



SENECTUD

SIGO SIENDO LO QUE SOY

A PESAR DE TODO. Hernando Bernal A. 2026

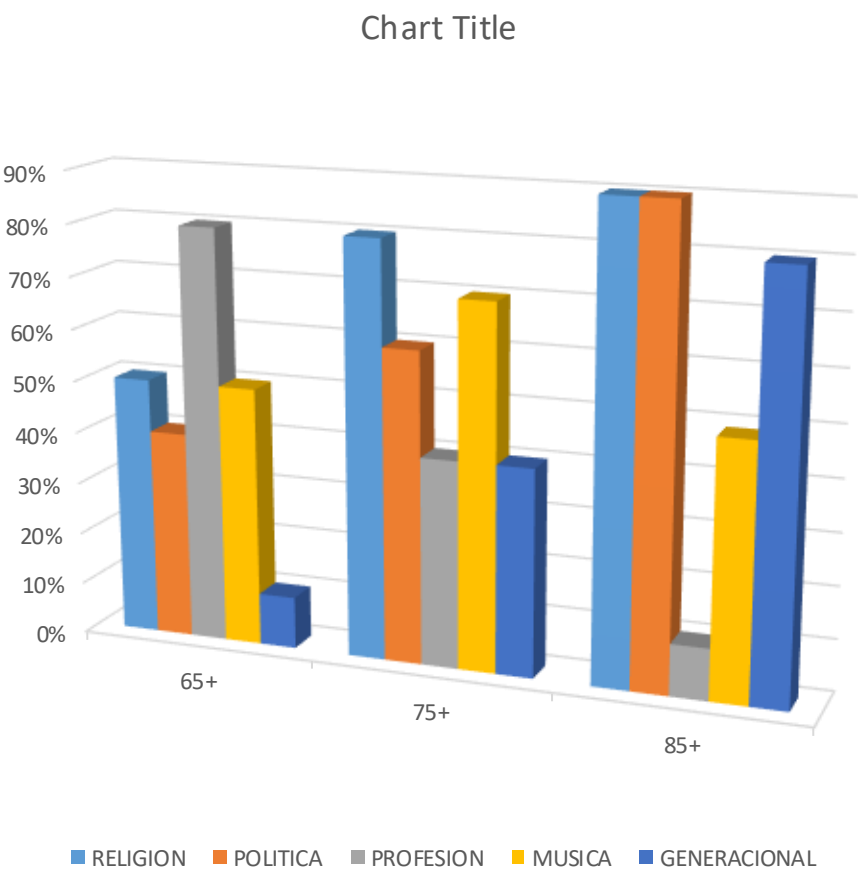
EVOLUCION ETARIA

- A LOS 65 AÑOS: Hago lo que quiero y no porque me toca hacerlo,
- A LOS 75 AÑOS: Edad Dorada. “Máximo de Autonomía, Mínimo de responsabilidades directas”
- A LOS 85 AÑOS: Restricciones físicas y perdida de autonomía
- 88 + : Años de “Conciencia y satisfacción”



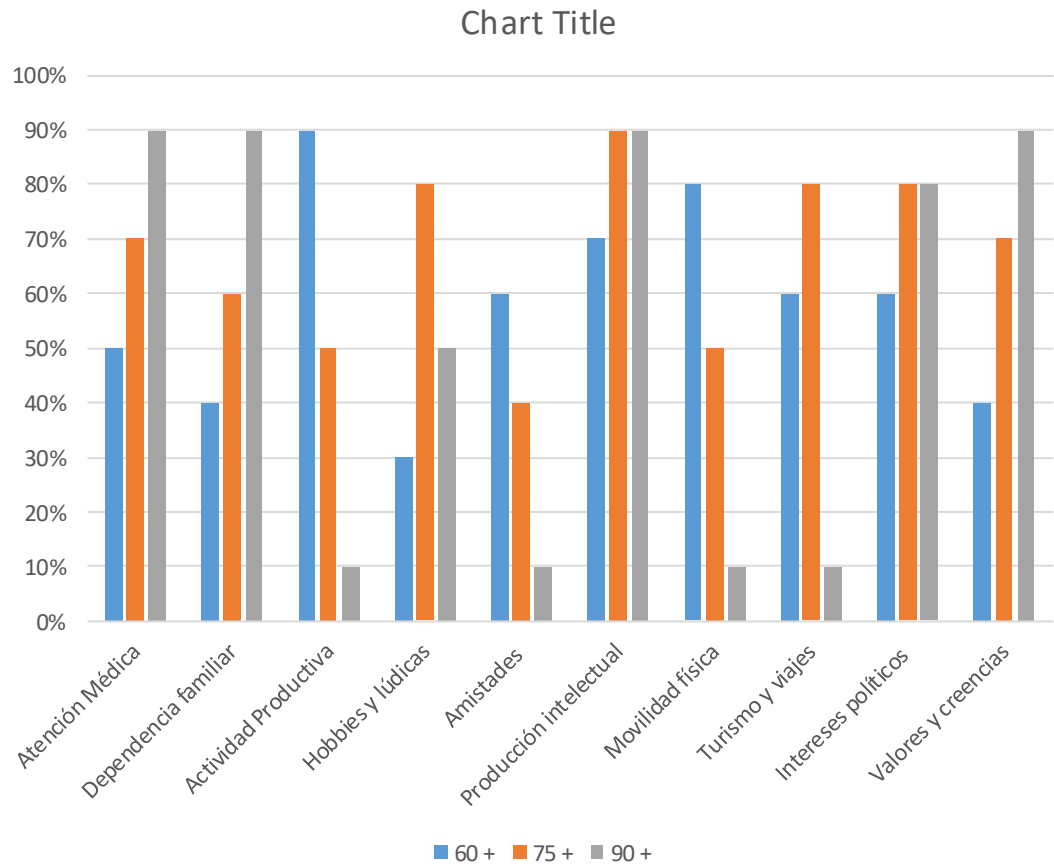
EVOLUCION DE MIS INTERESES PERSONALES

INTERESES	65+	75+	85+
RELIGION	50%	80%	90%
POLITICA	40%	60%	90%
PROFESION	80%	40%	10%
MUSICA	50%	70%	49%
GENERACIONAL	10%	40%	80%



USO DEL TIEMPO y RECURSOS

	Tercera Edad	Cuarta Edad	Edad Provecta
Años cumplidos	60 +	75 +	90 +
Atención Médica	50%	70%	90%
Dependencia familiar	40%	60%	90%
Actividad Productiva	90%	50%	10%
Hobbies y lúdicas	30%	80%	50%
Amistades	60%	40%	10%
Producción intelectual	70%	90%	90%
Movilidad física	80%	50%	10%
Turismo y viajes	60%	80%	10%
Intereses políticos	60%	80%	80%
Valores y creencias	40%	70%	90%
total actividades	580%	670%	530%
TOTALES	1000%	1000%	1000%



Una nueva oportunidad; El diálogo Digital

- IA - Exploración sobre los 10 relatos que predominan en el mundo actual y sus consecuencias políticas
- YOUTUBE - Revisión de las tendencias filosóficas y políticas de la actualidad
- WEB ACADEMIA - Difusión de las ideas personales y trabajos académicos
- CHATS: Frecuentes por amistad y asuntos de trabajo

