

**UNA APROXIMACIÓ A L'ENVELLIMENT
HARMÒNIC DES DE LA PSICOGERONTOLOGIA:
REVISIÓ I PROPOSTES**

***AN APPROACH TO HARMONIC AGING
FROM PSYCHOGERONTOLOGY:
REVIEW AND PROPOSALS***

*Salvador Alberola**

*Amparo Oliver***

*Sacramento Pinazo****

doi: 10.7203/anuari.psicologia.15.2.15

Resum

Es realitza una revisió sistemàtica de la bibliografia per aproximar-nos a un nou concepte relacionat amb el procés d'envellir, dins de les tendències de l'envelliment positiu: l'envelliment harmònic (Liang i Luo, 2012). Es cita el concepte d'envelliment exitós de Rowe i Kahn (1997) i les crítiques a aquest model realitzades per Liang i Luo (2012) i de Waid i Leslie (2003), per a introduir els avantatges del concepte d'envelliment harmònic. S'ha analitzat la producció científica dels últims 10 anys sobre envelliment harmònic i altres conceptes relacionats amb el bon envellir: envelliment exitós, saludable, actiu, òptim i productiu. Aquests termes centren la recerca: esperança, espiritualitat, religió, religiositat, suport social/xarxa social, satisfacció amb la vida, satisfacció amb la jubilació, funcionament cognitiu, emprenedoria,

* Correspondència: Salvador Alberola. Adreça electrònica: <salalen@cop.es>.

** Departament de Metodologia de les Ciències del Comportament. Universitat de València. Facultat de Psicologia. Avinguda de Blasco Ibáñez, 21. 46010-València.

*** Departament de Psicologia Social. Facultat de Psicologia. Universitat de València.

NOTA: Parcialment subvencionat pel projecte MINECO convocatòria reptes socials PSI2014-5380R.

qualitat de vida, generativitat, salut percebuda i transcendència. Realitzem una descripció del procés de recerca sistemàtica d'articles relacionats amb l'envelliment harmònic i amb el comentari dels resultats obtinguts. Finalment oferim un llistat d'instruments a triar per incloure en un futur protocol per fer operatiu i posar a prova empírica el model.

Paraules clau: revisió sistemàtica, envelliment harmònic, envelliment exitós, envelliment saludable, envelliment actiu, envelliment òptim i envelliment productiu.

Abstract

A systematic review of the literature has been conducted as approach to a new concept to understand the aging process, within the tendencies of positive aging, called harmonious aging (Liang and Luo, 2012). We cited the concept of successful aging by Rowe and Kahn (1997) and criticism of this model made by Liang and Luo (2012) and Leslie and Waid (2003). We have analyzed the scientific production of the last 10 years on harmonic aging and other concepts related to good aging: successful, healthy, active, productive and optimal aging. These are searched: hope, spirituality, religion, religiosity, social support/social network, satisfaction with life, retirement satisfaction, cognitive functioning, entrepreneurship, quality of life, generativity, perceived health and transcendence.

Key words: We describe the systematic process of searching articles related to aging and harmonious with the comment of the results. Finally, we provide a list of tools you choose to include in a future protocol for operating and test an empirical model.

Introducció

Un dels conceptes més amb més tradició en la literatura científica en gerontologia social és el d'envelliment amb èxit de Rowe i Kahn (1987). Rowe i Kahn (1997) revisen el seu model d'envelliment amb èxit per incloure el manteniment del benestar físic i de la funció cognitiva, i la participació en la vida social i en activitats productives. Determinen els tres pilars fonamentals per al seu model d'envelliment amb èxit, que són tres components interrelacionats: tenir una baixa probabilitat de patir una malaltia i/o tenir una discapacitat, gaudir d'una alta capacitat cognitiva i física, i mantenir un alt compromís amb la vida (figura 1). Cadascun dels elements del model d'envelliment amb èxit és part d'una estratègia global del sistema i, per tant, cada un està relacionat amb els

altres. Aquestes variables són la posada en marxa de característiques que descriuen tant les debilitats com els punts forts de la persona major, i cadascuna ha de tenir en compte tant les característiques individuals com els factors contextuals de la persona.

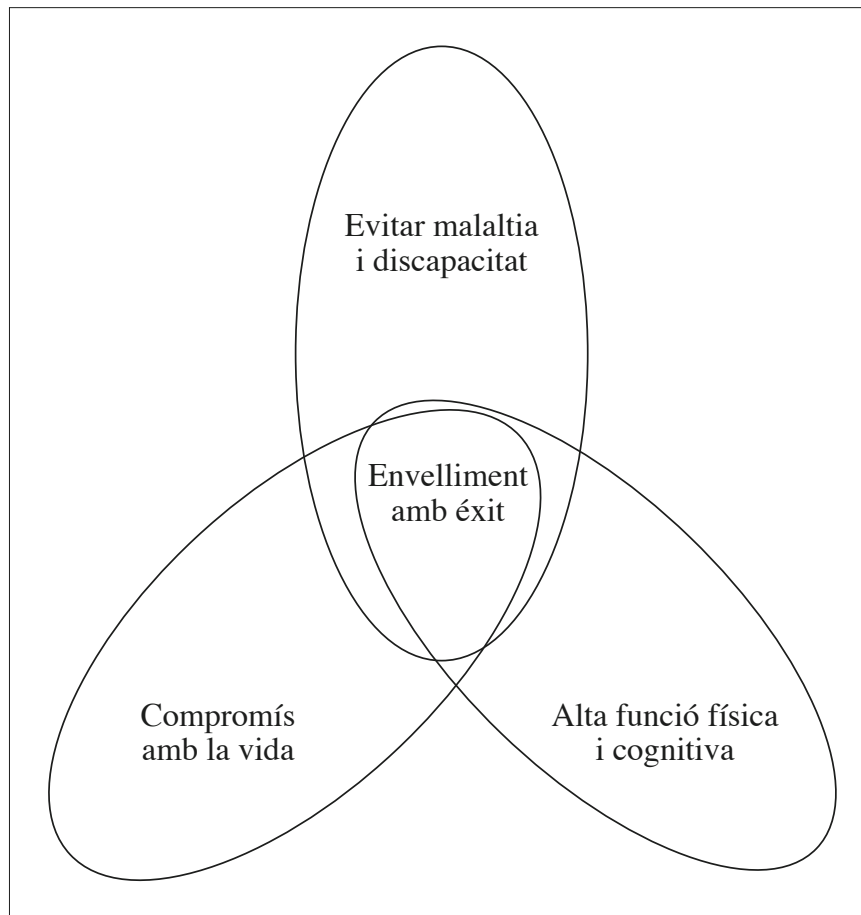


Figura 1. Model d'envelliment amb èxit (Rowe i Kahn, 1997).

L'envelliment amb èxit és doncs un concepte que va més enllà de la mera absència de malaltia. El concepte d'espiritualitat és un dels components que aporta el model d'envelliment harmònic al model de Rowe i Kahn. L'espiritualitat comprèn la interrelació entre les creences i valors de la gent gran i el seu context, i el canvi que el pas del temps suposa en aquesta interacció.

Liang i Luo (2012), critiquen el model de l'envelliment amb èxit per a entendre l'envelliment:

- a) L'envelliment amb èxit va en contra de la Naturalesa. Proposa un perfil de persona major difícil d'aconseguir: tenir bona salut quan s'és major i realitzar activitats per a mantenir-se jove, la qual cosa produeix un desequilibri entre el cos i la ment.

- b) L'envelliment amb èxit omet la qualitat de l'experiència en les activitats, basades en l'ètica d'estar ocupat (*busy ethic*). La recerca es basa en la quantificació de les activitats que realitza la persona. Es té un millor envellir a major nombre d'activitats.
- c) Es considera que una persona té èxit en aquesta etapa de la vida si té un status econòmic elevat i duu a terme conductes com el consum de productes per a mantenir-se jove.
- d) Els valors promulgats per Occident, l'individualisme i la productivitat, són la base l'envelliment amb èxit. Però aquests valors no són tan aplicables a altres cultures, com a la cultura mediterrània o a l'Orient.

La majoria d'estudis empírics sobre l'envelliment amb èxit han sigut realitzats en una mostra de població molt concreta d'Estats Units: homes majors americans d'origen europeu o caucàsic, amb un status econòmic mitjà-alt, heterossexuals i de creences religioses cristianes. A més, no s'han tingut en compte en aquests estudis els grups poblacionals d'altres nivells econòmics o comunitats com els americans d'origen hispà.

Waid i Leslie (2003), per la seua banda, ressalten les grans diferències entre les persones majors americanes d'origen europeu o caucàsic, i les persones majors americanes d'origen hispà quant a la construcció del seu «Jo possible» quan aquestes persones arriben a aconseguir més edat. Les persones majors americanes d'origen europeu o caucàsic se centren més en la independència i la por a la decadència física, mentre que les persones majors americanes d'origen hispà se centren més en les relacions familiars i en la por a perdre als sers estimats.

Liang i Luo (2012) plantegen el concepte d'envelliment harmònic. Es tracta d'un nou model per a entendre l'envelliment dins de la corrent de l'envelliment positiu, i per tant, al tractar-se d'un model nou, cal fer una revisió de la literatura científica sobre aquest model, i conèixer així tot el que s'ha publicat al respecte.

L'envelliment harmònic posseeix un discurs integrador i flexible va més enllà de l'actual «etnocentrisme» en l'estudi de la gerontologia social i suposa un esforç teòric per a canviar el statu quo de la gerontologia com a «rica en dades però pobra en teoria», i contribuir així al desenvolupament de la recerca en la gerontologia social intercultural. El discurs al voltant de l'envelliment harmònic promou l'exploració intel·lectual per al bon envellir i té en compte la diversitat intercultural en el context de l'envelliment global.

L'envelliment harmònic permet abastar una àmplia varietat de teories i perspectives de la gerontologia social, fins i tot teories que puguen ser contradictòries entre elles. A diferència de l'envelliment exitós, que exclou els enfocaments que no reflecteixen el seu valor d'èxit, l'envelliment harmònic dóna el

mateix valor a cada teoria, tant si es centra en el positiu o el negatiu, l'activitat o la inactivitat, el canvi o la continuïtat, la independència o interdependència, a nivells macro o micro.

El concepte d'envelliment harmònic valida la existència de cada teoria i, a més, les col·loca en un marc d'igualtat, utilitzant la dialèctica per relacionar les teories que puguen defensar un enfocament diferent o oposat. D'aquesta manera, es fomenta la llibertat intel·lectual i la tolerància, i el més important, el pensament crític perquè els gerontòlegs socials porten a terme la investigació empírica sobre l'envelliment.

L'envelliment harmònic és una aproximació transcultural l'envelliment positiu i que ofereix un enfocament holístic de la persona. L'envelliment harmònic es basa en els principis teòrics de la filosofia taoista del Yin i el Yang, que compren la salut de la persona com el manteniment de l'equilibri entre el cos i la ment i les relacions satisfactòries amb els altres.

Liang i Luo (2012), citen a Höchsmann (2004) per definir el concepte filosòfic d'harmonia comprès bàsicament com l'equilibri dinàmic impulsat pel Yin i el Yang. Harmonia, fa referència a l'equilibri basat en les diferències en lloc de l'homogeneïtat, i posa l'accent en la importància de mantenir un equilibri dinàmic en totes les esferes de la vida com la relació cos-ment i les relacions socials, integrant totes dues dimensions en continu canvi en el temps i en l'espai. L'harmonia és un concepte central que recull influències de totes les escoles filosòfiques a la Xina. L'envelliment harmònic es defineix com el manteniment d'una actitud equilibrada cap a la vellesa, seguint les lleis naturals del propi cos, mantenint la pau mental, sentint-se en harmonia amb u mateix i amb el seu voltant, adquirint saviesa per manejar els canvis i adaptant-se a ells.

El concepte d'envelliment harmònic busca aconseguir l'equilibri entre les teories de l'activitat i la desvinculació, que consisteix en mantenir una actitud equilibrada cap a la vellesa. Les persones grans poden tenir el desig de mantenir-se actius i de relacionar-se amb els altres per mantenir la seva autoestima, però d'una manera més pautaada i contemplativa de la vida. Per a això, l'envelliment harmònic proposa l'ús del discurs dialèctic (figura 2), que permet conèixer els valors, les creences, i les metes en la vida de la persona gran, per tenir-los en compte abans de valorar el seu «èxit» i el significat que té per a la persona les activitats que realitza o que se li proposen. L'harmonia és un concepte basat en el reconeixement de les diferències en lloc de la uniformitat i posa l'accent en la diversitat de l'experiència d'envelliment, en termes d'ètnia, gènere i la situació socioeconòmica. En l'envelliment harmònic, s'emfatitzen tant les forces estructurals com l'acció individual, i es comprèn que cada persona interpreta de manera única el significat de la vellesa, d'acord al seu estatus social, context cultural, temps i espai.

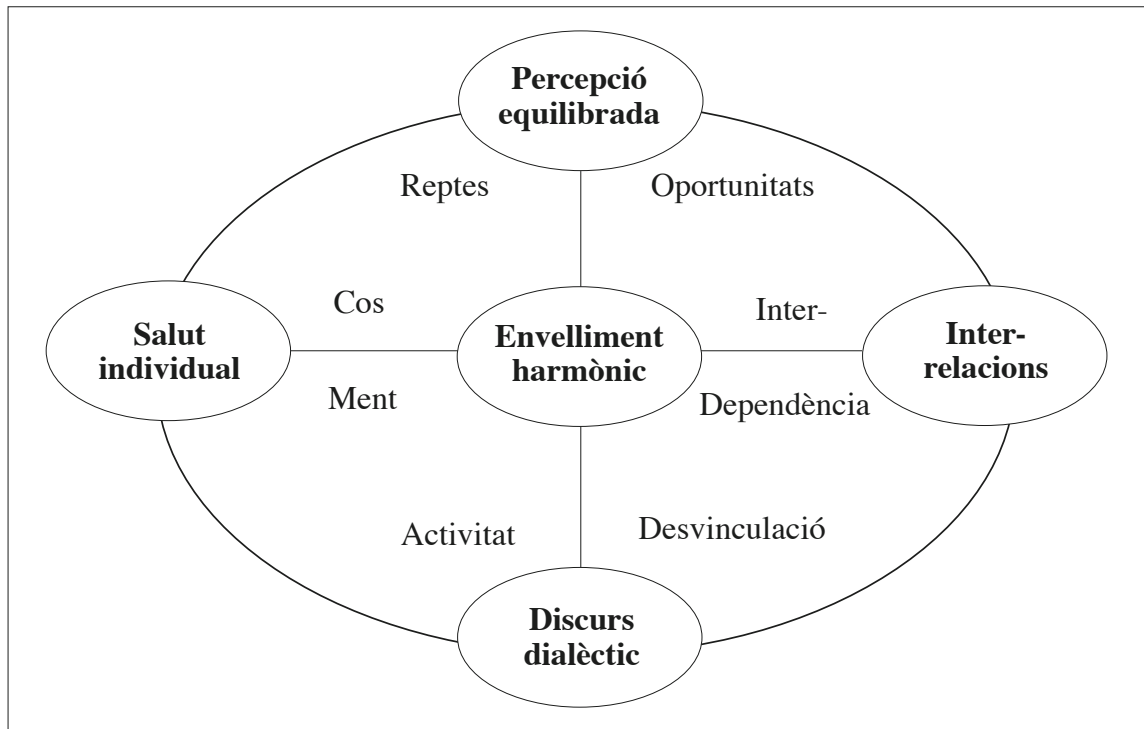


Figura 2. Model Conceptual de l'Envel·liment Harmònic de Liang i Luo (2012).

En les cultures occidentals l'exercici físic i la salut mental s'aborden generalment de forma separada, però en les cultures orientals el cos i la ment es tracten de forma integrada, basant-se en la creença que la pau mental pot ajudar a mantenir l'equilibri en el sistema metabòlic, reflectint-se en la salut. L'envel·liment harmònic busca preservar la integritat de cos i ment, l'equilibri d'aquets és indicador de bona salut individual.

D'altra banda, el concepte d'envel·liment harmònic dóna molta importància al caràcter interdependent dels éssers humans. En conseqüència, fomenta les relacions d'interdependència, l'harmonia entre les generacions i la diversitat cultural. Per aconseguir un bon envellir, la persona ha de buscar l'harmonia familiar i mantenir relacions socials satisfactòries.

L'harmonia és un concepte dinàmic que contempla el canvi causa de l'atzar o les circumstàncies al llarg de la vida, així com també l'adaptació a aquests canvis per part de la persona. Un altre dels objectius de l'envel·liment harmònic és el de reconèixer els reptes i oportunitats que apareixen durant l'envel·liment. Per aconseguir aquesta fita, es promou una percepció equilibrada entre els reptes i les oportunitats presents en el moment. Es tracta que la persona vaja adquirint la saviesa que l'ajude a gestionar aquests canvis i que faci adaptacions d'acord amb aquests.

Aquest article està emmarcat en el programa de Doctorat en Promoció de l'Autonomia i Atenció Sociosanitària a la Dependència on pretenem mesurar en una mostra de població espanyola de persones majors variables relacionades amb el bon envelliment que tradicionalment han quedat en segon terme en la producció de literatura científica sobre l'envelliment. Em pres com a referència el model de l'envelliment harmònic que proposen Liang i Luo (2012), perquè creguem que és un model que ofereix una perspectiva més ampla i integradora de les variables que poden influir en el bon envelliment.

Hem seleccionat les variables que hem considerat com a més rellevants en la literatura científica sobre l'envelliment per a aproximar-nos a aquests plantejaments més inclusius. Ens hem basat en l'opinió d'experts en la matèria de Psicogerontologia. Hem pres com a variables en aquesta revisió: el suport social, la salut percebuda, la qualitat de vida, la funció cognitiva, l'emprenedoria, la generativitat, la satisfacció amb la vida i la satisfacció amb la jubilació. Pretenem integrar aquestes variables amb àrees com l'espiritualitat, la religiositat o l'esperança, que són tractades de forma aïllada i/o desigual o amb matisos diferents pel model d'envelliment actiu però que no s'han contemplat en models amb gran producció d'investigació empírica com el d'envelliment amb èxit.

Així, l'objectiu d'aquesta investigació és conèixer les publicacions que a nivell internacional s'han vingut fent en els últims 10 anys sobre l'envelliment harmònic, relacionat amb els principals models d'envelliment i les variables que hem considerat rellevants per al model d'envelliment harmònic. Aquest objectiu es pot desglossar en els següents:

1. Realitzar una recerca sistemàtica en les principals bases de dades sobre articles publicats en revistes científiques en els últims deu anys sobre l'envelliment harmònic, relacionat amb els principals models d'envelliment i les variables que hem considerat rellevants per al model d'envelliment harmònic.
2. Realitzar una selecció dels articles rellevants per a l'envelliment harmònic en relació a les variables que hem seleccionat com a rellevants. Preparació de la base de dades.
3. Elaborar el diagrama del procediment de cerca i selecció dels articles
4. Realitzar una anàlisi dels resultats obtinguts
5. Identificar diversos instruments de mesura que podrien en el futur donar lloc a un protocol per a fer operatiu el model.

Metodologia

Les bases de dades utilitzades van ser les disposades a la plataforma ProQuest Ciències Socials, en concret: *Library and Information Science Abstracts (LISA)*, *National Criminal Justice Reference Service (NCJRS) Abstracts Database*, *PILOTS: Published International Literature On Traumatic Stress*, *ProQuest Criminal Justice*, *ProQuest Education Journals*, *ProQuest Psychology Journals*, *ProQuest Religion*, *ProQuest Social Science Journals*, *ProQuest Social Sciences Premium Collection*, *PsycARTICLES*, *PsycCRITIQUES*, *PsycINFO*. Aquestes bases de dades acumulen articles de les ciències socials que abasteixen àrees importantíssimes per a la nostra investigació sobre el bon envelliment, que són principalment, la sociologia, les ciències de la salut com la psicologia, la medicina i la infermeria, a més del dret i l'educació, entre altres.

Pel que fa als criteris de recerca, la revisió es va centrar en la literatura dels últims 10 anys, per tant, el criteri d'inclusió temporal va centrar les publicacions entre abril de 2003 i el 15 de juliol de 2013. Els camps de recerca escollits foren el resum dels articles, el títol i el text complet dels documents, en aqueix mateix ordre. Pel que fa a l'idioma dels articles, no es va establir cap restricció en la recerca, però, en la revisió posterior, es van desestimar els articles que no estigueren en anglès, en castellà o en català.

D'altra banda, es varen determinar les paraules clau per a realitzar la recerca sistemàtica de bibliografia. En primer lloc, s'han escollit els termes que, tradicionalment, han estat més utilitzats en la en la producció de literatura científica en referència als models sobre el bon envelliment: *successful aging*, *healthy aging*, *active aging*, *optimal aging*, *productive aging* i s'ha incorporat el nou concepte: *harmonious aging*.

En segon lloc, les paraules escollides en relació amb els conceptes d'envelliment foren: *hope*, *spiritual*, *religion/religious/religiosity/religiousness*, *social support/social network*, *life satisfaction*, *retirement satisfaction*, *cognitive functioning*, *entrepreneurship*, *quality of life*, *generativity*, *perceived health* i *transcendence*. S'han escollit aquestes paraules perquè representen àrees que en els última anys estan cobrant importància dins de l'estudi científic del bon envelliment, i que van en la línia d'oferir-nos una visió més integrada de la persona.

Finalment, les paraules clau per a les dimensions considerades rellevants es van cercar croades amb les paraules clau associades als conceptes triats per a abordar l'envelliment. Aquest és un exemple de la fórmula aplicada per a totes les cerques en Proquest Ciències Socials: *aging AND (successful OR healthy OR active OR optimal OR productive OR harmonious) AND generativity*.

Resultats

El procés de recerca comprèn des de maig de 2013 fins al 15 de juliol de 2013. S'han buscat articles en revistes científiques des d'abril de 2003 al 15 de juliol de 2013.

El nombre d'articles trobats seguint aquests criteris en ProQuest Ciències Socials ha estat de $n = 1.201$. S'han identificat com a articles rellevants a partir de la revisió inicial del resum, el títol i el text un total de $n = 825$ articles: *quality of life* (253), *life satisfaction* (94), *retirement satisfaction* (6), *perceived health* (66), *cognitive functioning* (86), *entrepreneurship* (3), *social support / social network* (197), *generativity* (11), *hope* (17), *spiritual* (36), *religion / religious / religiosity / religiousness* (56) (figura 3).

S'han descartat $n = 376$ articles dels 1.201 inicials: per estar centrats en un altre tema (249), per estar per duplicat (30), per estar publicats una llengua diferent a l'anglès, al valencià o al castellà (47), per tractar-se d'una editorial (22), per tractar-se de revisions de llibres (26), i, finalment per tractar-se d'entrevistes (2) (taula 1).

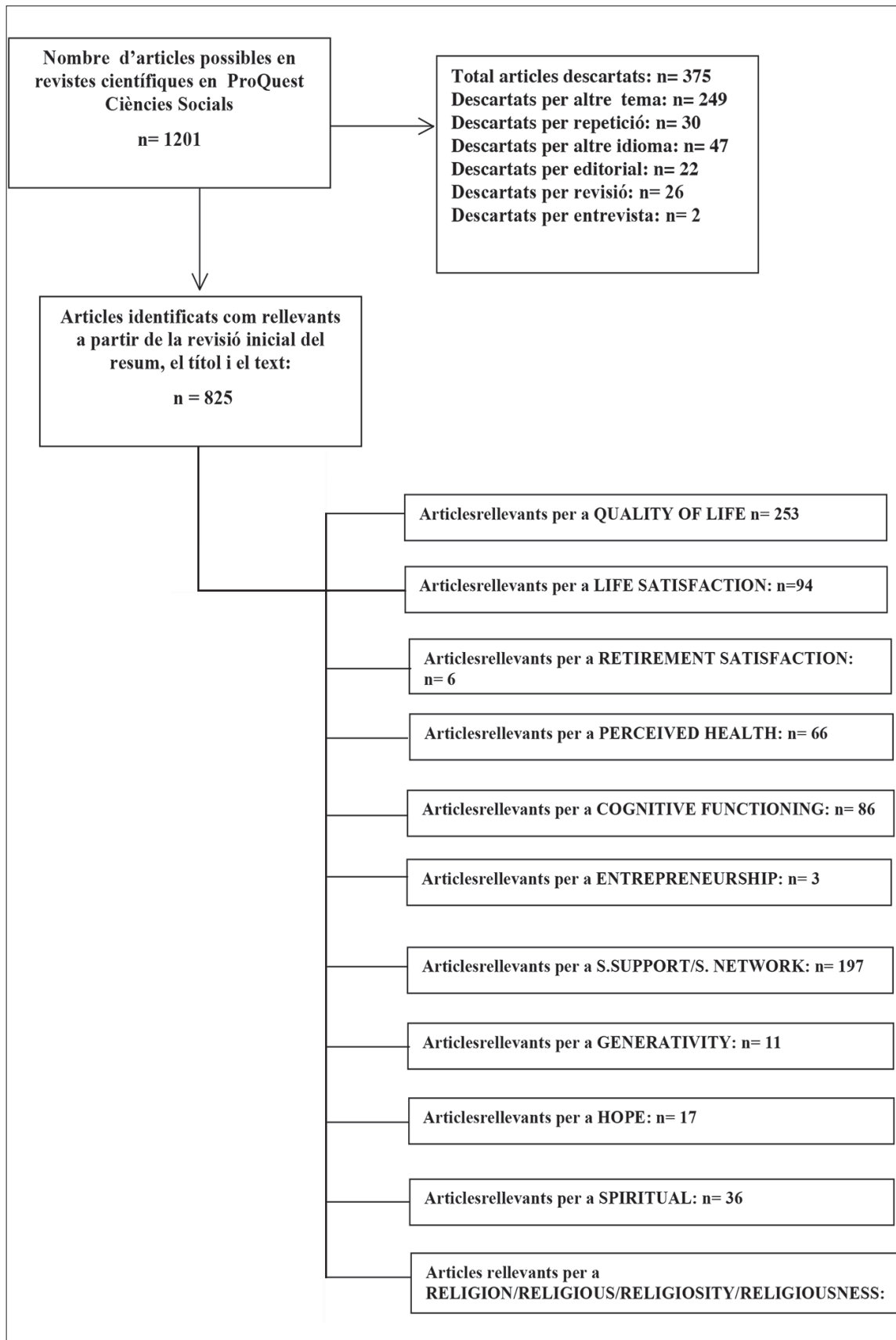


Figura 3. Diagrama del procediment de recerca i selecció dels articles.

TAULA 1
Resultats de la recerca d'articles

	S	P	D	d.t.	d.r.	d.i.	d.e.	d.rv.	d.e.
quality of life	253	345	92	46	5	17	13	11	0
life satisfaction	94	110	16	3	3	10	0	0	0
retirement satisfaction	6	9	3	0	2	1	0	0	0
perceived health	66	90	24	19	2	3	0	0	0
cognitive functioning	86	194	108	89	6	5	5	3	0
Entrepre-neurship	3	3	0	0	0	0	0	0	0
s. support /.../	197	295	98	79	4	6	1	8	0
generativity	11	15	4	0	3	1	0	0	0
hope	17	32	15	11	1	1	1	0	1
spiritual	36	45	9	0	4	1	1	3	0
religion /.../	56	63	7	2	0	2	1	1	1
TOTAL ARTICLES	825	1.201	376	249	30	47	22	26	2

S = articles seleccionats; **P** = articles possibles; **D** = articles descartats; **d.t.** = descartats per estar centrats en un altre tema; **d.r.** = descartats per estar duplicats; **d.i.** = descartats per estar escrits en una llengua diferent a l'anglès, al valencià o al castellà; **d.e.** = descartats per tractar-se d'editorials; **d.rv.** = descartats per tractar-se de revisions de llibres; **d.e.** = descartats per tractar-se d'entrevistes.

Anàlisi i valoració dels resultats

La variable qualitat de vida és l'àrea que més articles seleccionats té en relació al bon envelliment (253 de 345 possibles). Es pot derivar d'aquestes dades que la qualitat de vida és una de les dimensions principals per a avaluar els programes derivats dels conceptes explicatius de l'envelliment positiu.

El suport social, és la segona àrea amb més publicacions seleccionades com a rellevants (197 de 295 possibles). Probablement, aquest elevat nombre d'articles es dega als estudis realitzats, en primer terme en l'envelliment productiu, prenent el concepte de suport social com la participació en activitats no remunerades com la cura dels néts. En un segon terme de l'envelliment actiu, i en tercer lloc en l'envelliment harmònic, per ser un concepte nou.

La satisfacció amb la vida és el tercer terme amb més articles rellevants (94 de 110 possibles). Aquesta dada pot significar la importància d'aquesta variable per a avaluar l'eficàcia dels diferents models i programes derivats dels conceptes utilitzats per a tractar el bon envellir.

La funció cognitiva és la quarta variable amb més articles seleccionats (86 de 194 possibles). Açò pot ser un reflex de les derivacions de la teoria de l'activitat i es pot pressuposar que els models com l'envelliment amb èxit, òptim, l'envelliment productiu i l'envelliment actiu tenen a molt interès a avaluar què efectes tenen els programes i activitats proposades para per a les persones majors, en relació al manteniment de les funcions cognitives. El terme funció cognitiva refereix doncs en aquest treball a aquest efecte que té el mantenir-se actiu intel·lectualment i la formació continuada, en les diferents capacitats cognitives de les persones. La salut percebuda és la cinquena variable per ordre de nombre de publicacions (66 de 90 possibles).

Les variables amb menys articles rellevants publicats per al bon envelliment són religiositat (56 de 63 articles), espiritualitat (36 de 45 possibles), satisfacció amb la jubilació (6 de 9 possibles), generativitat (11 de 15 possibles) i esperança (17 de 32 possibles) i l'emprenedoria (3 de 3 possibles). Són camps en els quals s'ha començat fa poc a investigar en relació a l'envelliment. Açò probablement es dega al fet que l'envelliment amb èxit és el concepte amb més estudis empírics realitzats, i és un constructe que no s'ocupa d'aquestes àrees que tenen moltes possibilitats per a l'avanç científic en la cerca del bon envellir.

Proposta de protocol de mesura

Aquest treball pretén ser el primer pas per a realitzar una exploració diagnòstica de la manifestació d'aquestes variables en un grup de gent gran. Però, els objectius del present treball no romandrien conclusos sense oferir a la comunitat científica instruments perquè aquest model siga operatiu. Per això proposem aquest llistat de diferents qüestionaris (taula 2) que, un cop seleccionats i validats després d'un pilotatge, hauran de conformar el protocol de mesura que incloga qüestionaris i escales per mesurar aspectes de les variables proposades en aquesta revisió.

Les variables amb més articles publicats per al bon envelliment són qualitat de vida, suport social, satisfacció amb la vida, funció cognitiva i salut percebuda. Per a la proposta de protocol de mesura em escollit els instruments que tradicionalment més s'utilitzen per a mesurar aquestes variables i que millor qualitats psicomètriques tenen.

Les variables amb menys articles publicats per al bon envelliment són religiositat, espiritualitat, satisfacció amb la jubilació, generativitat, esperança i empenedoria. Per a la mesura d'aquestes variables, em escollit els instruments que més s'estan utilitzant i que millors qualitats psicomètriques presenten.

L'empenedoria és la variable amb menys articles publicats en relació al bon envellir, i no s'hi ha trobat cap instrument estandarditzat per a mesurar-la. Per aquest fet proposem una adaptació per a adults majors basada en el qüestionari d'actituds d'empenedoria d'Oliver i Galiana (en premsa).

TAULA 2

Llistat d'instruments per a protocol de mesura de l'envelliment harmònic

Qualitat de vida	Personal Wellbeing (PWI) (International Wellbeing Group, 2006; Fernandez-Mayoralas et al., 2012) National Wellbeing Index (NWI) (Cummins et al, 2003; Fernandez-Mayoralas et al., 2012) CASP19 (Hyde, Wiggins, Higgs i Blane, 2003)
Satisfacció amb la vida	Satisfaction with life as a whole (International Wellbeing Group, 2006; Fernández-Mayoralas et al., 2012) Satisfaction with Life Scale (Diener, Emmons i Griffin, 1985)
Satisfacció amb la jubilació	Financial means and retirement subscale of CadeMVia-Spain (Fernández-Mayoralas et al., 2012)
Salut percebuda	Perceived Health Scale (Fernández-Ballesteros, Zamarrón i Ruiz, 2001) EQ-5D: index and visual analogue scale (EuroQol Group, 1990; Badia et al., 1999; Fernandez-Mayoralas et al., 2012)
Funció cognitiva	The Matrix Reasoning (MR) subtest from Wechsler Abbreviated Scale of Intelligence (WASI) (Wechsler, 1999) Cued letter Discrimination Task (CDT) (Espeseth et al., 2006) The Color-Word Interference Test (CWIT) (Delis et al., 2001) Vocabulary subtest from WASI (Wechsler, 1999)
Emprenedoria	Adaptació per a adults majors basada en el qüestionari d'actituds d'emprenedoria d'Oliver i Galiana (en premsa)
Recoltzament social	Duke-UNC Functional Social Support (DUFSS) (Broadhead et al., 1988; Fernandez-Mayoralas et al.(2012) Community Wellbeing Index (CWI) (Forjaz et al., 2011; Fernandez-Mayoralas et al., 2012) Care-Receiver Efficacy Scale (Cox, Green, Seo, Inaba i Quillen, 2006) Emotional Support Scale (Shaw, Krause, Chatters, Connell i Ingersoll-Dayton, 2004) Aging Perception Scale (de Gracia, Garre i Marcó, 1999) 6-ítem De Jong Gierveld Loneliness Scale (de Jong Gierveld and van Tilburg, 2006)
Generativitat	Loyola Generative Scale (Mc Adams, 2001) Generative Behavior Checklist (Mc Adams, 2001) Generativity Subscale (Lang i Carstensen, 2002)
Esperança	Life Orientation Test (LOT) (Scheier, Carver, 1985) Escala HOPE d'Esperança Disposicional (Snyder et al., 1991)
Espiritualitat	Change in Activity and Interest Index (CAII) (Adams, 2004) Self-Transcendence Scale (Reed, 1989b; McCarthy Bockweg, 2013) Sense of Coherence scale (Lundberg and Nystrom Peck, 1995)
Religiositat	Royal Free Interview for Religious and Spiritual Beliefs (spiritual scale) En Pernice et al. (2005) The Ironson-Woods Spirituality/Religiousness Index En Cuevas et al. (2010) Brief Multidimensional Measure of Religiosity/Spirituality En Vahia et al. (2011) Hoge's Intrinsic Religious Motivation Scale En Vahia et al. (2011)

Conclusions

L'envelliment harmònic és un model per explorar, i pel seu caràcter flexible i integrador pot ser una gran aportació per als models presents en cada context. L'envelliment harmònic és un model transcultural, perquè atén a les necessitats col·lectives i individuals de les persones grans comprnent aspectes, que altres models com l'envelliment amb èxit o l'envelliment productiu no abasten, com les diferències culturals i econòmiques entre els diferents grups socials. A nivell individual, és un model sensible a la forma d'entendre l'envelliment de cada persona, que compren els seus valors i creences, la seva història de vida, els canvis en la persona en el temps i en el seu context, i la seva situació actual.

En la revisió sistemàtica de la bibliografia per a l'envelliment harmònic, on s'ha analitzat la producció científica dels últims 10 anys sobre aquest model i altres conceptes relacionats amb el bon envellir (envelliment reeixit, saludable, actiu, òptim i productiu) s'observa que el concepte que més presència té dins dels articles seleccionats és el d'envelliment amb èxit, amb una gran diferència de publicacions respecte als altres models per al bon envellir. El concepte d'envelliment saludable és el segon model que més apareix, seguit de l'envelliment productiu, l'envelliment òptim, i, finalment, l'envelliment harmònic, pel fet que és un concepte nou i no compta encara amb el nombre de publicacions científiques que tenen altres models.

D'altra banda, es pot afirmar que la qualitat de vida és una de les dimensions principals per avaluar els programes derivats dels conceptes explicatius de l'envelliment, ja que és l'àrea que més articles té publicats i que hem seleccionat. Trobem també que la satisfacció amb la vida pot ser una àrea important per avaluar l'eficàcia dels diferents models i programes derivats dels conceptes utilitzats per tractar el bon envellir. El suport social, és una variable amb força presència en les publicacions científiques per a l'envelliment positiu, probablement, a causa dels estudis realitzats en l'envelliment productiu. La funció cognitiva, per la seva banda, sembla una dimensió important per als models com l'envelliment amb èxit, òptim, productiu i l'envelliment actiu, per avaluar quins efectes tenen els programes i activitats proposats per a la gent gran, en relació al manteniment de les funcions cognitives.

A més, trobem que en les àrees d'espiritualitat, religiositat, satisfacció amb la jubilació, generativitat i l'emprenedoria, no hi ha molta producció d'articles científics, ja que són camps en els quals s'ha començat fa relativament poc temps a investigar en relació a l'envelliment i que encara estan per explorar. Això pot ser degut al fet que l'envelliment amb èxit és el concepte amb més estudis empírics realitzats, i és un constructe que no s'ocupa d'aquestes àrees, les quals tenen moltes possibilitats per a l'avanç científic en la recerca del bon envellir.

Referències

- Adams, K. B. (2004). Changing investment in activities and interests in elders' lives: Theory and measurement. *International Journal of Aging and Human Development*, 58 (2), 87-108.
- Broadhead, W. E.; Gehlbach, S. H.; de Gruy, F. V. i Kaplan, B. H. (1988). The Duke-UNC Functional Social Support Questionnaire: measurement of social support in family medicine patients. *Medical Care*, 26, 709-723.
- Cox, E. O.; Green, K. E.; Seo, H.; Inaba, M. i Quillen, A. A. (2006). Coping with latelife challenges: Development and validation of the Care-Receiver Efficacy Scale. *The Gerontologist*, 46 (5), 640-649. doi: 10.1093/geront/46.5.640.
- Cuevas, J. E.; Vance, D. E.; Viamonte, S. M.; Lee, S. K. i South, J. L. (2010). A comparison of spirituality and religiousness in older and younger adults with and without HIV. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 12 (4), 273-287. doi: <http://dx.doi.org/10.1080/19349637.2010.518828>.
- Cummins, R. A.; Eckersley, R.; Pallant, J.; van Vugt, J. i Misajon, R. (2003). Developing a National Index of Subjective Wellbeing: the Australian Unity Wellbeing Index. *Social Indicators Research*, 64 (2), 159-190.
- De Gracia, M.; Garre, J. i Marcó, M. (1999). Desarrollo y validación preliminar de la Escala de Percepción Subjetiva del Envejecimiento (EPSE). *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 34 (2), 92-100.
- De Jong Gierveld, J. i van Tilburg, T. (2006). A 6-items scale for overall, emotional, and social loneliness confirmatory test on survey data. *Research on Aging*, 28 (5), 582-598. doi: 10.1177/0164027506289723.
- Delis, D. C.; Kaplan, E. i Kramer, J. H. (2001). *D-Kefs: Examiners Manual*. San Antonio: The Psychological Corporation.
- Diener, E.; Emmons, R. A.; Larsen, R. J. i Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1), 71-75. doi:10.1207/s15327752jpa4901_13.
- EuroQol Group (1990). EuroQol: a new facility for the measurement of health-related quality of life. The EuroQol Group. *Health Policy*, 16, 199-208.
- Espeseth, T.; Christoforou, A.; Lundervold, A. J.; Steen, V. M.; Le Hellard, S. i Reinvang, I. (2012). Imaging and cognitive genetics: the Norwegian cognitive neurogenetics sample. *Twin Res. Hum. Genet.* 15, 442-452. doi: 10.1017/thg.2012.8.
- Fernández-Ballesteros, R.; Zamarrón, M. D. i Ruiz, M. A. (2001). The contribution of socio-demographic and psychosocial factors to life satisfaction. *Aging and Society*, 21 (1), 25-43.

- Fernandez-Mayoralas, G.; Rojo, F.; Prieto, M. E.; León, B.; Martínez, P.; Forjaz, J.; Frades, B. i García, C. (2007). *El significado de la salud en la calidad de vida de los mayores*. Madrid: Portal Mayores, IMSERSO Recuperat el 08 de setembre de 2013 de www.imserso mayores.csic.es/documentos/documentos/fernandezmayoralas-significado-01.p.
- Forjaz, F. M.; Prieto-Flores, M. E.; Ayala, A.; Rodriguez-Blazquez, C.; Fernandez-Mayoralas, G.; Rojo-Perez, F. i Martinez-Martin, P. (2011). Measurement properties of the Community Wellbeing Index in older adults. *Quality of Life Research*, 20, 733-743. doi:10.1007/s11136-010-9794-2.
- Hyde, M.; Wiggins, R. D.; Higgs, P. i Blane, D. B. (2003). A measure of quality of life in early old age: the theory, development and properties of a needs satisfaction model (CASP-19). *Aging and Mental Health*, 7 (3), 186-194. <<http://dx.doi.org/10.1080/1360786031000101157>>.
- International Wellbeing Group (2006). *Personal Wellbeing Index*. Melbourne: Australian Centre on Quality of Life, Deakin University. Retrieved on October, 4th, 2013 from: <http://www.deakin.edu.au/research/acqol/instruments/wellbeing_index.htm>.
- Lang, F. R. i Carstensen, L. L. (2002). Time Counts: Future time perspective, goals, and social relationships. *Psychology and Aging*, 17 (1), 125-139.
- Liang, J. i Luo, B. (2012). Towards a discourse shift in Social Gerontology: From successful aging to harmonious aging. *Journal of Aging Studies*, 26 (3), 327-334. doi:10.1016/j.jaging.2012.03.001.
- Lundberg, O. i Nystrom Peck, M. (1995). A simplified way of measuring sense of coherence: experiences from a population survey in Sweden. *European Journal of Public Health*, 5 (1), 56-59. doi: 10.1093/eurpub/5.1.56.
- Oliver, A. i Galiana, L. (2015). Development and Validation of the Escala de Actitudes Emprendedoras para Estudiantes (EAEE). *The Spanish Journal of Psychology*, 18, E14. doi:10.1017/sjp.2015.14.
- Pernice, D.; Alesii, A.; Spiridigliozzi, C.; Caracciolo, B. i Giaquinto, S. (2005). Italian validation of the Royal Free Interview for Religious and Spiritual Beliefs. *Functional Neurology*, 20 (2), 77-84.
- Reed, P. G. (1992). An emerging paradigm for the investigation of spirituality in nursing. *Research in Nursing and Health*, 15 (5), 349-357. <<http://dx.doi.org/10.1002/nur.4770150505>>.
- Reed, P. G. (1989). Self-transcendence in aging scale: Mental health of older adults. *Western Journal of Nursing Research*, 11, 161-163.
- Rowe, J. W. i Kahn, R. L. (1987). Human aging: usual and successful. *Science*, 237 (4811) 143-149.
- Rowe, J. W. i Kahn, R. L. (1997). Successful aging. *The Gerontologist*, 37 (4), 433-440.

- Rowe, J. W. i Kahn, R. L. (1998). *Successful aging*. Nueva York: Pantheon.
- Shaw, B. A.; Krause, N.; Chatters, L. M.; Connell, C. M. i Ingersoll-Dayton, B. (2004). Emotional support from parents early life, aging, and health. *Psychology and Aging, 19* (1), 4-12. <<http://dx.doi.org/10.1037/0882-7974.19.1.4>>.
- Snyder, C. R.; Harris, C.; Anderson, J. R.; Holleran, S. A.; Irving, L. M.; Sigmon, S. T.; Yoshinobu, L.; Gibb, J.; Langelle, C. i Harney, P. (1991). The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology, 60* (4), 570-85.
- Scheier, M. F. i Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implication of generalized outcome expectancies. *Health Psychology, 1985, 4* (3), 219-247. <<http://dx.doi.org/10.1037/0278-6133.4.3.219>>.
- Vahia, I.; Depp, C.; Palmer, B.; Fellows, I.; Golshan, S.; Thompson, W.; Allison, M. i Jeste, D. (2011). Correlates of spirituality in older women. *Aging and Mental Health, 15* (1), 97-102. doi:<http://dx.doi.org/10.1080/13607863.2010.501069>.
- Waid, L. i Leslie, F. (2003). Cultural differences in possible selves during later life. *Journal of Aging Studies, 17* (3), 251-268. <[http://dx.doi.org/10.1016/S0890-4065\(03\)00031-8](http://dx.doi.org/10.1016/S0890-4065(03)00031-8)>.
- Wechsler, D. (1999). *WAIS Manual*. San Antonio, Texas: The Psychological Corporation.