

# Asia

## **Desde asociaciones de personas mayores hasta clubes de autoayuda intergeneracional: un modelo autosuficiente**

Uno de una serie de 10 estudios de caso resumidos en la guía de HelpAge, *Generaciones unidas por un cambio* →

El modelo de asociaciones de personas mayores de HelpAge en países de Asia ha evolucionado a lo largo de 30 años a través de un proceso de evaluación y aprendizaje continuo, junto con sus socios. El resultado es un modelo "avanzado" (utilizando clubes de autoayuda intergeneracional) que incorpora más enfoques sostenibles, con una mayor apropiación de las personas mayores involucradas y una membresía más diversa que refleje los contextos locales.

Un principio clave de este modelo avanzado es que 70% de los miembros de una asociación son personas mayores y 30% jóvenes. Los vínculos entre las asociaciones de personas mayores en diferentes niveles (desde el local hasta el regional o subnacional y nacional) ofrecen una plataforma para la promoción y un espacio para que se escuchen las voces de la comunidad. Por ejemplo, las actividades realizadas por los clubes de autoayuda intergeneracional en Bangladesh ayudan a crear conciencia sobre los problemas que enfrentan los mayores en su día a día, una realidad que a menudo los jóvenes pasan por alto porque la desconocen. Las personas de mediana edad han mostrado interés en unirse a tales actividades y crear conexiones entre generaciones, con mujeres a menudo liderando iniciativas económicas conjuntas que benefician a toda la comunidad.



**HelpAge**

International

En apoyo de:



GLOBAL  
CAMPAIGN  
TO COMBAT  
AGEISM



## ¿Qué problema o asunto aborda el proyecto?

HelpAge ha sido pionera en el apoyo a asociaciones de personas mayores en 19 países de la región de Asia y el Pacífico. Sus experiencias combinadas han permitido que HelpAge y sus socios acumulen un sólido conocimiento práctico, que es muy solicitado por los gobiernos, las agencias de las Naciones Unidas (ONU) y otras partes interesadas en la región y más allá. Las asociaciones de personas mayores han servido a un propósito específico en cada etapa de su historia, evolucionando de un modelo tradicional basado en proyectos y financiado por organizaciones no gubernamentales (ONG) a un modelo autosuficiente, contextualizado, multigeneracional y multifuncional. A menudo los gobiernos locales y nacionales adoptan estas asociaciones como plataformas importantes para las acciones de autoayuda comunitarias.

Desde finales de la década de 1980 hasta el 2005, las asociaciones de personas mayores se organizaron en torno a temas como la salud o el sustento (con el tipo de asociación que se estableció según el enfoque de la intervención), y tuvieron el apoyo de HelpAge quien proporcionó ayuda técnica y buscó donantes para su financiación. Fue necesario revisar el modelo y su

propósito por su limitada aceptación a nivel local y regional, la alta dependencia de la financiación de los donantes y la sensación de desconexión con las necesidades reales de los mayores. Finalmente, el proceso resultó en el modelo "avanzado" actual que, en vez de guiarse por las exigencias de los donantes, está dirigido por las necesidades de las personas mayores según su contexto local. Este nuevo modelo promete un verdadero impacto a largo plazo y la adopción de parte de los gobiernos para ampliarlo a nivel nacional.

Los requisitos y la estructura del modelo avanzado (clubes de autoayuda intergeneracional) se han documentado minuciosamente en videos y guías.<sup>1</sup> Los cupos para obtener la membresía (incluyendo personas mayores, personas ya cercanas a la vejez (es decir, de 60 a 70 años), mujeres, personas que viven en la pobreza y personas con discapacidad) ayudan a garantizar la diversidad y estos son establecidos por los miembros según los ocho componentes temáticos de los clubes de autoayuda: actividades sociales y culturales; actividades alimentarias y que generan ingresos; salud y asistencia; asistencia comunitaria; autoayuda; aprendizaje permanente; derechos; y gestión de los recursos naturales.

## ¿Qué busca lograr el proyecto?

Los objetivos del modelo avanzado incorporan evaluaciones y comentarios del trabajo de HelpAge con asociaciones de personas mayores durante muchos años. Esta retroalimentación sugirió la necesidad de ciertos cambios:

- Grupos más dinámicos y autoguidados: los participantes deben decidir qué temas quieren abordar, en una variedad de áreas que afectan sus vidas.
- Más diversidad entre los participantes: mientras que algunas personas mayores valoran tener un espacio seguro con personas de su misma edad, muchas quieren beneficiarse de la energía y las habilidades de otras generaciones.
- Sostenibilidad: cualquier organización o asociación que dependa solo de fondos externos resulta siendo frágil. La diversificación de las fuentes de financiación (por ejemplo, el uso de cuotas de membresía, fondos rotatorios, donaciones locales en efectivo o ingresos de empresas establecidas por el grupo) proporciona una base mucho más sólida para la replicación.

En Bangladesh, el modelo "avanzado" comenzó en 2017. Su objetivo era crear oportunidades para que las personas mayores y otros grupos desfavorecidos mejoraran su bienestar, redujeran el aislamiento y tomaran medidas conjuntas para resolver sus problemas colectivos. El modelo también motiva a los mayores a apoyarse mutuamente y contribuir al desarrollo comunitario. De hecho, ahora influye en quienes formulan políticas a nivel local y nacional para adoptar e implementar aquellas amigables con la edad. En las aldeas, las actividades de las asociaciones de personas mayores que todavía usan el modelo anterior están en línea con los ocho componentes del modelo avanzado. Las federaciones de asociaciones de personas mayores conectan las actividades desde el nivel local hasta el regional o subnacional (*upazila*<sup>2</sup> y distrito, en el caso de Bangladesh), abogando por cambios en las políticas y asegurando que los responsables de formularlas escuchen las voces y opiniones de las personas mayores.

1. *Asociaciones de personas mayores en Asia Oriental y Sudoriental: Un estudio de cuatro países* → , 2017, y OMS *Década del Envejecimiento Saludable: informe de referencia* → , 2021 (p.138).

2. *Las upazilas* son el segundo nivel más bajo de la administración regional en Bangladesh. La estructura administrativa consta de divisiones (8), distritos (64), upazilas y consejos sindicales.

Los vínculos con otras localidades fortalecen la red con foros de ideas afines, lo que aumenta el impacto de su labor de promoción y puede influir en los servicios sociales y los esquemas de protección social para dirigirse a las personas mayores más vulnerables.

## ¿Cómo funciona el proyecto?

Desde finales de 2015, HelpAge ha apoyado a la fundación SHARE, su socio implementador en Bangladesh, para establecer 12 federaciones de asociaciones de personas mayores a nivel sindical, una upazila y una federación a nivel distrital, en Rangpur. HelpAge había apoyado antes a otro miembro de la red, la organización Resource Integration Centre, para guiar las asociaciones de personas mayores en el país. De 2018 a 2020, SHARE creó 15 clubes de autoayuda intergeneracional, adaptando el modelo avanzado de asociaciones de personas mayores.

Actualmente, se ofrece capacitación sobre como establecer y desarrollar asociaciones de personas mayores en países fuera de la región, por ejemplo en Irán. El desarrollo de este modelo avanzado reconoce la necesidad de responder al envejecimiento de la población con más apoyo y protección social para las personas mayores. También reconoce que un enfoque comunitario, inclusivo y participativo tiene más probabilidades de responder eficazmente a los desafíos sociales, de salud y económicos que conlleva el envejecimiento de la población.

China y Vietnam lideran el uso del modelo, con 600.000 y 105.000 asociaciones de personas mayores respectivamente, para un total de más de 100 millones de miembros. Otros países están adoptando el modelo avanzado, incluyendo a Bangladesh, Camboya, Mongolia, Myanmar e Indonesia.

En Bangladesh, el modelo avanzado consistió en combinar los grupos de monitoreo de los ciudadanos mayores que ya existían<sup>3</sup> con los nuevos clubes de autoayuda intergeneracional. Las federaciones de asociaciones de personas mayores ayudaron a establecer fuertes vínculos desde el ámbito local al nacional, para ayudar a formar redes y utilizar su evidencia para influir en las políticas.

El modelo se desarrolló inicialmente utilizando la experiencia de clubes de autoayuda intergeneracional en Vietnam, y luego, mediante pruebas y consultas, se adaptó para que fuera culturalmente aceptable y sostenible en Bangladesh. Una iniciativa importante fue la creación de pequeñas empresas mixtas de "personas jóvenes mayores" (40 y 50 años) y «personas mayores de más edad» (70 años o más),<sup>4</sup> ya que la naturaleza colaborativa de tales empresas mejoró las posibilidades de éxito. El equipo del proyecto selecciona a los participantes con cuidado (cinco personas de diferentes edades) utilizando criterios definidos con los miembros existentes del club de autoayuda. Al comienzo, cada participante recibe un préstamo para iniciar su empresa (el enfoque grupal resultó dar mejores resultados que las iniciativas dirigidas a individuos). A partir de ahí, los clubes de autoayuda se reúnen mensualmente y siguen las reglas establecidas, incluidas las estructuras de gobierno y el número de grupos.

## ¿Qué cambios logró el proyecto?

En Asia, el modelo avanzado (a través de las actividades de las asociaciones de personas mayores) ha logrado muchas mejoras, desde la prevención de las enfermedades no transmisibles hasta visitas regulares a domicilio de supervisores de salud voluntarios, así como la consolidación de grupos de presión para cambiar las políticas regresivas de protección social. Los grupos siguen una estructura similar y se adhieren a los requisitos de inclusión y equidad, pero los miembros deciden qué temas y actividades quieren abordar, lo que aumenta su autoestima, confianza y habilidades de liderazgo. Ha habido una buena documentación del impacto de estos grupos en **Vietnam** →, donde el modelo ahora está bien establecido y ha sido replicado a escala por el gobierno.

En Bangladesh, los beneficios del modelo avanzado están emergiendo con nuevas formas de emprendimiento, más evidencia del empoderamiento y liderazgo de las mujeres y vínculos más fuertes entre las iniciativas locales y nacionales. Incluso, el gobierno local está mostrando interés en replicar el modelo.

Los participantes en los clubes de autoayuda son más saludables, hacen más ejercicio y son más conscientes de la necesidad de cuidarse a sí mismos y asistir a controles de salud regulares. También se han reportado beneficios para la salud mental gracias a las actividades sociales y culturales en las que han participado, ya que han construido su confianza, autoestima y bienestar. Estas actividades también están comenzando a fortalecer la solidaridad de la comunidad y la cohesión social. Como explicó un hombre, miembro del club de autoayuda:

*“Un día alguien me habló del club de autoayuda intergeneracional en el que los miembros hacen ejercicio antes de iniciar [la] reunión. Y eso ayuda [al] cuerpo. Debido a que era un Imán, no estaba dispuesto a unirme a ese club, pero al mismo tiempo, la agonía de mis articulaciones era devastadora para mí. Hacer ejercicio es mi rutina diaria ahora. Esos dolores se han ido. Ahora lidero un grupo que formé para hacer ejercicio después de cada oración matutina.”*



HelpAge International

3. HelpAge estableció grupos de monitoreo de ciudadanos mayores en 2002 como parte de un proyecto global. Por lo general, están conformados por 10 a 15 miembros (que suelen ser personas mayores con más educación) los cuales recopilan datos y defienden los derechos y la voz de las personas mayores.  
4. Cada comunidad decide a qué edad se es "viejo", por lo que no hay un límite general de edad.

Los beneficios de pertenecer a un club de autoayuda en términos de bienestar no pueden subestimarse, ya que estos ofrecen oportunidades para la interacción social y una gran mayoría de miembros disfrutaban mucho participando en las actividades culturales. También afirman tener una sensación de sentirse cuidados y felicidad al cuidar a otros. Esto lo expresa mejor un miembro de un club que estaba por desintegrarse, hasta que alguien comenzó a cantar. A partir de ese momento, como lo describió un miembro:

*“Las reuniones mensuales del club se han convertido en algo agradable. Nos animamos y refrescamos con música, chistes y muchas historias divertidas. Nos sentimos relajados y felices. Nuestra pasión por los compromisos sociales volvió a cobrar vida. El club, al involucrarnos con responsabilidades sociales, ha dado sentido a nuestras vidas, y las prácticas culturales han recuperado la alegría y diversión que habíamos perdido.”*



Los clubes también han tenido un impacto en el estatus social y el liderazgo de las mujeres. Alrededor del 45% de las mujeres integrantes participan activamente en los procesos de toma de decisiones dentro de los clubes y el 80% de los subgrupos de zonas específicas están dirigidos por mujeres. Las mujeres también desempeñan un papel importante en los equipos de promoción y monitoreo que trabajan para influir en las autoridades locales. La mayoría de los cuidadores voluntarios y de quienes reciben atención domiciliaria son mujeres; y más de la mitad de todos los préstamos que los clubes otorgan se destinan también a mujeres. Asumir posiciones de liderazgo en los clubes ha transformado la vida de las mujeres. Como dijo una mujer, maestra jubilada y líder de un club de autoayuda intergeneracional:

*“Me pasa igual, ya que muy rara vez salía de la aldea y ahora me es fácil participar en programas regionales, de upazila y sindicales. Al asistir a reuniones en la oficina del Comisionado Adjunto, podía decir lo que pensaba con el debido énfasis. Me satisface participar de esa manera [y] me siento llena de alegría por mi esfuerzo. La gente me respeta como una líder digna. Estoy en deuda con el club por darme una nueva vida.”*

Los líderes de los clubes de autoayuda y de las federaciones de asociaciones de personas mayores reclaman conjuntamente sus derechos y prerrogativas ante las autoridades gubernamentales competentes y se sienten empoderados al hacerlo. Las federaciones desempeñan un papel importante en la promoción de políticas y prácticas amigables con la edad y de que haya mayor transparencia y rendición de cuentas a nivel local, por ejemplo, haciendo seguimiento de cómo se seleccionan los beneficiarios y cómo se distribuyen la asistencia y la ayuda.

Un plan de microcrédito nuevo, innovador y flexible, canalizado a través de los clubes de autoayuda, ha proporcionado un mejor acceso al crédito para medios de subsistencia y a la capacitación en actividades que

generan ingresos que son más amigables con la edad y también ha mejorado el apoyo entre los miembros del club. Todo esto ha aumentado significativamente el éxito de las actividades de subsistencia de los clubes.

Las actividades para formar redes entre los clubes y otros grupos similares a nivel local, subnacional o nacional con el fin de apoyar el cambio en todo el sistema han fortalecido las asociaciones con agentes gubernamentales y no gubernamentales, lo que reduce la dependencia excesiva de un tipo de proveedor de servicios y mejora la eficiencia y la buena gobernanza de los servicios sociales en general. Un hombre, banquero jubilado que antes tenía poco tiempo para el trabajo comunitario, está orgulloso de algunas de sus iniciativas en clubes de autoayuda:

*“...El otro trabajo fue recolectar un compromiso escrito en pro del bienestar de las personas mayores de cada candidato en las elecciones del gobierno local. Esto hace que los representantes electos cumplan al menos algunas de sus promesas. Nuestro éxito inspiró a otros sindicatos a seguir su ejemplo.”*

## ¿Qué ha funcionado bien?

En Bangladesh, quedó claro que para que el proyecto tuviera éxito, era importante establecer un sentido de identidad grupal y una posición para los participantes (a quienes se les da una escarapela y folletos marcados que explican el propósito, la estructura y las ventajas del club de autoayuda). Un análisis del envejecimiento en la población en diferentes países y los cambios demográficos en Asia informaron la combinación relevante de edades dentro de los clubes intergeneracionales. Por ejemplo, las personas de mediana edad mostraron más interés en unirse a grupos que las más jóvenes, pues entienden la necesidad de prepararse para su vejez y pueden contribuir sustancialmente a la creación de cambios que los benefician a futuro.

La estructura de gobierno de los clubes fomenta el poder compartido y el empoderamiento de las mujeres; se tiene cuidado de mantener grupos pequeños y manejables, dividiéndolos cuando se vuelven demasiado grandes. En Bangladesh, algunos miembros del personal de HelpAge inicialmente dudaron en formar clubes que incluyeran hombres y mujeres, pero estos resultaron ser un espacio muy beneficioso para que las mujeres fueran activas. Los ocho componentes de un club de autoayuda estándar permiten flexibilidad y se pueden adaptar al contexto local. En Bangladesh, por ejemplo, la gimnasia grupal (una actividad típica entre las asociaciones de personas mayores en Vietnam) se considera inapropiada, por lo que se propusieron actividades culturalmente más aceptables (como bailes tradicionales).

## ¿Qué se podría haber hecho de forma diferente?

A pesar de sus beneficios, el modelo avanzado tiene algunos puntos débiles en cuanto a relevancia y sostenibilidad. Hay dos desafíos principales. El primero se relaciona con el tiempo que toma generar confianza y obtener la aceptación de los miembros de la comunidad. Esto a menudo se subestima, por lo que se corre el riesgo de que una iniciativa tal vez no tenga recursos suficientes especialmente cuando se pide a los miembros del club de autoayuda que contribuyan económicamente a un fondo colectivo. El segundo desafío son los altos niveles de desempleo entre las personas más jóvenes (entre 20 y 30 años), lo que significa que tienen menos recursos, menos interés en relacionarse con las generaciones mayores y, por lo tanto, una conciencia más limitada sobre los derechos de las personas mayores y los problemas que enfrentan en su vida cotidiana.



Generaciones unidas por un cambio. Estudio de caso: Asia

## ¿Qué podemos aprender de este proyecto?

La evolución de las asociaciones de personas mayores en Asia hacia el modelo avanzado de clubes de autoayuda intergeneracional resalta la importancia de mantener un buen equilibrio entre las iniciativas que se adaptan al contexto local y que son replicables.

- Un proceso de aprendizaje iterativo es esencial para hacer progresar el modelo avanzado (evaluar, adaptar, aprender y cambiar).
- Escalar no equivale solo al número de grupos, sino a qué tan dinámicos y productivos son en un contexto dado y si son reconocidos y valorados por los líderes y autoridades locales.
- Tener personas jóvenes (entre 40 y 50 años) ayuda a las personas mayores a aprender y adoptar nuevas tecnologías, pero también les da más acceso a las redes y a los responsables de tomar decisiones.
- Abordar los problemas relacionados con el sustento es muy atractivo para un grupo de edad mixto, ya que ofrece la posibilidad de aumentar los ingresos (hasta el 50% para algunos miembros) y el acceso al crédito. Las oportunidades de emprendimiento son más fáciles si tanto las personas mayores como las más jóvenes aplican como colectivo.
- Cuando los grupos o clubes se registran formalmente con el gobierno, pueden obtener acceso a más opciones de sostenibilidad y asegurar un mayor interés por parte de otras instituciones. Por ejemplo, el modelo en Bangladesh atrajo el interés del jefe del Departamento de Servicios Sociales y del Banco Mundial, con un proyecto de \$ 5 millones en proceso de discusión para ampliar los clubes de autoayuda intergeneracional.
- Los clubes intergeneracionales de autoayuda brindan a las mujeres la oportunidad de ganar más confianza y asumir posiciones de liderazgo. Debe haber una discriminación positiva para garantizar una buena representación de las mujeres tanto cuando se establecen los clubes como a medida que evolucionan, creando precedentes y modelos a seguir.

Este estudio de caso es uno de una serie de diez, y se produjo según la guía de HelpAge, *Generaciones unidas por un cambio* → , publicada en colaboración con Restless Development y en apoyo de la Campaña mundial contra el edadismo

HelpAge International, PO Box 78840, Londres SE1P 6QR,  
Reino Unido Tel +44 (0)20 7278 7778 info@helpage.org  
[www.helpage.org](http://www.helpage.org)

Número de registro de organización benéfica: 288180

 @ HelpAge  HelpAge International

Copyright © HelpAge International 2022. Este trabajo se publica bajo una licencia internacional Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0, <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>