



Cohousing Senior: un modelo de convivencia para conocer y aprender desde el Trabajo Social

Senior Cohousing: a model of coexistence to know and learn from Social Work

María Rosario Castilla Mora

Universidad de Málaga (España)

mcmora@uma.es - <https://orcid.org/0000-0002-4727-8814>

Librada Martín González

Universidad de Málaga (España)

libradagonzalezharo@gmail.com - <https://orcid.org/0009-0007-9661-6350>

María de las Olas Palma García

Universidad de Málaga (España)

mpalma@uma.es - <https://orcid.org/0000-0003-1271-5604>

Recibido: 15/02/2024

Aceptado: 19/09/2024

Resumen: Introducción: el presente estudio nace de la necesidad de profundizar sobre la propuesta de convivencia para personas mayores ofrecida desde el modelo *Cohousing Senior* y el papel que en su desarrollo ha de ocupar el Trabajo Social. Este modelo permite a las personas mayores gestionar su propia vejez y compartir necesidades de manera comunitaria, ofreciendo una alternativa real para mantener su vida autónoma a la vez que la calidad de vida y el contacto social. Método: se presenta un estudio de enfoque mixto a partir de un cuestionario con el que se explora la percepción y grado de conocimiento de la población general sobre el *Cohousing Senior*, junto con el desarrollo de entrevistas en profundidad a personas residentes de estos centros, en el que participan un total de 261 sujetos. Resultados: se ha encontrado un elevado desconocimiento general entre la población participante sobre el *Cohousing Senior* (61%) aun cuando se constata la necesidad por parte de la mayoría de un cambio en los modelos residenciales actuales. Se identifican los aspectos positivos y negativos que surgen en su creación y desarrollo, así como la necesidad de mayor compromiso por parte de las administraciones públicas. Conclusiones: el *Cohousing Senior* ofrece un modelo de convivencia que permite un envejecimiento de calidad emocional y social. Se considera que esta experiencia debe estar al alcance de todas las personas con el debido acompañamiento profesional y el compromiso de las administraciones públicas.

Palabras clave: Cohousing, viviendas colaborativas, personas mayores, envejecimiento activo, Trabajo Social.

Abstract: Introduction: this study arises from the need to deepen the proposal for the elderly living together offered by the Senior Cohousing model and the role that Social Work must play in its development. This model allows the elderly to manage their own aging and share their needs in a communitarian way, offering a real alternative to maintain their autonomous life while maintaining their quality of life and social contact. Method: a mixed-approach study has been introduced based on a questionnaire to explore the perception and degree of knowledge of the general population about Senior Cohousing, together with the development of in-depth interviews with residents of these centers, in which a total of 261 subjects participated. Results: it has been found that there is a high general lack of knowledge among the participating population about Senior Cohousing (61%), even though the need for a change in the current residential models is noted on the part of most of them. The positive and negative aspects that arise in its creation and development are identified, as well as the need for greater commitment on the part of public administrations. Conclusions: Senior Cohousing offers a model of coexistence that allows an emotional and social quality aging. It has been concluded that this experience should be available to all people with the appropriate professional accompaniment and the commitment of public administrations.

Keywords: Cohousing, collaborative housing, elderly people, active aging, social work.

1. INTRODUCCIÓN

Las necesidades y consecuencias derivadas del progresivo envejecimiento de la población en la sociedad actual es un desafío permanente tanto para las políticas sociales como para todos los actores implicados en su desarrollo. Entre ellas, ocupa un lugar central todo lo relacionado con los cuidados hacia las personas mayores, representando un foco de interés compartido con la ciudadanía en general, así como un mandato ético de las sociedades avanzadas (Lillo y Ramos, 2023).

Tradicionalmente, el ámbito de los cuidados ha estado asumido por las mujeres en el seno de las familias. Sin embargo, cambios ya consolidados como su incorporación al mercado laboral o la aparición de nuevos modelos familiares, hacen necesario buscar otras alternativas para el cuidado y bienestar de las personas mayores. A todo ello, tenemos que unir las dificultades de acceso y limitaciones de recursos ofrecidos por las administraciones públicas a este grupo de población, lo que complejiza aún más las respuestas y alternativas con las que atender de manera adecuada todas sus necesidades.

Recientemente, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) ha declarado la década actual, 2020- 2030, Década del Envejecimiento Saludable, en la que se aunarán los esfuerzos de los gobiernos, la sociedad civil, los organismos internacionales, los profesionales, las instituciones académicas, los medios de comunicación y el sector privado en aras de mejorar la vida de estas personas, así como las de sus familias y comunidades (p.1).

Para ello se requieren cambios en la forma de pensar, sentir y actuar con respecto a la edad y el envejecimiento; asegurando que las comunidades fomenten las capacidades de las personas mayores desde un enfoque de atención integrada y centrada en las personas; y se proporcione acceso a la atención que se necesite con carácter a largo plazo (OMS, 2020).

El enfoque *Cohousing Senior* incorpora importantes cambios en cuanto al modelo preferente desde el que se abordan las necesidades de los mayores. Es necesario modificar un modelo, generalmente de carácter residencial, condicionado por el servicio y por aspectos organizativos más que por la autonomía y capacidades de las personas a las que se dirige. En este proceso de cambios hay que sumar la sensibilización general de la población debido a lo ocurrido en las residencias españolas ante la pandemia por Covid-19 (Fernández y Sánchez, 2020), con elevados casos de mortalidad entre los/las residentes e importantes problemas en la salud mental, tanto de los/las residentes como de sus familiares por la prohibición de visitas y la limitación del contacto entre ellos. La gestión de la pandemia en el ámbito residencial de personas mayores ha puesto de manifiesto, entre otras circunstancias, la falta de preparación para una crisis sanitaria como la ocurrida, constatándose la insuficiencia de medios técnicos y humanos, así como las limitaciones arquitectónicas de los centros para facilitar el aislamiento de las personas contagiadas.

En base a todo ello, cada vez más se va consolidando la necesidad de ofrecer otras formas de cuidados y convivencia para las personas mayores. Entre ellas destacan los *Cohousing Senior*, término acuñado por McCamant y Durrett (1988) que hace referencia a viviendas colaborativas, de tamaño reducido, que comparten algunas instalaciones y servicios, y son autopromovidas y autogestionadas por las propias personas residentes (Del Monte, 2017).

1.1. Cambios en la realidad de las personas mayores.

De acuerdo con Lorente, Brotons y Sitges (2020), aún prevalece una imagen social negativa y centrada en el declive de las personas mayores: declive físico (aumento de la incidencia de enfermedades, declive de las capacidades funcionales, etc.); motivacional (falta de interés); social (desvinculación social y soledad) y de personalidad (rigidez e inflexibilidad, poca creatividad, etc.). Esta visión de la vejez es lo que se conoce con el término de “edadismo”, que hace referencia a “los estereotipos, los prejuicios y la discriminación dirigidos contra otras personas o autoinfligido por razones de edad” (Organización Panamericana de la Salud, 2021, p. 22). Sin embargo, lejos de encontrarnos ante una imagen única, en esta etapa del ciclo vital cada persona evoluciona de una manera diferente configurándose una realidad heterogénea en la que, además, debido a los avances de la medicina, a los hábitos de vida, etc., no solo se alcanza una mayor esperanza de vida, sino que ésta también se vive con mayor calidad (Centro Superior Investigaciones Científicas, 2023, en adelante CSIC).

Como también señalan Negrín, Rodríguez y Santos (2023),

el envejecimiento no solo es una cuestión cronológica, también es crecer, es estar en relación con otros, es un proyecto vital tanto individual como poblacional, es una sociedad que envejece, en la cual no todos envejecen de igual modo; hay diversos modos -muy desiguales, por cierto- de envejecer y de estar en el mundo (p. 6).

En paralelo, las actuales tendencias demográficas siguen produciendo cambios en la realidad de los mayores. Por un lado, se mantienen los bajos índices de natalidad de la población, con un número de hijos e hijas por mujeres en España de 1,16 en el año 2022 (Instituto Nacional de Estadística, 2023, en adelante INE), dato menor que al año anterior (1,19). Por otro lado, el incremento de la situación de viudedad a la que llegan preferentemente las mujeres mayores, aparece asociada al aumento de hogares unipersonales (Martínez et al., 2022), lo que junto a la progresiva disminución de hogares formados por familias más extensas (Pastor y Sánchez, 2020) representa uno de los mayores desafíos para este colectivo. Según datos del Informe envejecimiento en red nº 30 (CSIC, 2023), en España asistimos a un incremento de hogares unipersonales en las últimas décadas, siendo en 2022 mayor entre las mujeres (31,9%) que entre los hombres (16,1%).

Estos cambios conviven con el surgimiento de nuevas necesidades presentes entre las personas mayores. Entre ellas, la soledad no deseada, entendida como la “condición de malestar emocional que surge cuando una persona se siente incomprendida o rechaza por otros o carece de compañía para las actividades deseadas, tanto físicas como intelectuales o para lograr intimidad emocional” (Bermejo, 2016, p.2). Recientes estudios destacan su relación con la salud física y psicológica de las personas mayores, convirtiéndose en un grave problema sociosanitario con innumerables consecuencias negativas y un elevado coste económico (Yanguas et al., 2018).

1.2. Nuevas formas de habitar en la vejez

Los cambios en la realidad de los mayores descritos con anterioridad, requieren a su vez cambios en la forma de atender sus necesidades. De acuerdo con Gummá y Castilla (2017) la mayoría de las personas mayores ya no quieren envejecer bajo un modelo asistencial, se espera hacerlo con las máximas condiciones posibles de autonomía y calidad de vida. En consecuencia, cada vez más asistimos a un debate público respecto a cómo y dónde queremos envejecer, demandándose tanto por colectivos sociales como por profesionales relacionados, nuevas estrategias y respuestas públicas que pongan en el centro las capacidades y autonomía de decisión de las personas mayores (OMS, 2022).

Entre estas nuevas estrategias surge el modelo de *Cohousing Senior*, entendido como espacio convivencial caracterizado por la coexistencia de zonas privadas junto a otras compartidas, en las que se ofrecen actividades y servicios para cubrir las necesi-

dades comunes. Este modelo refuerza el sentido de comunidad y la participación de las personas residentes en todo el proceso de diseño y desarrollo de su entorno convivencial.

Las primeras viviendas colaborativas o *Cohousing Senior* surgen a principios del presente siglo, con la idea de comunalizar entre las propias personas residentes, servicios de cuidados a la vejez. Se buscaba una alternativa a los "geriátricos", considerados "deshumanizantes, que no respetan la dignidad de la persona y contribuyen a su desarraigo" (Keller y Ezquerro, 2021, p. 8). Más tarde, aparecen nuevas iniciativas como respuestas a proyectos de vida comunitaria con necesidades y valores específicos. Las motivaciones que mueven estos proyectos se relacionan fundamentalmente con: la necesidad de tener compañía, mantener una vida activa, apoyarse mutuamente, liberar a las familias de la carga de los cuidados, encontrar un espacio adaptado libre de barreras arquitectónicas, con viviendas pequeñas y espacios para la interacción social, y colectivizar servicios y sus costes (Keller y Ezquerro, 2021)

Uno de los aspectos por lo que se caracteriza el *Cohousing Senior* es por promover el envejecimiento activo. Estos espacios favorecen el envejecimiento activo ya que contribuyen al bienestar físico de las personas mayores, son lugares donde participan de manera activa en actividades que favorecen su salud, como por ejemplo hacer deporte de manera colectiva. Según Brenton (2013) el *Cohousing* ofrece a las personas mayores una combinación entre espacios comunitarios y espacios privados, lo que facilita el intercambio y aprendizaje permanente al realizar actividades compartidas. Estudios previos confirman que las personas que habitan en centros *Cohousing* evitan la soledad no deseada, perciben mayor bienestar emocional que los residentes en centros clásicos, al elegir el lugar dónde quieren residir, de manera libre e intencional y formar un nuevo hogar cerca de amigos o personas con las que comparten intereses (Gummá y Castilla, 2019). En el mismo sentido, un estudio realizado en Estados Unidos (Kingston et al, 2001) sobre comunidades de personas jubiladas con las mismas características que las viviendas colaborativas, puso de manifiesto su contribución al bienestar físico y mental de las personas residentes, ofreciendo seguridad respecto a los riesgos asociados a vivir en su propia casa particular (soledad, riesgo de caídas, etc.). Como apunta Lebrusan (2020), la preferencia, a medida que se envejece, a permanecer en casa o en un lugar conocido, "término utilizado en la literatura internacional bajo el concepto *ageing in place* (envejecer en el lugar o en la vivienda)" (p. 1) y al que podemos añadir o con personas conocidas y afines es mayoritaria y positiva para la salud y para el bienestar, por lo que los *Cohousing Senior* serían lugares idóneos para ello. Según Keller y Ezquerro (2021)

se presentan como una alternativa surgida del deseo de autodeterminación, como capacidad real de toma de decisiones y control de las personas mayores sobre sus propias vidas y sobre la atención de sus necesidades de cuidados, desde una fórmula colectiva y basada en el apoyo mutuo (p. 7).

En España, los proyectos de *Cohousing* se gestionan fundamentalmente a través de cooperativas desde donde poder acceder a ciertos beneficios, por ejemplo, el derecho de adquisición de terrenos de gestión pública por adjudicación directa. Aun así, la mayoría de los proyectos de *Cohousing Senior* que existen son de iniciativa privada, surgidos desde estructuras sin ánimo de lucro, a diferencia del caso sueco y del danés, donde el apoyo público cobra mayor importancia (Fernández, 2015).

1.3. Trabajo Social y Cohousing

Las personas profesionales del Trabajo Social ocupan un papel relevante en el desarrollo del *Cohousing*, especialmente en sus estrategias de planificación e implementación, a través de la búsqueda de financiación por parte de Administraciones públicas, en la coordinación con otros servicios y en la difusión del proyecto ya que cuantas más personas conozcan y se unan a los proyectos más rápido y eficaz serán estos. Por otro lado, una vez esté en activo el proyecto de *Cohousing*, las trabajadoras y trabajadores sociales disponen de competencias cualificadas para desarrollar funciones de mediación, interviniendo y gestionando los conflictos que pueden surgir en la vida cotidiana entre los residentes, así como de orientación hacia los familiares. Otro aspecto a tener en cuenta es la orientación profesional que se puede ofrecer a los residentes de un *Cohousing* de cara a garantizar los derechos que la sociedad reconoce para cualquier ciudadano o ciudadana, también para las personas mayores, con el fin de atender sus necesidades. Podrían coordinarse con servicios médicos, terapéuticos, así como con otros/as profesionales cualificados/as que pudieran ofrecer orientación y/o formación a los/las residentes sobre todos aquellos as-

TABLA 1. FUNCIONES DEL/A TRABAJADOR/A SOCIAL

Creación del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> – Favorecer el proyecto a través de una búsqueda de financiación a por parte de las Administraciones públicas. – Guiar el proceso desde el inicio hasta el final del mismo (Durret, 2015)
Inicio del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> – Fomentar la Cohesión grupal (Gómez González, 2021) – Proporcionar claves necesarias para la gestión de problemas entre los usuarios a través de dinámicas y estrategias de prevención e intervención en conflictos (Gummà Serra & Castilla Mora, 2017)
Durante el Proyecto	<ul style="list-style-type: none"> – Atención de necesidades sociales – Coordinación con servicios externos – Personal de referencia para familiares

Fuente: Elaboración propia a partir de Gummà Serra y Castilla Mora (2017 y 2019), Durret (2015) y Gómez González (2021).

pectos relacionados con su bienestar integral. En la tabla 1 se recogen de manera resumida las funciones del/a profesional del Trabajo Social en el modelo *Cohousing*.

Además, desde el Trabajo Social, podría ser interesante abrir el campo de actuación de los *Cohousing* y comprobar su viabilidad para personas con discapacidad, en situación de vulnerabilidad o en familias en riesgo de exclusión social, explorándose también para estos colectivos formas convivenciales alternativas a las que se ofrecen desde el modelo residencial.

De acuerdo con lo anteriormente expuesto, el presente trabajo se ha dirigido a profundizar sobre la propuesta de convivencia para personas mayores ofrecida desde el modelo *Cohousing Senior* y el papel que en su desarrollo puede ocupar el Trabajo Social, identificando los aspectos positivos y negativos que este modelo de convivencia presenta para el bienestar en la vejez, así como la percepción de la ciudadanía respecto a ello.

2. MÉTODO

2.1. Diseño del estudio

Esta investigación se efectuó bajo un enfoque mixto con un diseño descriptivo de corte transversal. Para su aproximación cuantitativa se elabora un cuestionario, ad hoc, con el que se explora la percepción y grado de conocimiento que tiene la población sobre el *Cohousing*, además de las características sociodemográficas de los/las participantes. El cuestionario ha sido realizado a través de la plataforma Google Forms y lanzado mediante las diferentes Redes Sociales existentes (WhatsApp, Twitter, Facebook e Instagram). El abordaje cualitativo se realiza a través de entrevistas en profundidad con personas residentes de *Cohousing Senior* en España, en las que se profundiza sobre la creación, organización y desarrollo de los mismos. Las entrevistas se han llevado a cabo telefónicamente al encontrarse en diferentes localizaciones territoriales. Las entrevistas se han orientado siguiendo un guión diseñado adhoc, formado por 19 preguntas abiertas (Anexo I) con las que se ha explorado el proceso y desarrollo de proyectos de *cohousing* desde la perspectiva de sus residentes.

2.2. Participantes

En la encuesta participan un total de 257 personas, identificadas mediante muestreo no probabilístico siguiendo la técnica de bola de nieve, con el único requisito de mayoría de edad. Tal como se observa en la Tabla 2, el 77,1% han sido mujeres con edades mayoritariamente comprendidas entre los 18 y los 30 años (40,5%).

Las entrevistas en profundidad se realizan a cuatro personas, siguiendo criterio de saturación (ver Tabla 3).

TABLA 2. DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS DE LAS/OS PARTICIPANTES

Sexo	Femenino 77,1%	Masculino 21,7%	NS/NC 1,2%		
Edad	De 18 a 30 años 40,5%	De 31 a 45 años 21,8%	De 46 a 65 años 36,1%	Más de 65 años 1,6%	
Estado Civil	Soltero/a 51,4%	Casado/a 40,4%	Viudo/a 3,1%	Separado/a 0,4%	Pareja de hecho 2,4%
Nivel de estudios	Sin estudios 0,8%	Estudios universitarios 50,4%	Estudios primarios 12,6%	Estudios secundarios 16,3%	Grado superior 11,4%
Lugar de residencia	Domicilio Propio 77,2%	Domicilio de algún familiar 21,3%	Residencia 1,6%		

TABLA 3. DATOS DE LAS PERSONAS ENTREVISTADAS

Entrevista	Sexo	Localización Cohousing
A	Mujer	Puerto de la Luz (Málaga)
B	Hombre	Trabensol (Madrid)
C	Mujer	La Muralleta(Tarragona)
D	Mujer	Trabensol(Madrid)

2.3. Procedimiento

El cuestionario fue lanzado a las redes sociales el 30 abril de 2021 y estuvo operativo hasta el 15 mayo. Se informaba de la finalidad del mismo y estaba anonimizado. Sus resultados se han analizado con el programa Excel. Por otro lado, las entrevistas se realizaron telefónicamente. Para ello previamente se contactó con centros de cohousing a través de email. Su realización fue en los meses de abril y mayo de 2021. Todas las personas participantes fueron informadas sobre el objeto de la investigación y sobre las garantías y compromisos de confidencialidad adoptados en el estudio. La duración media de las entrevistas fue de hora y media.

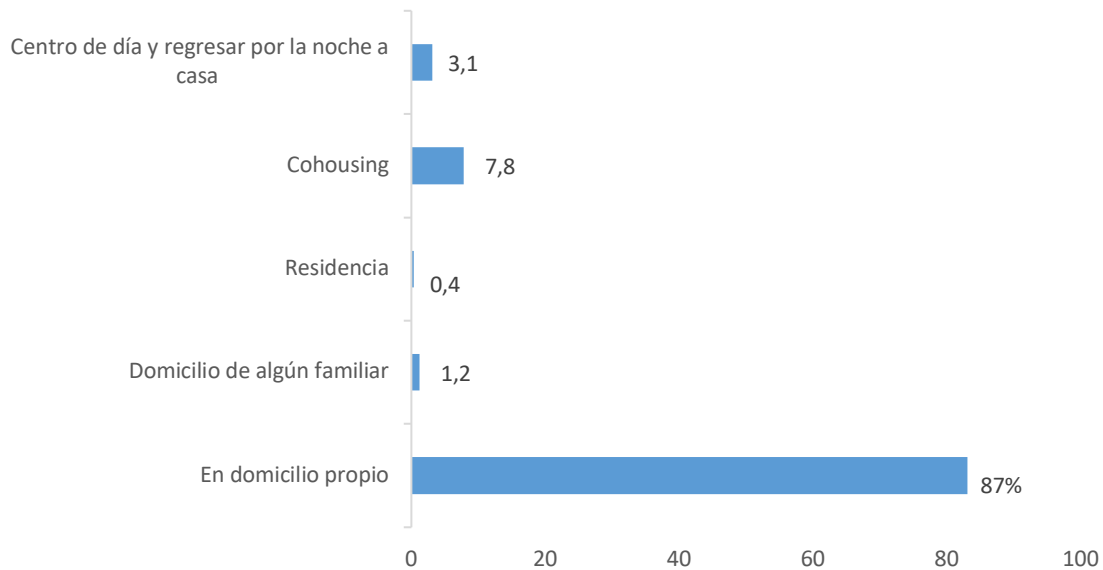
3. RESULTADOS

En general, los resultados muestran un elevado desconocimiento sobre el *Cohousing Senior* entre las personas encuestadas. El 61% de los/las participantes no conocen en qué consiste este modelo de convivencia. Sin embargo, en relación al modelo residencial que conocen en la actualidad -centros residenciales clásicos-, sí que destacan la necesidad de cambios importantes para la mejora del bienestar y calidad de vida de sus residentes y familiares (67%).

Las preferencias sobre la forma de convivencia en la vejez son claras (gráfico nº 1). El 87% de las personas consultadas expresan querer envejecer en el propio domicilio, a lo que le sigue la opción de Cohousing (8%) por encima del modelo residencial (1%).

Por otro lado, el análisis de las entrevistas ha permitido identificar aspectos tanto positivos como negativos del *Cohousing Senior* desde la perspectiva de sus principales conocedores, las personas residentes.

GRÁFICO 1. LUGAR DONDE LES GUSTARÍA VIVIR SU VEJEZ



En general, destacan como inconvenientes pequeños conflictos propios de la convivencia, sin ser considerados graves ni duraderos. Sin embargo, el aspecto negativo más importante señalado por los/las participantes es el esfuerzo económico que se requiere para poder acceder a estos proyectos. El desembolso económico inicial suele girar en torno a 100.000 euros, algo que no está al alcance de la mayoría de las personas mayores:

“Hay gente aquí que ha vendido su casa para pagar esto, es una aportación que se puede hacer de una vez o se puede negociar, pero vale 145.000€. Aun así, esto no es en propiedad, no tienes propiedad horizontal, esto es derecho de uso” (E-B).

De esta forma, quienes utilizan estos centros *Cohousing Senior* se lo plantean como una inversión. Mientras las condiciones de salud se lo permiten, son los/las propios/as residentes quienes realizan muchas de las tareas relacionadas con el mantenimiento, la limpieza, etc., rebajando la cuota mensual que aportan de gastos comunes respecto a lo que se suele pagar por cualquier otra plaza en centro residencial. Esto les permite incluso ahorrar dinero. Además, al fallecer la persona residente, el dinero invertido se devuelve a sus familiares.

En este sentido, para las personas dependientes o con enfermedades crónicas invalidantes resulta más complicado el acceso a un *Cohousing Senior*, ya que al necesitar de más cuidados no es viable económicamente para los socios de la cooperativa. Todos/as los/as participantes coinciden en la necesidad de un mayor compromiso de las administraciones públicas para que este modelo pueda avanzar como recurso accesible para todas las personas. Esto, a la larga, podría ser incluso rentable, ya que *“en los Cohousing quienes somos personas válidas y autónomas, nos autogestionamos y no necesitamos tanto personal laboral como en una residencia pública” (E-C).*

Los beneficios sociales señalados por los/as participantes son múltiples: el apoyo percibido entre iguales, la colaboración en tareas domésticas, el desarrollo de habilidades sociales para la convivencia, etc. En comparación con las residencias actuales de personas mayores, los/as entrevistados/as destacan una diferencia clara en cuanto a la voluntariedad. En los *Cohousing Senior* los ingresos son sin ninguna duda voluntarios, decididos con autonomía por las personas residentes. Son ellas mismas quienes toman la iniciativa de vivir allí y normalmente lo hacen a una edad menos avanzada que en otros centros residenciales. De hecho, una de las participantes se inicia en el *Cohousing* con 53 años.

El tiempo de realización para finalizar un proyecto de *Cohousing Senior* es otro de los puntos negativos a resaltar al ser un proceso excesivamente largo y complicado. Las personas entrevistadas resaltan las numerosas trabas administrativas que han de superar. “Nos costó 12 años hacer la casa” (E- D). En este proceso, otro de los mayores inconvenientes es la búsqueda de suelo urbanizable económico en grandes ciudades, lo que abre una vía al impulso de estos proyectos en zonas rurales e incluso con riesgo de despoblación.

Referente a los aspectos positivos del *Cohousing Senior* uno de los más importantes señalados por los participantes es que ayuda a combatir la soledad no deseada en las personas mayores. Fomenta el envejecimiento activo en sus residentes, quienes realizan múltiples actividades que les mantiene activos y ocupados. Así lo refleja la siguiente participante: “Hay veces que decimos de broma que nos tenemos que jubilar de la jubilación porque tienes el día muy ocupado, es decir, cuando no hay una cosa hay otra.” (E-C).

Por último, en relación a las perspectivas de futuro del *Cohousing* aparece en las entrevistas la figura del Trabajo Social como agente impulsor de este compromiso en las administraciones públicas. No solo puede acompañar y buscar simplificación en los procedimientos de creación de estos centros, sino que ha de ocupar un papel referencial en la orientación y ajuste constante de este modelo a las circunstancias particulares de nuestros contextos y de las personas a las que se dirige. Los cambios que en la vejez se van produciendo, especialmente los relacionados con las situaciones de dependencia a las que llegan las personas mayores, han de poder ser atendidos desde este mismo modelo con garantías de autonomía y calidad. Según señala una de las participantes, “muchos, se han ido al garete por el tema de la dependencia. Yo estoy en contacto con muchos *Cohousing* y no han podido aguantar, a no ser que hayan podido hacer un concierto con la Comunidad Autónoma correspondiente” (E-A).

4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

En la búsqueda de un nuevo modelo de convivencia para personas mayores surge el *Cohousing Senior*, un modelo de convivencia ya desarrollado con éxito en otros países europeos, pero aun poco conocido en España, tal como reflejan los resultados de la presente investigación. Sin embargo, la realidad heterogénea y dinámica del colectivo de mayores, así como la cada vez más consensuada preocupación social sobre la calidad de su atención, apuntan hacia la necesidad de un mayor compromiso de las administraciones públicas con nuevas formas residenciales, como la ofrecida por el *Cohousing Senior*.

La demanda general sobre cómo y dónde envejecer coincide con un proyecto de vida, en el que cada persona vea atendida sus necesidades específicas sin renunciar a las capacidades y autonomía de las que dispone en cada momento. Para esta demanda, los *cohousing* son una alternativa claramente beneficiosa a la vez que un método para potenciar el envejecimiento activo. Se produce en un entorno marcado por la autogestión y por la participación de sus residentes, orientado a la vida en comunidad, de forma que permite evitar la soledad no deseada y la institucionalización de este grupo etario. De acuerdo con Bamford (2004) el éxito de este modelo está en “el equilibrio entre la privacidad de la casa y el compromiso comunitario, por un lado, y entre la comunidad y la sociedad, por el otro” (p.4).

Tal como reflejan los resultados de este trabajo, la mayoría de las personas queremos envejecer en los propios domicilios, y a la vez no experimentar el sentimiento de soledad no deseada que puede aparecer asociado a esta etapa de vida. Para ello, y aun cuando muchos de los/as participantes no conocen inicialmente los *Cohousing*, en cuanto se presenta, se comprueba su función como modelo de convivencia adecuado para mantener la autonomía personal y a su vez estar y sentirse acompañados.

Este desconocimiento se corresponde con la insuficiente presencia que aún tiene el modelo *Cohousing Senior* en España. Existen todavía pocas cooperativas en funcionamiento y muchas otras se han quedado en el camino por la complejidad y duración del proceso que conlleva su constitución. Sin embargo, en otros países europeos es un modelo implantado que cuenta con varias décadas de aprendizaje (Durret, 2015). No obstante, la realidad concreta de cada contexto y la personalización de cada proyecto implica su ajuste y adaptación bajo los principios de un modelo integral de atención a la persona (Martínez, 2011). En cualquier caso, para que este modelo pueda implantarse en España como un modelo consolidado, como hemos mencionado anteriormente, es necesario un mayor compromiso público que facilite su creación y mantenimiento posterior. Este compromiso debe caracterizarse sobre todo por una inversión económica estable, por la configuración de un marco jurídico claro y seguro y por la implantación de medidas de colaboración entre las administraciones y el sector privado (Bastús, 2024).

En relación a los elementos negativos que puede tener el *Cohousing Senior*, los resultados apuntan hacia diferentes áreas de actuación, todas ellas subsanables con la orientación profesional y el compromiso de las administraciones públicas competentes. En este sentido, las y los trabajadores sociales pueden ocupar un papel de profesional de referencia dentro de la comunidad, a

modo de asesor o gestor de casos. Entre sus funciones, adquiere especial relevancia para el impulso de este modelo, el fortalecimiento de un entorno capacitante que, complementado con la vida comunitaria, promueva el envejecimiento de calidad y la resiliencia de las personas y la propia comunidad (Del Monte Diego, 2017).

En conclusión, el *Cohousing Senior* ofrece un modelo real de convivencia que permite que las personas puedan vivir de manera independiente con los apoyos comunitarios elegidos por ellas mismas el mayor tiempo posible. El equilibrio que ofrece entre la autonomía personal y el compromiso comunitario, lo determina la propia persona de manera voluntaria (Durrett, 2015) lo que deriva en una experiencia de envejecimiento de calidad emocional y social. Que esta experiencia esté al alcance de todas las personas dependerá en gran medida del compromiso pleno de las administraciones públicas y del acompañamiento profesional.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BamFord, G. (2004). Living together on one's own: Cohousing for older people – an example from Denmark and The Netherlands. Conferencia en Queensland Shelter Housing 15-17 de junio de 2004. Disponible en: <http://espace.library.uq.edu.au/view/UQ:13687>.
- Bastús Ruiz, B. (2024). La importancia de las actuaciones municipales en la garantía del derecho a la vivienda. Entre el urbanismo y la colaboración. *Revista de Estudios de la Administración Local y Autonómica*, 21, 160-184. <https://doi.org/10.24965/real.11298ARTICULOS182>
- Bermejo Higuera, J. C. (2016). La soledad en los mayores. *ARS Médica*, 32(2), 126-135. <https://doi.org/10.11565/arsmed.v32i2.264>
- Brenton, M. (2013). Senior cohousing communities - an alternative approach for the UK? JRF. Disponible en: <https://www.jrf.org.uk/housing/senior-cohousing-communities-an-alternative-approach-for-the-uk>.
- Del Monte Diego, Javier (2017). *COHOUSING. Modelo residencial colaborativo y capacitante para un envejecimiento feliz*. Estudios de la Fundación Pilares para la autonomía personal, 4. Asociación Jubilares.
- Durrett, C. (2015). *El manual del senior cohousing: Autonomía personal a través de la comunidad*. Dykinson, S.L. (Traducción española por Asociación Jubilares).
- Durrett, C., & McCamant, K. (2011). *Creating cohousing: Building Sustainable Communities*. New Society Publishers.
- Fernández Ballesteros, R. y Sánchez Izquierdo Alonso, M. (2020). Impacto del COVID-19 en personas mayores en España: algunos resultados y reflexiones. *Clinica y Salud*, 31(3), 165-169. <https://doi.org/10.5093/clysa2020a25>
- Fernández Cubero, A. (2015). *Cuerpo, género y vejez en las Viviendas Colaborativas para personas mayores* (Trabajo Final de Máster). Universidad del País Vasco - Euskal Herriko Unibertsitatea. Disponible en: <https://pdfs.semanticscholar.org/e98d/6007a5a81dec756aabca43c67865985adeeb.pdf>.
- Gómez González, S. (2021). *El senior cohousing: alternativa residencial para el envejecimiento activo. Implicaciones para el Trabajo Social*. TFG. Universidad de Valladolid. Facultad de Educación y Trabajo Social <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/49421>
- Gummà Serra, E. y Castilla Mora, M. R. (2019). El bienestar emocional como predictor de calidad de vida en los senior co-housing. *Cuadernos de trabajo social*, 32(2), 365-380. <https://doi.org/10.5209/cuts.59461>
- Gummà Serra, E. y Castilla Mora, M. R. (2017). Cohousing de personas mayores: Un recurso residencial emergente. *Documentos de Trabajo Social: Revista de Trabajo y Acción Social*, 59, 51-84.
- Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) (2023). Informes Envejecimiento en red nº 30, 40 p. [Fecha de publicación: 31/10/2023]. <https://envejecimientoenred.csic.es/un-perfil-de-las-personas-mayores-en-espana-2023-indicadores-estadisticos-basicos/>. <http://hdl.handle.net/10261/341851>
- Instituto Nacional Estadística (2023). Indicadores demográficos. Recuperado de: https://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736177003&idp=1254735573002
- Instituto Nacional de Estadística. (2023). Esperanza de vida a diferentes edades. Recuperado de: https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INESeccion_C&cid=1259944484459&p=1254735110672&pagename=ProductosYServicios%2FPYSLayout¶m1=PYSDetalleFichaIndicador¶m3=1259937499084#.
- Keller Garganté, C. y Ezquerro Samper, S. (2021) Viviendas colaborativas de personas mayores: democratizar el cuidado en la vejez. *Revesco*, 137, 1-22. <https://dx.doi.org/10.5209/REVE.71867>

- Kingston, P., Bernard, M., Biggs, S., y Nettleton, H. (2001) Assessing the health impact of age-specific housing. *Health and Social Care in the Community*, 9 (4), 228–234. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2524.2001.00298.x>.
- Lebrusán Murillo, I. (2020). Las dificultades para habitar en la vejez. *Documentación Social*, 6. Recuperado de: <https://www.documentacionsocial.es/6/a-fondo/las-dificultades-para-habitar-en-la-vejez/?print=pdf>
- Lillo Beneyto, M. A., & Ramos Feijóo, C. (2023). Procesos de cuidado e impacto del COVID 19 en mujeres cuidadoras.: Estudio de caso en la provincia de Alicante. *AZARBE, Revista Internacional de Trabajo Social y Bienestar*, (12), 15–24. <https://doi.org/10.6018/azarbe.584791>
- Lorente, R., Brotons, P. y Sitges, E. (2020). Estrategias para combatir el edadismo: ¿formación específica sobre envejecimiento o contacto intergeneracional? *Cuaderno de Pedagogía Universitaria*, 17 (33), 6-16. <https://doi.org/10.29197/cpu.v17i33.368>.
- Martínez Rodríguez, T. (2011). La Atención gerontológica centrada en la persona: guía para la intervención profesional en los centros y servicios de atención a personas mayores en situación de fragilidad o dependencia. *Documentos de Bienestar Social*, 76. Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco, Vitoria. <https://datos.bne.es/edicion/a5129509.html>.
- Martínez Rodríguez, T., Díaz-Veiga, P., Rodríguez Rodríguez, P., y Sancho Castiello, M. (2015). Modelo de atención centrada en la persona. Presentación de los cuadernos prácticos. *Informes envejecimiento en red, n° 12*. [fecha de publicación: 30/07/2015]. <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/enred-modeloatenciuadernosmatia.pdf>
- Martínez Martínez, A.L., Clemente Soler, J.A., Sánchez Vera, P., Rodríguez Guillén, D., y Martínez Rubio, M. (2022). Aproximación a los hogares unipersonales en la senectud, 367-381. Santos González, D y Tamboleo García, R. *Campos de sociología bajo presión*. Dykinson.
- McCamant, K. y Durrett, C. (1988). *Cohousing: A Contemporary Approach to Housing Ourselves*. Habitat Press.
- Negrín Conrado, Y., Rodríguez Ramos, S. y Santos Hernández, A. (2023). Factores que influyen en el envejecimiento activo. TFG. Universidad de La Laguna, Grado en Trabajo Social. <http://riull.ull.es/xmlui/handle/915/33144>.
- Organización Mundial de la Salud (2020). Década del Envejecimiento Saludable 2020-2030, publicado 14 diciembre 2020. Disponible en <https://www.who.int/es/publications/m/item/decade-of-healthy-ageing-plan-of-action>.
- Organización Mundial de la Salud (2022). Envejecimiento y salud. Disponible en <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- Organización Panamericana de la Salud (2021). *Informe mundial sobre el edadismo*. Washington, D.C. Licencia: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. <https://doi.org/10.37774/9789275324455>.
Enlace al documento original: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/340208>
- Pastor Seller, E. y Sánchez Raja, I. (2020). Atención a las familias e infancia en riesgo social. *Interacción y perspectiva: Revista de Trabajo Social*, 10 (1), 29-46. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7737101>.
- Yanguas Lezaun, J., Cilveti Sarasola, A., Hernández Chamorro, S., Pinazo-Hernandis, S., Roig i Canals, S. y Segura Talavera, C. (2018). El reto de la soledad en la vejez. *ZERBITZUAN*, 66, 61-75. <https://doi.org/10.5569/1134-7147.66.05>.

ANEXO I

Guión de preguntas para entrevista a residentes de un Cohousing.

1. ¿Con cuántos años se unió al Cohousing?
2. ¿Qué lo llevo a unirse?
3. ¿Porque no querías envejecer en una residencia?
4. ¿Cuántas personas vivís actualmente?
5. ¿Con que personal contáis? En el caso de que contéis con un Trabajador Social, ¿qué actividades realiza?
6. ¿Cuota mensual? ¿Para acceder que desembolso económico realizaste?
7. No todos los mayores pueden permitírselo. ¿Cómo crees que se podría hacer más accesible?
8. ¿Crees que es apto para todos los mayores?
9. Principales beneficios que crees que le aporta el vivir en comunidad.
10. ¿Algún inconveniente?

11. ¿Crees que las personas que estáis allí envejecéis activamente?
12. ¿Hay alguna persona que una vez haya empezado a vivir en comunidad haya renunciado?
13. ¿Contáis con parejas?
14. ¿Cómo actuáis a medida que veis deteriorada vuestra salud o la de los compañeros?
15. ¿Crees que las personas mayores con un grado de dependencia físico o cognitivo encajan en este modelo de residencia?
16. ¿Cómo os ha afectado la Covid-19? ¿Cómo vivisteis el confinamiento?
17. ¿Crees que es necesario un equilibrio entre libertad individual e interés común? ¿Dónde se encuentra este equilibrio?
18. ¿Qué actividades realizáis en conjunto y como se organizan estas actividades?
19. ¿Qué tipo de Cohousing prefieres? ¿Cohousing senior o Multigeneracional?