

Revista Difusiones, ISSN 2314-1662, Vol. 16, N.º 1, enero-julio de 2026, pp. 47-56
Fecha de recepción: 07-05-2025. Fecha de aceptación: 09-06-2026

La mediación intergeneracional con personas mayores: una herramienta para la calidad de vida en la vejez

Álida Colina¹, alidadelsocorro.colina@ucse.edu.ar
ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-0044-4386>
Universidad Católica de Santiago del Estero, Departamento Académico San Salvador,
Jujuy, Argentina

¹ Abogada. Especialista en Derecho Procesal Civil. Mediadora. Docente de la cátedra Medios Participativos de Resolución de Conflictos en el Departamento Académico San Salvador de la Universidad Católica de Santiago del Estero (DASS UCSE). Especialista en Estudios sobre Envejecimiento y Vejez. Coordinadora del Gabinete de Investigación en Ciencias Jurídicas, Políticas y Sociales del DASS UCSE. Enseña sobre el poder de la práctica colaborativa en la gestión de conflictos. Investiga y comunica los derechos humanos de las personas mayores.

Resumen

El envejecimiento demográfico se percibe como una fuente de conflictos en cuanto a los sistemas de seguridad social o el desarrollo de políticas públicas. En el contra frente, este fenómeno se vive como una conquista vinculada a la longevidad humana y a los avances científicos. El envejecimiento ofrecerá enormes oportunidades cuando se empiece a incluir a las personas mayores, no solamente como objeto de cuidado, sino como sujeto de cambio y como recurso humano.

La respuesta a la necesidad de un servicio de mediación intergeneracional con personas mayores se puede encontrar en un marco que incluye, varias dimensiones: los cambios demográficos; el papel de la familia, unido a la crisis de cuidados; los nuevos modelos de vejez, donde se debe tener en cuenta los derechos de las personas mayores a decidir sobre sus vidas y a gozar de un envejecimiento saludable y activo.

Identificadas y reconocidas estas nuevas realidades, se presenta un doble desafío, por un lado, la generación de conocimiento científico y por otro, el diseño de políticas inclusivas y participativas, donde las personas mayores formen parte de una ciudadanía activa. Promocionar la calidad de vida en la vejez es el reto más inmediato de la mediación intergeneracional con personas mayores.

Palabras clave

Edadismo, calidad de vida, mediación intergeneracional, personas mayores.

Abstract

Demographic aging is often perceived as a source of conflict in relation to social security systems or the development of public policies. Conversely, this phenomenon is also experienced as an achievement linked to human longevity and scientific advances. Aging will offer significant opportunities once older adults are included not merely as objects of care, but as agents of change and as a human resource.

The response to the need for an intergenerational mediation service with older adults can be found within a framework that encompasses several dimensions: demographic changes; the role of the family, in connection with the care crisis; and new models of old age, in which the rights of older adults to make decisions about their lives and to enjoy healthy and active aging must be considered.

Once these new realities are identified and acknowledged, a dual challenge emerges: on the one hand, the generation of scientific knowledge, and on the other, the design of inclusive and participatory policies in which older adults are part of an active citizenry. Promoting quality of life in old age constitutes the most immediate challenge of intergenerational mediation with older adults.

Key Words

Ageism, intergenerational mediation, older adults, quality of life.

Introducción

El envejecimiento de la población es una de las transformaciones sociales más importantes producidas en el último tercio del siglo XX. Constituye un reto complejo al que es preciso dar respuesta, pues el incremento del número de personas mayores, particularmente de las personas que superan los 80 años de edad, genera necesidades crecientes, algunas de carácter colectivo, como el sostenimiento del sistema de la seguridad social, y otras de carácter individual como las relacionadas con los sistemas de apoyo.

El sistema de apoyo informal, eminentemente familiar, que ha venido dando respuesta a las necesidades de asistencia y cuidado de las personas mayores, entró en crisis como consecuencia de otras dos grandes transformaciones sociales. Por un lado, los cambios en la estructura familiar (desaparición de la familia extendida, aparición de la familia monoparental, democratización de las relaciones intrafamiliares, distancia geográfica de los hijos), por otro lado, la creciente incorporación de las mujeres al mundo laboral, que las aparta de las tareas de cuidado históricamente asignadas por la división sexual del trabajo (Espiniella, 2021).

Estas circunstancias han provocado el surgimiento de disputas relacionadas con el reparto de las obligaciones de cuidado de las personas mayores en situación de dependencia. Una incorrecta gestión de estos conflictos puede provocar que la persona mayor dependiente quede desatendida y en condición de extrema vulnerabilidad. Por ello, desarrollar estrategias de mediación que favorezcan la negociación familiar para resolución de conflictos resulta recomendable para facilitar el afrontamiento de los cuidados.

Ahora bien, no todas las personas mayores son dependientes ni requieren de asistencia. Por el contrario, la mayoría son independientes, libres de incapacidad, autónomas e integradas socialmente. En este sentido, los nuevos modelos de la vejez proponen un envejecimiento que supere las formas de envejecer del pasado en las que predominaba la inmovilidad física, la pasividad y la desconexión con los otros grupos de la sociedad.

En una sociedad que se caracteriza por una marcada exaltación de la juventud y los atributos que con ella se asocian, los cambios en la apariencia física y en la movilidad que aparecen con el envejecimiento, generan una percepción estereotipada y negativa de la persona mayor, de la que parte la construcción de la vejez como una etapa de carencias físicas, económicas y sociales (Huenchuan, 2017).

Se trata de una cuestión colectiva que fractura la solidaridad intergeneracional y erosiona la autoestima del propio adulto mayor quien, como parte de esa sociedad, sostiene el discurso de que “tiene que ser” o “tiene que hacer” lo que es acorde a su edad, aun cuando esto implique una disminución o pérdida de derechos.

En resumen, los estereotipos, mitos y prejuicios sobre la vejez, afectan la calidad de vida de la persona mayor, en tanto impactan en su bienestar mental y social. Asimismo, favorecen la aparición de prácticas y conductas discriminatorias, que obstaculizan o impiden el goce y ejercicio de sus derechos.

Mejorar la calidad de vida en la vejez, exige trabajar en forma integral con el bienestar físico, mental y social, entendiendo que estos dos últimos aspectos se encuentran ligados al tipo de relación que las personas mayores establecen con el resto de las generaciones.

En este contexto, la mediación surge como una herramienta de transformación cultural. Un espacio de facilitación para la comunicación, los encuentros y las relaciones intergeneracionales, tan necesarias para la construcción de una sociedad integrada.

Discriminación por edad

El envejecimiento es un proceso dinámico asociado con la disminución progresiva de la capacidad funcional- orgánica, comienza con el nacimiento y finaliza con la muerte. La vejez es una etapa del ciclo vital, está relacionada con la edad y en su definición hay que diferenciar tres aspectos: la vejez cronológica, concebida como años de vida, generalmente relacionada con la edad jubilatoria; la edad fisiológica determinada por los cambios físicos, mentales y emocionales que devienen con el paso del tiempo; la edad social relacionada con los roles en el contexto de una sociedad (Huenchuan 2017).

Si bien la vejez cronológica es una cuestión sociocultural, en el sentido que cada sociedad establece el límite a partir del cual una persona se considera mayor, guarda vinculación con la edad fisiológica. Esta, a su vez, no puede interpretarse simplemente como la edad expresada en años, ya que cada persona envejece en forma individual y particular (Roque y Amaro, 2019). Así como hay viejos débiles o dependientes, también hay viejos robustos y activos.

Por otra parte, la edad social alude a las conductas y roles que se consideran adecuadas para una determinada edad cronológica, dicho de modo coloquial, aquello que la sociedad espera de una persona en los diferentes momentos de su vida, que los niños “hagan cosas de niños” y que los viejos “hagan cosas de viejos” (Mariluz, 2014).

Desde este punto de vista, el concepto de vejez, al margen de la relación directa con la edad cronológica o fisiológica de cada persona, esta intrínsecamente determinada por la construcción social de su tiempo y contexto.

En la sociedad occidental industrializada actual, la juventud se asocia con la belleza, la sexualidad y la independencia; también con la acumulación de bienes y la primacía del proyecto individual, conectados con el éxito y el poder. Entonces, cuando la persona se aparta de la juventud y de la productividad derivada del empleo ¿cuáles son los atributos que la definen?

La respuesta se relaciona directamente con los estereotipos y prejuicios, que a partir de la apariencia física y de la pérdida funcional, se gestan en el modelo cultural. La vejez se asocia con enfermedad, dependencia e improductividad, creencias que contribuyen a la cosificación e infantilización de la persona mayor y que justifican la pérdida de su libertad y de su autonomía.

Dicho en otras palabras, los estereotipos (creencias) y los prejuicios (sentimientos o actitudes negativas) favorecen la aparición de prácticas o conductas discriminatorias que obstaculizan o impiden el ejercicio de los derechos a las personas mayores.

Como se aprecia, aunque la edad tenga un componente biológico y otro cronológico, ambos insoslayables, desde el punto de vista de los derechos humanos lo más importante es la construcción social de la edad. En este sentido se puede afirmar que no es la vejez la que produce la pérdida de derechos, sino que es la concepción social de la vejez y la manera de actuar de un grupo social sobre otro grupo en condiciones de vulnerabilidad (Roque y Amaro, 2019).

Dicho esto, corresponde abordar el contexto de los conflictos que involucran a personas mayores y su relación con la discriminación por edad.

La experiencia en mediación con personas mayores muestra que el principal contexto de conflictos es el doméstico y que la principal circunstancia que tiende a acentuar la conflictividad es el estado de dependencia y/o la necesidad de cuidado de la persona mayor. Asimismo, que las cuestiones sobre el cuidado no suelen generar incidencias entre el mayor y el cuidador, sino entre los miembros del núcleo familiar. Es frecuente encontrar en la mesa de mediación a dos hermanos en disputa, a partir de la dependencia de su padre, o a una pareja en conflicto por la llegada a la casa, del progenitor de uno de ellos (Barrera Algarín et al, 2007).

En estos supuestos, se estima que la mediación se realice sin la presencia directa del mayor, porque se piensa que no es parte del conflicto, porque se cree que su edad o su estado le impiden participar del proceso, lo que puede ser cierto en algunos casos pero, con seguridad, no en todos.

Justamente los estereotipos y prejuicios sobre la vejez, actúan como disparadores para que las familias construyan relaciones de dependencia con las personas mayores, independientemente de la condición física o mental de estas. La creencia de que con la edad las personas van perdiendo la capacidad de decidir trae como consecuencia que los hijos adultos se sientan en el deber de reemplazarlos en la toma de decisiones. Esta y otras ideas, sobre lo que es un trato correcto hacia las personas mayores, suele ser fuente de numerosos conflictos de tipo económico o sobre la administración de los bienes.

Otro motivo de tensión es el problema de espacio en la vivienda. Suele ocurrir que hijos adultos, incluso con su propio grupo familiar, se instalen en la casa de los padres privándolos de mínimas comodidades bajo la creencia de que en la vejez las personas tienen menos necesidad de espacio o menos interés en el confort, lo cual es un prejuicio sobre la forma de vida de las personas mayores. En igual sentido, el acogimiento de nietos con el argumento de que las personas mayores están aburridas, no tienen vida propia o que su función natural es el abuelazgo.

Si la persona mayor se encuentra inserta en un espacio geriátrico (residencia de largo plazo

o centro de día) es lógico que la interacción provoque conflictos entre residentes o con los profesionales o directivos de la institución. En estos casos, que son los más frecuentes, los incidentes suelen relacionarse con la cosificación o infantilización de la persona mayor.

En los últimos tiempos, producto de los nuevos modelos de envejecimiento y vejez, se advierte una especie de transformación ideológica en las personas mayores en relación a los mitos de dependencia que se trasunta en niveles más altos de autonomía y participación (Iacub, 2010).

Hoy se ve con mayor frecuencia personas mayores iniciando estudios universitarios, emprendiendo actividades productivas, integrando asociaciones recreativas, entre otras posibilidades. La búsqueda constante de un equilibrio en términos materiales y anímicos que se traduzca en una mejor calidad de vida para la vejez, etapa que es la más larga del ciclo vital, ya que puede abarcar 30 años o aún más de acuerdo con los actuales parámetros de longevidad.

Un punto de inflexión en esta incipiente transformación es el concepto de envejecimiento activo incorporado por la Organización Mundial de la Salud que se refiere al *proceso continuo de optimización de oportunidades de bienestar físico, mental y social, de participar en actividades sociales, económicas, culturales, espirituales y cívicas, y de contar con protección, seguridad y atención, con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable y la calidad de vida de todos los individuos en la vejez, y permitirles así seguir contribuyendo activamente a sus familias, amigos, comunidades y naciones* (OMS, 2005).

Como se ve, la calidad de vida en la vejez exige la concurrencia de una serie de factores, entre ellos la participación cultural, social, económica, espiritual y cívica. La participación ciudadana es una herramienta de lucha contra la exclusión que alimenta la desigualdad, que padecen los grupos discriminados, de allí su relevancia para el colectivo de personas mayores. Sin duda que la apertura a la participación, no está exenta de obstáculos, siendo el edadismo o prejuicio social hacia la vejez, el principal reto a vencer.

Un buen ejemplo se encuentra en los contextos de digitalización y redes sociales, que por un lado brindan oportunidades de integración y por otro someten a prácticas discriminatorias que colocan a las personas mayores en una situación de minoridad social e inferioridad jurídica.

Mediación intergeneracional

Para las Ciencias del Derecho, todos los problemas están teóricamente solucionados en el ordenamiento jurídico en virtud del principio de clausura, que sostiene que todo lo que no está prohibido está permitido. Además, el orden jurídico aparece como un método de resolución de conflictos donde la amenaza de una sanción constituye el eje alrededor del cual gira el sistema.

En sentido opuesto, la mediación parte de la idea de que el conflicto es inherente a la

interacción social, piensa al conflicto como la conducta recíproca de dos o más individuos cada uno de los cuales piensa, decide y orienta su conducta teniendo en cuenta la de los demás. A lo que se agrega, que tales acciones se realizan no sobre la base de la conducta del otro tal como éste la entiende, sino sobre la percepción que de ella se tiene. Por lo tanto, el conflicto no es una incompatibilidad de metas sino de percepciones (Entelman, 2002).

Partiendo de esta idea, el procedimiento de mediación se apoya en una lógica que requiere *“la capacidad de los participantes de poner a prueba sus propias percepciones acerca del conflicto, a la luz de la percepción del otro, con el objetivo de encontrar un nuevo enfoque que construya el contexto de colaboración”* (Arechaga, 2003). Esto supone que las personas deben moverse de su verdad única para comprender la verdad del otro, lo que exige una cierta plasticidad psíquica - entendida como capacidad para moldear el pensamiento, las emociones y las conductas - aunque no implica necesariamente estar de acuerdo.

Para que este movimiento sea posible es condición que las partes puedan expresarse, conversar, escucharse y comprender las distintas perspectivas, para ello el dispositivo de la mediación les otorga la palabra y los convierte en protagonistas de la gestión del conflicto. En la mediación hay por lo tanto un sujeto hablante, que tiene una verdad para decir que merece ser escuchada lo que implica que trae a la mesa su subjetividad y la posibilidad de subjetivar el conflicto y de reconocer al otro (Arrechaga, 2003). Asimismo, a través de la palabra puede asignarle una significación a sus actos y responsabilizarse por ellos y sus consecuencias.

A lo largo de todo el proceso, pero particularmente en el momento de explorar y evaluar nuevas soluciones al conflicto, la mediación apela a la cooperación y al compromiso de las partes, como únicos medios idóneos para arribar a un acuerdo mutuamente satisfactorio. Pero con o sin acuerdo final, la mediación siempre brinda un espacio de diálogo y la oportunidad de restablecer relaciones en donde las personas se sientan reconocidas y valoradas. Su carácter reparador tiene un valor añadido, ya que permite continuar manteniendo la red de apoyo social, lo que redundará en la calidad de vida y en el bienestar subjetivo de las personas.

De esta somera explicación, surge con toda claridad que la mediación no es solo una técnica de resolución de conflictos, un enfoque individualista limitado a la solución de casos concretos, como lo es la Justicia, sino que tiene una trascendencia social. Es un instituto que aporta a la transformación cultural promoviendo en los ciudadanos una actitud proactiva en la solución de sus diferencias.

En plena adhesión a la perspectiva que entiende a la mediación como un instrumento de transformación cultural, cito a las maestras Patricia Arechaga, Florencia Brandoni y Andrea Filkenstein, cuando dicen:

“Entendemos que la mediación y todo el movimiento de métodos resolución alternativa de disputas no se presentan con neutralidad ideológica, ni carentes de

preferencias axiológicas. Por el contrario, poseen una fuerte carga valorativa, porque exaltan los principios de la solidaridad y el respeto mutuo, estimulan el consenso y la tolerancia a las diferencias, promueven el diálogo y la cooperación. Están planteados en la dirección de una concepción democrática en tanto favorecen la participación y la pluralidad. Tienden a la promoción de la paz y se proponen como vías opuestas a la violencia en todas sus manifestaciones” (Arechaga et al., 2024, p.17).

La mediación intergeneracional es un ámbito poco desarrollado y marginal en Argentina. Hay escasez de estudios, publicaciones y servicios sobre el tema. La principal razón de esta orfandad se encuentra en la práctica. Generalmente los conflictos que involucra a personas mayores se intervienen desde la mediación familiar y, dado el caso, es objeto de la mediación comunitaria.

Frente a esta práctica habitual, que aparentemente satisface los requerimientos que surgen en torno a la conflictividad vinculada a las personas mayores, ¿Es necesaria la implementación de una mediación intergeneracional? ¿Qué hace que sea un proceso diferente? ¿Cuál es el valor real que tiene para las personas mayores?

Conceptualizar a la mediación intergeneracional como aquella que actúa en cualquier conflicto que involucra a personas mayores, es correcto pero insuficiente. Es un medio camino que puede generar confusión en quienes no comprenden, o no aceptan, la situación social y jurídica del colectivo. La esencia del enfoque se encuentra en la pertenencia del sujeto a un grupo estereotipado negativamente, por lo que resulta pertinente definir a la mediación intergeneracional como la respuesta ante los conflictos derivados del edadismo (Sánchez Álvarez & Cortiñas, 2024).

Para las personas mayores dependientes y las personas mayores que viven situaciones conflictivas en el seno de la familia, la mediación intergeneracional ofrece un espacio de participación para que expresen sus formas de sentir y de pensar, impulsen el control y la autodeterminación de sus vidas y tomen decisiones acordes a sus intereses y necesidades. Luego, para las personas mayores involucradas en otro tipo de conflictos (vecindad, laborales, derecho del consumo y en general el ejercicio del derecho de participación), el proceso ofrece la oportunidad de conocer más sobre la idiosincrasia de los otros y la posibilidad de un mayor autoconocimiento. En este sentido se puede decir que es un espacio de aprendizaje en donde se exponen los distintos puntos de vista, se amplía la mirada y se asumen responsabilidades entendiendo que cada persona es parte del conflicto y también de la solución.

En cualquier caso, constituye un aporte importante en la prevención del maltrato contra las personas mayores. Los conflictos mal gestionados suelen desembocar en hechos de violencia por lo cual la especialidad tiene un carácter preventivo tendiente a evitar que los conflictos en ciernes escalen a violencia contra las personas mayores.

Evidentemente el logro de estos propósitos exige mediadores debidamente cualificados y sensibilizados en cuestiones relacionadas con el envejecimiento y vejez, relaciones intergeneracionales, discriminación por edad, necesidades específicas de las personas mayores, su heterogeneidad, formas de vida, y sobre cuidados y sistemas de apoyo. Merece la pena citar a Belen Espiniella

“Los deseos y necesidades de las personas mayores son el centro de toda la mediación. Uno de los peligros que se corren si no hay un conocimiento específico y una sensibilización hacia la realidad de las personas mayores es su cosificación y su infantilización, con actitudes paternalistas que asumen que quien cuida conoce mejor las necesidades de quien es cuidado” (Espiniella, 2021)

Conclusiones

El objeto de este ensayo es resaltar la importancia de la mediación intergeneracional como espacio, seguro y de confianza, para la comunicación, el entendimiento y el logro de acuerdos de mutua satisfacción, que contemplen los intereses y necesidades de la persona mayor.

Asimismo, que al requerir de los participantes el reconocimiento del otro, la mediación se presenta como un escenario apropiado para la deconstrucción de las representaciones sociales sobre la vejez, para derribar los mitos y prejuicios que obstaculizan la inclusión de todas las personas, sin distinción, en la sociedad. Posibilidad, esta, que guarda coherencia con la función social de la mediación y su condición de instrumento para la cultura de la paz. Para que la mediación sea intergeneracional para personas mayores los mediadores deben contar con herramientas para diagnosticar prácticas o comportamientos edadistas en la toma de decisiones o que las personas se autoinfligen edadismo, esto significa que deben estar especializados en problemas específicos de envejecimiento y vejez.

En definitiva, la mediación Intergeneracional apunta a mejorar la calidad de vida y la calidad de las relaciones de las personas mayores, a fortalecer su empoderamiento y a promover la solidaridad intergeneracional.

Por tanto, se puede decir que la mediación con personas mayores incluye los cuatro pilares del modelo de envejecimiento activo, promovido por la OMS con el fin de mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen: participación, aprendizaje, seguridad y salud.

Referencias bibliográficas

ARECHAGA P. (2003). La especificidad del acto de mediar. La Trama Revista Multidisciplinaria de Mediación y Resolución de Conflictos, vol. 4 <https://www.revistalatrama.com.ar/>

- ARECHAGA P., BRANDONI F. y FILKENSTEIN A. (2024). Acerca de Clínica de Mediación. Editorial La Trama.
- BARRERA ALGARIN E., MALAGON BERNAL J. y SARASOLA SANCHEZ-SERRANO J, (2007). Mediación Intergeneracional y Personas Mayores. Portularia, vol. VII (1-2) pp. 75-83 <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=161017323004>
- ENTELMAN R. (2002). Teoría del conflicto. Editorial Gedisa.
- ESPINIELLA SANCHEZ B. (2021). La mediación intergeneracional con personas mayores. [Estudio, Unión de Asociaciones Familiares Madrid]. Base de datos de UNAF ONG <https://unaf.org/>
- HUENCHUAN S. (Ed) (2017). Envejecimiento, Personas Mayores y Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible: perspectiva regional y de derechos humanos. Libros de la CEPAL N° 154. Editorial Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) <https://www.cepal.org/es/publicaciones/44369-envejecimiento-personas-mayores-agenda-2030-desarrollo-sostenible-perspectiva>
- IACUB R. y ARIAS C. (2010). El empoderamiento en la vejez. Journal of Behavior, Health & Social Issues, vol. 2 (2), pp. 25-32 <https://www.redalyc.org/pdf>
- MARILUZ G. (2014). Los modos de existencia y el curso de la vida. Bases teóricas y metodológicas para la elaboración de una tipología sobre los modos de existencia. Aportes desde la Sociología del Envejecimiento. [Estudio, ONG Gerontovida]. Base de datos de Gerontovida ONG http://www.gerontovida.org.ar/archivos/LOS_MODOS_DE_EXISTENCIA_Y_EL_CURSO_DE_LA_VIDA-30.pdf
- PLAN DE ACCIÓN MUNDIAL PARA EL ENVEJECIMIENTO (2005) <https://apps.who.int>
- ROQUE M. y AMARO J. (2019). Discriminación por edad. Revista Institucional de la Defensa Pública de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, vol. 9 p.p. 107-120 <https://revistampd.mpdefensa.gob.ar/sites/default/files/Discriminacion%20por%20edad%20.pdf>
- SANCHEZ ALVAREZ C. y CORTIÑAS G. (2024). La Mediación Familiar intergeneracional en la Tercera Edad. Edadismo y envejecimiento activo en Aragón. Cuadernos de Trabajo Social, vol. 37 (2) p.p. 275-285. <https://dx.doi.org/10.5209/cuts.92352>