

INFORME 2026

Día Internacional de las Personas de Edad

Actividad y participación en la Red de Centros de Mayores de Castilla La Mancha

Datos actualizados a 29 de septiembre de 2026

www.centrodemayoresclm.org



El lema de la ONU para la conmemoración del **Día Internacional de las Personas Mayores 2026**, «**La era de la longevidad: Repensar los sistemas para una vida más larga**», conecta directamente con las políticas públicas de atención a personas mayores en Castilla-La Mancha, región que afronta el reto del envejecimiento demográfico y la dispersión rural. El Gobierno autonómico responde a este desafío promoviendo un **modelo de atención centrada en la persona, que prioriza la autonomía y la permanencia en el entorno familiar a través de la teleasistencia avanzada y la ayuda a domicilio**. Asimismo, se reestructuran los servicios sociosanitarios rurales mediante la promoción de proyectos de «Envejecimiento Activo» y programas de prevención de la soledad no deseada. **La Red de Centros de Mayores y residencias comunitarias se transforman para ofrecer cuidados interconectados, asegurando la equidad y la dignidad en el acceso**. De este modo, la región adapta sus infraestructuras y presupuestos públicos para concebir la longevidad no como una carga asistencial, sino como un logro social que exige un soporte integral y sostenible.

Resumen ejecutivo

La Red de Centros de Mayores mantiene en 2026 una actividad intensa y sostenida. Entre enero y septiembre, el seguimiento mensual registra 6.247 actividades, 60.026 participaciones y 7.749 altas de nuevas personas socias, con visos de superar nuevamente los registros de anualidades pretéritas. La programación vinculada al 1 de octubre reúne 558 actividades entre el 28 de septiembre y el 11 de octubre, con 3.729 plazas cubiertas a fecha de cierre de este informe. La base social de referencia en este Día Internacional de las Personas Mayores incluye 40.330 personas socias de 80 o más años, que suponen el 28,7 % de las 140.336 personas socias.

Dato	Indicador	Periodo
6.247	actividades registradas	enero a septiembre
60.026	participaciones registradas	enero a septiembre
7.749	altas mensuales	enero a septiembre
558	actividades programadas	28 septiembre a 11 octubre
3.729	plazas cubiertas	28 septiembre a 11 octubre
40.330	personas socias de 80 o más años	a 29 de septiembre

Respecto a las actividades desarrolladas por la Red de Centros de Mayores, La promoción de la autonomía personal y el envejecimiento saludable concentra el 64,7 % de las actividades programadas y el 76,9 % de las plazas cubiertas en el periodo analizado. Las mujeres representan el 77,5 % de esas plazas y el grupo de 66 a 75 años reúne prácticamente la mitad de la participación registrada.

Los datos confirman el valor de los Centros de Mayores como infraestructura comunitaria de prevención, aprendizaje y relación social de las personas mayores de la región.

Los datos de 2026 muestran una red con alta capacidad de movilización y una programación especialmente fuerte en autonomía personal y envejecimiento saludable. La celebración del 1 de octubre se apoya así en una actividad cotidiana que llega a miles de personas y mantiene a la Red de Centros de Mayores como espacios de referencia en sus comunidades.

Alcance del informe

Este informe analiza la evolución mensual de la red regional y la programación en torno al Día Internacional de las Personas de Edad, que Naciones Unidas celebra cada 1 de octubre. El marco de lectura es el envejecimiento activo y saludable basado en derechos, participación, autonomía y entornos comunitarios accesibles, con especial mención a las personas mayores de 80 años, colectivo que encarna la longevidad y que es objeto de atención en esta anualidad por la ONU.

La Asamblea General de las Naciones Unidas designó esta fecha en 1990, y la conmemoración se integra además en el Decenio de las Naciones Unidas del Envejecimiento Saludable 2021 a 2030, que promueve acciones coordinadas para mejorar la vida de las personas mayores, sus familias y sus comunidades.

Actividad de la red durante 2026

De enero a septiembre se registraron 6.247 actividades y 60.026 participaciones. Hasta la fecha, el mes de mayo fue el mes con más participaciones, 10.446, mientras que marzo alcanzó el mayor número de actividades, 1.044. El descenso de julio y agosto es coherente con una programación estacional más reducida y se revierte parcialmente en septiembre.

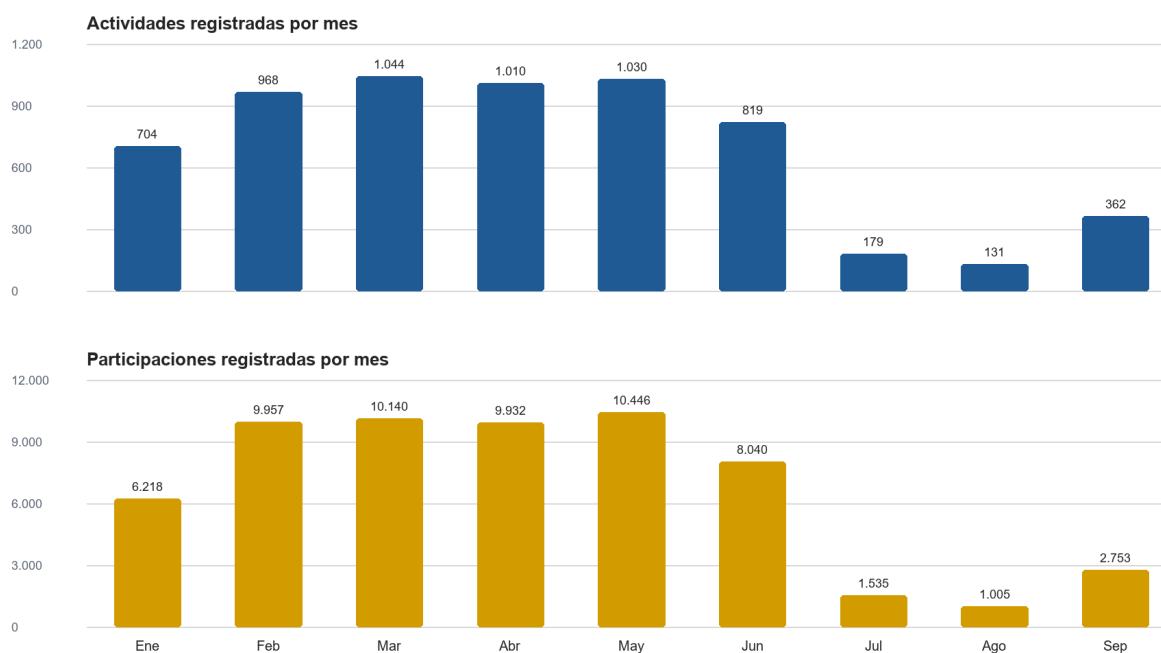


Figura 1 Evolución mensual de actividades y participaciones registradas entre enero y septiembre de 2026

A fecha de cierre de este informe, las actividades de 2026 ya superan en un 8,0 % el total anual anotado para 2025, y las participaciones lo hacen en un 17,5 %. Este contraste describe la intensidad de participación registrada en la Red de Centros de Mayores.

Mes	Actividades	Participaciones	Altas	Edad media
Enero	704	6.218	790	66,5
Febrero	968	9.957	960	66,4
Marzo	1.044	10.140	1.083	66,7
Abril	1.010	9.932	957	66,9
Mayo	1.030	10.446	822	66,8
Junio	819	8.040	778	66,9
Julio	179	1.535	655	67,1
Agosto	131	1.005	595	66,6
Septiembre	362	2.753	1.109	67,3
Total o media	6.247	60.026	7.749	66,8

Altas y perfil de incorporación

La red registró 7.749 altas entre enero y septiembre. El 57,1 % correspondió a mujeres y el 42,9 % a hombres. La edad media mensual se mantuvo estable, entre 66,4 y 67,3 años, con una media del periodo de 66,8 años.

Indicador	Hombres	Mujeres	Total
Altas enero a septiembre	3.321	4.428	7.749
Distribución	42,9 %	57,1 %	100,0 %

La diferencia por sexo es moderada en las nuevas altas, pero se amplía en la programación del Día Internacional, donde las mujeres ocupan más de tres de cada cuatro plazas cubiertas. El dato aconseja estudiar las preferencias, horarios, canales de captación y barreras que pueden reducir la participación masculina, sin debilitar las actividades que movilizan y sostienen la participación de las mujeres.

Personas socias de 80 o más años

A cierre del informe, la Red de Centros de Mayores cuenta con 140.336 personas socias activas. De ellas, 40.330 tienen 80 o más años, lo que supone un 28,7 % del total. Son 22.051 mujeres (54,7 %) y 18.270 hombres (45,3 %).

Provincia	Socios totales	80 y más	Hombres	Mujeres	% 80 y más
Albacete	30.925	7.436	3.656	3.780	24,0 %
Ciudad Real	47.135	13.430	5.978	7.450	28,5 %
Cuenca	16.073	4.487	1.929	2.557	27,9 %
Guadalajara	15.262	5.187	2.443	2.744	34,0 %
Toledo	30.941	9.790	4.264	5.520	31,6 %
Castilla-La Mancha	140.336	40.330	18.270	22.051	28,7 %

Analizando los datos provinciales, Ciudad Real reúne el mayor número absoluto de personas socias de 80 o más años (13.430), seguida de Toledo (9.790). En términos relativos, Guadalajara presenta la proporción más elevada (34,0 %), seguida de Toledo (31,6 %). Albacete registra el porcentaje más bajo (24,0 %). En las cinco provincias, las mujeres son mayoría dentro del grupo de 80 y más años.

Centros con mayor número de personas socias con 80 o más años de edad.

Centro	Socios totales	80 y más	Hombres	Mujeres	% 80 y más
TALAVERA DE LA REINA (Toledo)	9.197	3.419	1.492	1.927	37,2 %
TOLEDO II (Toledo)	5.468	2.369	927	1.439	43,3 %
ALBACETE I (Albacete)	7.313	2.108	1.049	1.059	28,8 %
VALDEPEÑAS (Ciudad Real)	5.638	2.036	823	1.212	36,1 %
LA ROSALEDA (Guadalajara)	5.779	1.716	761	955	29,7 %
PUERTOLLANO I (Ciudad Real)	5.933	1.612	745	866	27,2 %
ALBACETE II (Albacete)	6.432	1.400	654	746	21,8 %
CM ALCÁZAR DE SAN JUAN (Ciudad Real)	5.141	1.306	563	743	25,4 %
TOMELLOSO (Ciudad Real)	4.181	1.239	583	656	29,6 %
CIUDAD REAL I (Ciudad Real)	3.873	1.225	560	665	31,6 %

Analizando los Centros de Mayores con una finalidad orientativa, Talavera de la Reina

encabeza el volumen, con 3.419 socios de 80 o más años, y este grupo representa el 37,2 % de su base social. Toledo II ocupa el segundo lugar en volumen (2.369) y presenta la mayor proporción de personas mayores de 80 años de entre los diez Centros de Mayores del cuadro (43,3 %). La comparación porcentual se ofrece junto al tamaño total del centro para evitar conclusiones engañosas derivadas de bases sociales pequeñas.

Implicaciones de la longevidad en la Red de Centros de Mayores.

Que casi tres de cada diez socios hayan cumplido 80 años confirma que los Centros de Mayores no atienden solo la transición a la jubilación: son una infraestructura comunitaria esencial durante la vejez avanzada. Si bien la edad, por sí sola, no determina la capacidad de una persona, la psicogerontología tiene bien documentado que a partir de los 80 años aumenta la diversidad de situaciones funcionales y sociales, por lo que la respuesta debe combinar oportunidades de participación, prevención y apoyos graduados, sin paternalismo ni exclusión por razón de edad o discapacidad.

La prioridad para las personas de mayor edad es conservar la capacidad funcional: movilidad, cognición, comunicación, relaciones, toma de decisiones y contribución a la comunidad. Esto requiere actividad física adaptada y segura, estimulación cognitiva, aprendizaje digital útil, alimentación saludable, prevención de caídas, detección temprana de pérdidas sensoriales, conexión con atención primaria y servicios sociales, transporte y entornos accesibles. También exige combatir la soledad y sostener roles significativos mediante voluntariado, ayuda mutua y participación real en la programación de los centros.

El objetivo de una vida libre de discapacidad debe entenderse como prevenir o retrasar la discapacidad evitable por motivos de edad y reducir su impacto, no como exigir ausencia de enfermedad. La Organización Mundial de la Salud subraya que se puede envejecer de forma saludable con enfermedades o discapacidad cuando existen apoyos y entornos que permiten hacer lo que cada persona valora. Por ello, el éxito de la Red de Centros de Mayores debería medirse no solo por el número de actividades y asistencias a las mismas, sino también por continuidad, autonomía, capacidad funcional, vínculos sociales, accesibilidad y participación en decisiones que permiten desarrollar en las personas usuarias estas actividades.

Programación en torno al 1 de octubre

El informe de Red CENDI para el periodo del 28 de septiembre al 11 de octubre recoge 558 actividades, 28.522 horas programadas, 12.715 plazas ofertadas y 3.729 plazas cubiertas a 29 de septiembre. El registro más corto, hasta el 4 de octubre, contiene 401 actividades y 3.065 plazas cubiertas; es un subconjunto temporal del informe ampliado.

Programación vinculada al 1 de octubre

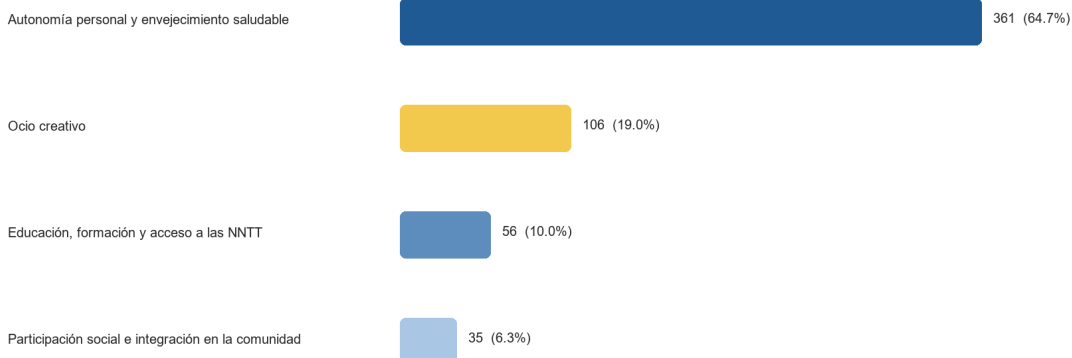


Figura 2 Distribución de las 558 actividades programadas entre el 28 de septiembre y el 11 de octubre de 2026

Área	Actividades	Peso	Plazas cubiertas	Peso
Promoción de la autonomía personal y el envejecimiento saludable	361	64,7%	2.866	76,9%
Ocio creativo	106	19,0%	687	18,4%
Educación, formación y acceso a las NNTT	56	10,0%	123	3,3%
Participación social e integración en la comunidad	35	6,3%	53	1,4%
Total	558	100,0 %	3.729	100,0 %

Participación en la programación

Las 3.729 plazas cubiertas se distribuyen en 839 registros de hombres y 2.890 de mujeres. El grupo de 66 a 75 años concentra 1.852 plazas, el 49,7 % del total. Le siguen las personas mayores de 75 años con 985 plazas y las menores de 65 años con 892.

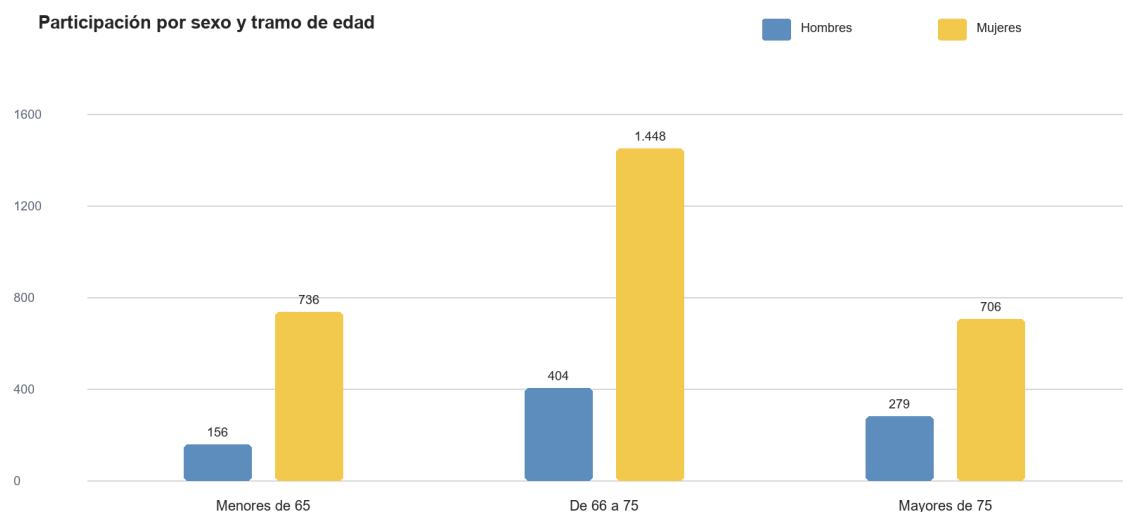


Figura 3 Plazas cubiertas por sexo y tramo de edad en la programación del 28 de septiembre al 11 de octubre

Tramo	Hombres	Mujeres	Total	Peso
Menores de 65 años	156	736	892	23,9 %
De 66 a 75 años	404	1.448	1.852	49,7 %
Mayores de 75 años	279	706	985	26,4 %
Total	839	2.890	3.729	100,0 %

La distribución confirma que la red alcanza a perfiles diversos, aunque su núcleo de participación se sitúa entre 66 y 75 años. La presencia de personas mayores de 75 años es relevante y exige mantener accesibilidad física, apoyos, ritmos de actividad adecuados y alternativas de proximidad. El tramo menor de 65 años puede desempeñar un papel estratégico en la transición hacia una jubilación activa y en la renovación de la participación comunitaria.

Lectura de las actividades de la Red desde la perspectiva del envejecimiento activo y saludable

Autonomía y salud como puerta de entrada a la Red: Casi dos tercios de la programación se sitúan en promoción de la autonomía personal y envejecimiento saludable. Esta concentración responde a una demanda clara de actividad física, mantenimiento de capacidades, prevención y bienestar que mejora las condiciones vitales y el bienestar bio-psico-social. Conviene preservar esa fortaleza e integrar en ella componentes de relación social, toma de decisiones y conexión con recursos comunitarios.

Participación social con margen de crecimiento: La participación social e integración en la comunidad representa el 6,3 % de las actividades y el 1,4 % de las plazas cubiertas

del periodo. Aunque la ventana temporal utilizada para este informe temático del Día de las Personas Mayores es corta, concreta y no describe toda la anualidad, pero el llamativo resultado invita a reforzar acciones de promoción del voluntariado, iniciativas intergeneracionales, proyectos conjuntos con asociaciones locales y espacios donde las personas mayores diseñen y lideren actividades.

Inclusión digital ligada a la vida cotidiana: La educación, formación y acceso a las nuevas tecnologías aporta el 10,0 % de las actividades programadas, pero el 3,3 % de las plazas cubiertas en la fecha de extracción. La formación digital gana utilidad cuando resuelve necesidades concretas como citas, banca segura, comunicación, trámites, salud y detección de fraudes, y cuando ofrece acompañamiento continuado en lugar de acciones aisladas. Será necesario avanzar en ampliar su cobertura, mejorando la disponibilidad para el uso de nuevos dispositivos y recursos particulares en actividades formativas, ampliando la base de alumnado.

Equidad en la participación: La participación femenina sostiene buena parte de la actividad de la Red de Centros de Mayores, con una aportación visible que se traduce en un mayor liderazgo en los Consejos de Mayores, agentes clave en la movilización y gestión de los recursos. A la vez, la menor presencia de hombres en las actividades aconseja probar nuevos formatos de actividades que faciliten su incorporación, vinculados a intereses diversos, participación entre iguales y actividades con utilidad comunitaria, evaluando resultados sin reproducir estereotipos de género.