

# Arrugas

Paco Roca

## GUÍA DE LECTURA



Autores:  
Elisa Larrañaga  
Sacramento Pinazo  
Javier Yanguas  
Santiago Yubero

# ARRUGAS, de Paco Roca

EL PRIMER OBJETIVO DE  
ARRUGAS ES ENTRETENER.  
EL SEGUNDO, HACER REFLEXIONAR  
SOBRE LA VEJEZ.



EMOTIONAL WORLD TOUR,  
diarios itinerantes.  
Miguel Gallardo y Paco Roca.  
Astiberri, 2009.

Lo que tienes en tus manos es una guía de lectura elaborada a partir de la novela gráfica *Arrugas* de Paco Roca (Astiberri, 2009). La historia está ambientada en una residencia para personas mayores. Narra la amistad entre Emilio y Miguel. Emilio, que acaba de llegar a la residencia en un estado inicial de Alzheimer, es ayudado por Miguel y otros compañeros para no acabar en la planta superior de la residencia, el temido piso de los “asistidos” (personas mayores que necesitan ayuda para las actividades de la vida cotidiana).

Paco Roca es dibujante, ilustrador y autor del cómic. Él mismo se define como “dibujante ambulante” ([www.pacoroca.com](http://www.pacoroca.com)) y en una obra posterior, realizada junto al dibujante Miguel Gallardo (“Emotional World Tour, diarios itinerantes”. Astiberri, 2009), se pregunta por qué quiso hacer una historia sobre la vejez y expone sus razones. La primera es por sus padres, que ya van siendo mayores y, en cierta medida, los homenajea en estas páginas; la segunda es por su experiencia con la publicidad. Una realidad social en la que parece que los mayores no existan, en la que los ancianos suelen ser invisibles porque, en ocasiones, se consideran antiestéticos. “La vejez es un tema secundario no sólo en el cine, ocurre lo mismo en la literatura o en los tebeos. Hay muy pocas historias que hablen, principalmente, de las personas mayores”. Para escribir esta historia el autor se fijó en el padre de un amigo, enfermo de Alzheimer, y visitó distintas residencias de mayores para ver la realidad de las personas que allí conviven.

Seguramente, elegir una buena lectura y encontrar el momento adecuado para disfrutarla sea suficiente; pero nosotros, además, hemos querido ir un poco más allá y utilizar con la lectura algunas estrategias que nos permitan disfrutar de los libros y reflexionar sobre su contenido. Esta guía de lectura pretende aprovechar esta magnífica obra para promover la motivación por la lectura, a la vez que se reflexiona sobre el proceso de envejecer en general y, en particular, sobre el Alzheimer. Aunque no debemos olvidar, como señala el propio Paco Roca en una de sus viñetas: “El primer objetivo de *Arrugas* es entretener. El segundo, hacer reflexionar sobre la vejez”.



## ENVEJECER: UN ÉXITO Y UN RETO

Entre el año 2000 y el 2050, a nivel mundial, la proporción de los habitantes mayores de 60 años se duplicará, pasando del 11% al 22%. En números absolutos, este grupo de edad pasará de 605 millones a 2000 millones en el trans-

curso de medio siglo. Actualmente en España el porcentaje de personas mayores de 65 años es de 17% y sigue aumentando. Sin duda es un tema que nos interesa a todos.

La capacidad funcional de una persona aumenta en los primeros años de la vida, alcanza su máximo al comienzo de la edad adulta y a partir de entonces empieza a declinar. El ritmo del descenso está determinado por nuestro comportamiento y estilos de vida: alimentación, actividad física, hábitos nocivos (consumo de alcohol y tabaco) y estrés. Sin embargo, es un error considerar que con la ancianidad el ser humano lo pierde todo, porque se vaya perdiendo vigor, fuerzas o capacidad de acción. La plenitud personal no depende de fuerzas ni aptitudes, sino de la propia actitud, por lo que es un error fundamental reducir la vida a parámetros de cantidad, olvidando los activos cualitativos.

En muchas sociedades tradicionales, las personas de edad son respetadas, pero en otras no lo son. En una sociedad donde prima el consumo, lo nuevo cobra un valor sobrestimado y envejecer no cotiza al alza. Puede haber marginación o discriminación cuando se impone una edad para la jubilación o cuando se considera que las personas mayores son peores, comparadas con cualquier otro grupo de edad y en cualquier sentido, solo debido a su edad.

Con frecuencia se producen actitudes prejuiciosas por motivos de edad. Al amparo de estos prejuicios se representa a todas las personas mayores como frágiles, anticuadas, débiles, de reacciones lentas, con discapacidad o incapaces. Este prejuicio separa a la sociedad en jóvenes y viejos. A consecuencia de estos estereotipos, las personas mayores pueden verse privadas de participar plenamente en actividades sociales, políticas, económicas o culturales.

Por su parte, la enfermedad de Alzheimer es una demencia que aparece con mayor frecuencia en las personas de avanzada edad. A medida que progresa la enfermedad se produce pérdida de memoria, trastornos del lenguaje y confusión mental, por lo que es imprescindible la ayuda de cuidadores. Para la prevención del Alzheimer se han sugerido diferentes actividades conductuales, estimulación mental y hábitos saludables.



## SOY MAYOR

¿A qué edad una persona puede ser considerada "mayor"? Datos de un estudio realizado en la Unión Europea sobre 31.280 entrevistas cara a cara realizadas a personas de 15 años o más, en los 27 países miembros de la UE y cinco países no miembros de la UE (Croacia, Islandia, Noruega, Turquía y Macedonia) señala que hay diferencias entre países a la hora de considerar a una persona mayor, desde los 70.4 años de los Países Bajos a los 57.7 años de Eslovaquia. Para los españoles, la edad para ser mayor se sitúa en los 65.5 años. Si analizamos este dato por grupos de edad, se comienza a ser viejo/mayor a los 59.1 (según los participantes de 15 a 24 años) o a los 67.1 años (según los participantes de más de 55 años).

¿A qué edad se deja de ser joven? El estudio confirma que como media de edad piensan que se deja de ser joven a los 41.8 años, sin diferencias entre los diferentes grupos de países. Con respecto a los grupos de edad, para los más jóvenes (de 15 a 24) se deja de ser joven a los 35.1 años. Y esta cifra va aumentando conforme crece la edad de los entrevistados, de manera que para las personas de 25 a 39 años se deja de ser joven a los 39.5; para los de 40-54 años, se deja de ser joven a los 42 años; y para los de 50 años o más se deja de ser joven a los 46.3 años.

Y, ¿nosotros qué pensamos?, ¿cuándo una persona deja de ser joven? y ¿por qué?

## EL PODER DE LAS PALABRAS

Las palabras no son inocentes y tienen más poder del que nosotros pensamos. Las usamos para hablar de sentimientos, para mostrar acciones, para denominar a las cosas y a las personas. Las palabras clasifican, definen y, en ocasiones, etiquetan y marginan.

¿Es lo mismo decir viejo que mayor?  
¿Cuál es la mejor manera de referirnos a las personas de más de 65 años?  
¿Cuándo y por qué usamos cada una de las palabras?



Nos planteamos ordenar las palabras que aparecen en la tabla, según nos parezcan más adecuadas para nombrar a las personas de más de 65 años. Podemos preguntarles a otras personas de distintas edades y comparar si el orden de preferencia de uso que hemos dado y el que han dado las otras personas son similares.

	Mi orden	Persona 2	Persona 3	Persona 4
Viejo				
Anciano				
Tercera edad				
Persona mayor				

EL PAÍS, sábado 26 de julio de 2014

el año de...

MICK JAGGER Músico

# 71 años de 'rock and roll'

VÍCTOR NÚÑEZ  
Madrid

Mick Jagger soplará hoy las velas de su 71º cumpleaños. La estrella del rock lo hace como si el tiempo no pasara por él: en plena gira mundial y dicen que con una nueva novia. Todo ello en un año marcado por la trágica muerte de L'Wren Scott, la mujer que le acompañó durante los últimos 13 años y con quien parecía haber encontrado una cierta estabilidad en su agitada vida.

Fue la mañana del lunes 17 de marzo cuando L'Wren Scott, diseñadora de moda a punto de cumplir 50 años y novia de Mick Jagger, fue hallada muerta en su lujoso apartamento de Nueva York. Se ahorcó con un pañuelo de seda negro, sin dejar una nota pero sí un testamento, hecho pú-

mas de noche y de día; la mayor cantidad de horas de sueño posible y evitando las drogas duras y el alcohol.

Hace unos días, el intérprete de *Satisfaction* concedió una entrevista al programa *Today* de la cadena NBC.

—¿Cómo estás?, le preguntó el presentador Matt Lauer.

—Estoy bien. Ha sido un año muy difícil, ya sabes. Pero seguí adelante. He contado con el apoyo de familiares, amigos, y eso me ha permitido superar cualquier adversidad. He tenido trabajo: una gira europea con los Stones y otras cosas, como esta gran película.

Jagger hacía alusión a *Get on up*, un filme biográfico del cantante James Brown que él produce y se estrena el próximo agosto. "En *Get on up* se va reflejando

"Ellos quieren que estés como si vivieras de nuevo en 1969. Y te quieren así porque, de otro modo, su juventud se evapora contigo. Es muy egoísta. Pero comprensible".

Mick Jagger  
"71 años de rock and roll"



revistaverano

## EL VALOR DE LA AMISTAD: CUIDAR A LOS OTROS

En esta novela gráfica se revela la importancia de la amistad. Emilio, el protagonista de esta historia, tiene un amigo: Miguel, con el que comparte muchas situaciones. Ambos quieren seguir activos y mantener su dignidad. Su relación muestra las líneas que debe trazar la amistad y los detalles que se han de tener en cuenta para conservarla.



*La propuesta que hacemos es que se hable de la amistad, la importancia que tiene para cada uno de nosotros, lo que puede aportarnos, qué esperamos de nuestros amigos y, sobre todo, qué tenemos que hacer para mantener las relaciones con ellos.*

En Arrugas, Emilio es un director de banco jubilado enfermo de Alzheimer, a quien su hijo lleva a una residencia de personas mayores. Confuso y desorientado en su nuevo entorno, sufre regresiones a etapas anteriores de su vida. Emilio encuentra el apoyo inesperado de Miguel, su compañero de habitación. Juntos intentarán ocultar a los médicos el progresivo deterioro de Emilio.

Miguel muestra otra imagen de envejecimiento totalmente distinta a la de Emilio: un envejecimiento sin dependencia ni deterioro. Él es testigo directo de la progresiva degeneración de su nuevo amigo debida a la enfermedad de Alzheimer y decide acompañarlo y cuidarlo ([www.alz.org](http://www.alz.org); [www.alzfae.org](http://www.alzfae.org)).

Ante el deterioro mental progresivo que produce el Alzheimer el papel de los cuidadores cobra una importancia trascendental. *Sería interesante profundizar en los síntomas de esta enfermedad, las actividades que la retardan, así como en la figura de los cuidadores de este tipo de enfermos.*

## IMAGEN DE LOS MAYORES: MITO Y REALIDAD

Al hablar de la imagen de las personas mayores lo hacemos en una doble dirección: por un lado está la imagen que los demás tienen de ellos; por el otro, la propia imagen que ellos tienen de sí mismos. Sin embargo, ambas imágenes están estrechamente relacionadas. Sabemos que uno puede acabar siendo lo que cree que es, y lo que cree que es depende muchas veces de lo que dicen que es. En el caso de las personas mayores esto se relaciona con la importancia que pueden llegar a tener, tanto la imagen que proyecta de ellos la sociedad como la que tienen de ellos las personas que les rodean.

La imagen que tenemos de las personas mayores tiene una profunda carga de subjetividad y está ligada al momento y al contexto que vivimos. Es por lo que ha variado con el tiempo

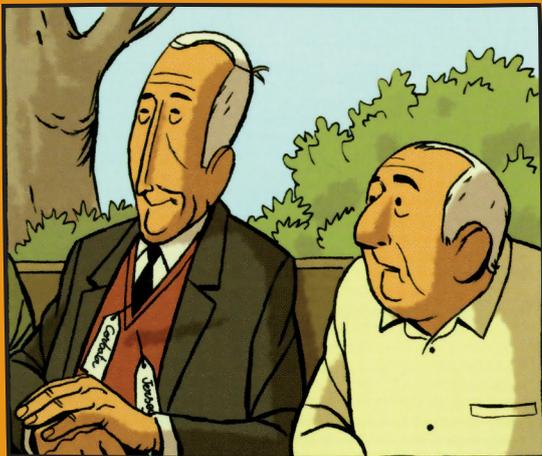
y, además, lo hace dependiendo del lugar y de la cultura. En este sentido, el envejecimiento además de entenderse como un fenómeno fisiológico, debe entenderse como un fenómeno social.

Es evidente que existen creencias, actitudes y estereotipos negativos en torno a la vejez y a las personas mayores. Debemos saber que no siempre la imagen de la vejez fue negativa y que es en la época de las sociedades industrializadas cuando al grupo de personas mayores, que ya no participan del trabajo productivo, se les llega a considerar como personas de segundo orden; al tiempo, que no siempre de forma explícita, se les aparta del resto de la sociedad. En estas sociedades en las que el trabajo es el elemento catalizador del prestigio social y de la propia identidad personal, puede ocurrir que las personas mayores sean relegadas a papeles marginales, esperando de ellos que “molesten lo menos posible”.

*Nuestra propuesta tiene que ver con conocer la imagen social que tenemos de las personas mayores, porque será muy importante a la hora de establecer nuestras relaciones con ellas. Se trata de valorar una serie de afirmaciones de 1 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo), siendo 3 (indiferente), reflexionando sobre el resultado de nuestras valoraciones. Esta es nuestra propuesta, valora las siguientes afirmaciones:*



<b>Las personas mayores tienen:</b>	(Valora del 1 al 5 )
1. Deterioro de salud	
2. Incapacidades	
3. Deterioro de la memoria	
4. Dificultad para aprender	
5. Son rígidos e inflexibles	
6. Menos activos	
7. Menos responsables	
8. Necesitan menos amigos	
9. Menos interés por el sexo	
10. La jubilación produce trastornos	
11. Dificultades para resolver problemas	
12. Son como niños	
13. Menos interés por las cosas	
14. Aumentan sus defectos	
15. Son cascarrabias	
16. Son peores para el trabajo	
17. No les conviene el ejercicio físico	



© de los textos: sus autores

© de la edición: Universidad de Castilla-La Mancha.

**Autores:** Elisa Larrañaga, Sacramento Pinazo,  
Javier Yanguas y Santiago Yubero.

**Maquetación:** Ana Angélica Moreno (El Perchero)

**D.L.:** CU-227-2014

**Imprime:** Trisorgar S.L.

Impreso en España (U.E.) - Printed in Spain (U.E.)

Esta guía de lectura ha sido elaborada a partir de la novela gráfica *Arrugas* de Paco Roca (Astiberri, 2009). Paco Roca es dibujante e ilustrador, y autor de varias novelas gráficas de notable éxito ([www.pacoroca.com](http://www.pacoroca.com)).

El libro *Arrugas* obtuvo el Premio Nacional del Cómic en 2008 y se ha traducido a distintos idiomas, entre ellos francés, inglés y chino.

La historia está ambientada en una residencia para personas mayores. Narra la amistad entre Emilio, que acaba de llegar a una residencia de ancianos en un estado inicial de Alzheimer, y Miguel, un compañero que se convertirá en su amigo y que le ayudará en las actividades de la vida cotidiana y que trazarará planes, un tanto descabellados, para superar el tedioso día a día de la residencia. La historia, llena de ternura, se tiñe de comedia para realizar un alegato sobre la amistad y envejecimiento activo.

*Arrugas* ha sido llevada al cine en un largometraje animado en 2D con una duración de 90 minutos realizado en España y dirigida por Ignacio Ferreras. Recibió el premio a la mejor película de animación y al mejor guión adaptado de la XXVI edición de los Premios Goya; nominada mejor película de animación en los premios Annie 2012; ganadora del premio belga Anima 2012 (Audience Choice) y Cartoon Movie de Lyon 2012 (mejor producción europea) ([www.arrugaslapelicula.com](http://www.arrugaslapelicula.com)).

Esta guía de lectura pretende aprovechar esta magnífica novela gráfica para promover la motivación por la lectura y, a la vez, reflexionar sobre el proceso de envejecer y la enfermedad de Alzheimer.



SOCIEDAD VALENCIANA DE  
GERIATRÍA Y GERONTOLOGÍA

CEPLI

CENTRO DE ESTUDIOS DE PROMOCIÓN  
DE LA LECTURA Y LITERATURA INFANTIL. UCLM



UCLM

UNIVERSIDAD DE CASTILLA-LA MANCHA