Relation Between Everyday Activities and Successful Aging: A 6-Year Longitudinal Study. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 58(2), S74-S82. <https://doi.org/10.1093/geronb/58.2.S74>
- Minagawa, Y., y Saito, Y. (2015). Active Social Participation and Mortality Risk Among Older People in Japan: Results From a Nationally Representative Sample. *Research on Aging*, 37(5), 481-499. <https://doi.org/10.1177/0164027514545238>
- Mjelde-Mossey, L. A., y Chi, I. (2005). Gender Differences in Expectations Predictive of Volunteer Experience Among Older Chinese Professionals in Hong Kong. *Journal of Ethnic And Cultural Diversity in Social Work*, 13(4), 47-64. https://doi.org/10.1300/J051v13n04_03
- Monma, T., Takeda, F., Noguchi, H., Takahashi, H., y Tamiya, N. (2016). The impact of leisure and social activities on activities of daily living of middle-aged adults: Evidence from a national longitudinal survey in Japan. *PLoS ONE*, 11(10), e0165106. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0165106>
- Narushima, M., Liu, J., y Diestelkamp, N. (2013). Motivations and Perceived Benefits of Older Learners in a Public Continuing Education Program: Influence of Gender,

Income, and Health. *Educational Gerontology*, 39(8), 569-584.

<https://doi.org/10.1080/03601277.2012.704223>

Nonaka, K., Suzuki, H., Murayama, H., Hasebe, M., Koike, T., Kobayashi, E., y Fujiwara, Y. (2017). For how many days and what types of group activities should older Japanese adults be involved in to maintain health? A 4-year longitudinal study. *PLoS ONE*, 12(9), e0183829. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0183829>

Nummela, O., Sulander, T., Rahkonen, O., Karisto, A., y Uutela, A. (2008). Social participation, trust and self-rated health: A study among ageing people in urban, semi-urban and rural settings. *Health and Place*, 14(2), 243-253.

<https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2007.06.006>

Okura, M., Ogita, M., Yamamoto, M., Nakai, T., Numata, T., y Arai, H. (2018, 30 march). Community activities predict disability and mortality in community-dwelling older adults. *Geriatrics and Gerontology International*. Chester Zoo, UK: John Wiley/Blackwell. <https://doi.org/10.1111/ggi.13315>

Organización Mundial de la Salud (2002). Active Ageing: A Policy Framework. *The Aging Male*, 5(1), 1-37. <https://doi.org/10.1080/713604647>

Organización Mundial de la Salud (2015). *Informe Mundial sobre el Envejecimiento y la Salud*. Ginebra. Recuperado a partir de

http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/186466/1/9789240694873_spa.pdf

Ortiz-Colón, A. M. (2015). Los programas universitarios de personas mayores y el envejecimiento activo. *Formacion Universitaria*, 8(4), 55-62.

<https://doi.org/10.4067/S0718-50062015000400007>

Park, H. K., Chun, S. Y., Choi, Y., Lee, S. Y., Kim, S. J., y Park, E.C. (2015). Effects of

social activity on health-related quality of life according to age and gender: an observational study. *Health and Quality of Life Outcomes*, 13, 140.

<https://doi.org/10.1186/s12955-015-0331-4>

Pavot, W., Diener, E., y Suh, E. M. (1998). The Temporal Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 70(2), 340-354.

https://doi.org/10.1207/s15327752jpa7002_11

Ponce, M. S. H., Rosas, R. P. E., y Lorca, M. B. F. (2014). Social capital, social participation and life satisfaction among Chilean older adults. *Revista de Saude Publica*, 48(5), 739-749. <https://doi.org/10.1590/S0034-8910.2014048004759>

Proulx, C. M., Curl, A. L., y Ermer, A. E. (2018). Longitudinal Associations between Formal Volunteering and Cognitive Functioning. *Journals of Gerontology - Series B Psychological Sciences and Social Sciences*, 73(3), 522-531.

<https://doi.org/10.1093/geronb/gbx110>

Rangel, Y.Y., Mendoza, A., Hernández, L. E., Cruz, M., Pérez, M.C., y Gaytán, D. (2017). Aportes del enfoque de género en la investigación de cuidadores primarios de personas dependientes. *Index de Enfermería*, 26(3), 157-161.

Rodríguez-Cabrero, G., Rodríguez, P., Castejón, P., y Morán, E. (2013). *Las personas mayores que vienen. Autonomía, solidaridad y participación social*. Madrid: Fundación Pilares para la autonomía personal.

Rubin, M., Scevak, J., Southgate, E., Macqueen, S., Williams, P., y Douglas, H. (2018). Older women, deeper learning, and greater satisfaction at university: Age and gender predict university students' learning approach and degree satisfaction. *Journal of Diversity in Higher Education*, 11(1), 82-96.

<https://doi.org/10.1037/dhe0000042>

Sanchez-Sanchez, F. J. (2017). Variables predictoras de la satisfacción con la vida en personas mayores que participan en programas formales de aprendizaje (Tesis doctoral). Universidad de Valencia. Valencia, España.

Schmidt, A., Ilinca, S., Schulmann, K., Rodrigues, R., Principi, A., Barbabella, F., ... Galenkamp, H. (2016). Fit for caring: factors associated with informal care provision by older caregivers with and without multimorbidity. *European Journal of Ageing, 13*(2), 103-113. <https://doi.org/10.1007/s10433-016-0373-4>

Semerjian, T. Z. (2018). The Role of Gender and Social Class in Physical Activity in Later Life. In S.R. Nyman, A. Barker, T. Haines, C. Musselwhite, G. Peeters, C.R. Victor y K. Wolff (Eds). *The Palgrave Handbook of Ageing and Physical Activity Promotion* (pp. 571-588). London: Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-71291-8_28

Sirven, N., y Debrand, T. (2008). Social participation and healthy ageing: An international comparison using SHARE data. *Social Science and Medicine, 67*(12), 2017-2026. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2008.09.056>

Sirven, N., y Debrand, T. (2012). Social capital and health of older Europeans: Causal pathways and health inequalities. *Social Science and Medicine, 75*(7), 1288-1295. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2012.05.009>

Sjögren, K., y Stjernberg, L. (2010). A gender perspective on factors that influence outdoor recreational physical activity among the elderly. *BMC Geriatrics, 10*(1), 34. <https://doi.org/10.1186/1471-2318-10-34>

- Tabassum, F., Mohan, J., y Smith, P. (2016). Association of volunteering with mental well-being: A lifecourse analysis of a national population-based longitudinal study in the UK. *BMJ Open*, 6(8), e011327. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-011327>
- Takagi, D., Kondo, K., y Kawachi, I. (2013). Social participation and mental health: moderating effects of gender, social role and rurality. *BMC Public Health*, 13(1), 701. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-701>
- Thomas, P. A. (2011). Gender, social engagement, and limitations in late life. *Social Science and Medicine*, 73(9), 1428-1435. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2011.07.035>
- Tobiasz-Adamczyk, B., Galas, A., Zawisza, K., Chatterji, S., Haro, J. M., Ayuso-Mateos, J. L., ... Leonardi, M. (2017). Gender-related differences in the multi-pathway effect of social determinants on quality of life in older age: the COURAGE in Europe project. *Quality of Life Research*, 26(7), 1865-1878. <https://doi.org/10.1007/s11136-017-1530-8>
- Tobío, M. C., Agulló, M. S., Gómez, M. V., y Martín, M.T. (2010). *El cuidado de las personas : un reto para el siglo XXI*. Barcelona:Fundación La Caixa.
- Tomás, J. M., Galiana, L., Oliver, A., Sancho, P., y Pinazo, S. (2016). Validating the Temporal Satisfaction with Life Scale in Spanish elderly: a bifactor model application. *Behavioral Psychology*, 24(3), 555-567.
- Tomioka, K., Kurumatani, N., y Hosoi, H. (2015). Social participation and the prevention of decline in effectance among community-dwelling elderly: A population-based cohort study. *PLoS ONE*, 10(9), e0139065.

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0139065>

Tomioka, K., Kurumatani, N., y Hosoi, H. (2016). Association Between Social Participation and Instrumental Activities of Daily Living among Community-Dwelling Older Adults. *Journal of Epidemiology*, 26(10), 553-561.

<https://doi.org/10.2188/jea.JE20150253>

Tomioka, K., Kurumatani, N., y Hosoi, H. (2017a). Age and gender differences in the association between social participation and instrumental activities of daily living among community-dwelling elderly. *BMC Geriatrics*, 17(1), 99.

<https://doi.org/10.1186/s12877-017-0491-7>

Tomioka, K., Kurumatani, N., y Hosoi, H. (2017b). Association between the frequency and autonomy of social participation and self-rated health. *Geriatrics and Gerontology International*, 17(12), 2537-2544. <https://doi.org/10.1111/ggi.13074>

Tomioka, K., Kurumatani, N., y Hosoi, H. (2017c). Positive and negative influences of social participation on physical and mental health among community-dwelling elderly aged 65-70 years: a cross-sectional study in Japan. *BMC Geriatrics*, 17(1), 111. <https://doi.org/10.1186/s12877-017-0502-8>

Villar, F., Celdrán, M., Fabà, J., y Serrat, R. (2013). La generatividad en la vejez: Extensión y perfil de las actividades generativas en una muestra representativa de personas mayores españolas. *Revista Ibero-Americana de Gerontología*, 1(1), 61-79.

Villar, F., Serrat, R., y Celdrán, M. (2016). Participation of Spanish older people in educational courses: The role of sociodemographic and active ageing factors. *Journal of European Social Policy*, 26(5), 417-427.

<https://doi.org/10.1177/0958928716664295>

Villar, F., Triadó, C., Solé, C., y Osuna, M. J. (2006). Patrones de actividad cotidiana en personas mayores: ¿es lo que dicen hacer lo que desearían hacer? *Psicothema*, 18(1), 149-155.

Walker, A. (2002). A strategy for active ageing. *International Social Security Review*, 55, 121-139. doi: 10.1111/1468-246X.00118

Wharton, T., y Zivin, K. (2017). Relationships Among Caregiving, Income, Gender, and Health: A Cross-Sectional Examination of a Representative Sample of Older Americans. *Journal of Social Service Research*, 43(1), 141-148.
<https://doi.org/10.1080/01488376.2016.1239597>

Zhang, W., Feng, Q., Lacanienta, J., y Zhen, Z. (2017). Leisure participation and subjective well-being: Exploring gender differences among elderly in Shanghai, China. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 69, 45-54.
<https://doi.org/10.1016/j.archger.2016.11.010>

Zhang, W., Feng, Q., Liu, L., y Zhen, Z. (2015). Social engagement and health: Findings from the 2013 survey of the Shanghai elderly life and opinion. *International Journal of Aging and Human Development*. SAGE PublicationsSage CA: Los Angeles, CA. <https://doi.org/10.1177/0091415015603173>

Zhang, Z., y Zhang, J. (2015). Social Participation and Subjective Well-Being among Retirees in China. *Social Indicators Research*, 123(1), 143-160.
<https://doi.org/10.1007/s11205-014-0728-1>

Agradecimientos

Los datos utilizados en la presente investigación se han obtenido de un estudio longitudinal, proyecto I+D+i LOL, realizado por un equipo de investigadores de la Universidad de Valencia.

La correspondencia concerniente a este artículo debe dirigirse a:

Sacramento Pinazo-Hernandis

Av Blasco Ibañez, 21. 46010 Valencia

E-mail: sacramento.pinazo@uv.es