



Álvaro Prieto Seva

Médico Geriatra. Miembro de AGM

¿POR QUÉ UN DIA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS MAYORES?

Para ser sincero no me gusta celebrar el Día Internacional de las Personas Mayores. Como no me gusta celebrar el de Día de las Personas con Discapacidad, o el de las Personas Refugiadas, o el de la Mujer Trabajadora. Me recuerda que a nuestra sociedad todavía le falta un largo recorrido hacia la igualdad, hacia la igualdad de oportunidades, más allá de la diversidad funcional o psíquica, las diferencias de género o la situación social.

Pero es quizás por ese motivo, recordar esa desigualdad, luchar contra esas diferencias y eliminar estereotipos negativos, por lo que son necesarias estas celebraciones. A modo de recordatorio, a modo de llamada de atención.

En 1990 la Asamblea General de las Naciones Unidas designó el 1 de Octubre Día Internacional de las Personas Mayores. En 2002, la Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento, celebrada en Madrid, aprobó el Plan de Acción Internacional sobre el Envejecimiento, para responder a las oportunidades y los desafíos del envejecimiento de la población en el siglo XXI y para promover el desarrollo de una sociedad para todas las edades.

Este día me hace reflexionar sobre varios aspectos relacionados con el envejecimiento. De momento ya me plantea una duda ¿Cuándo consideramos que una persona es “mayor”?

Ciertamente no está tan claro. El envejecimiento es un fenómeno progresivo y multifactorial, ligado a la clásica triple vertiente biológica, psicológica y social de la salud.

Si bien la genética influye, está asociado a los estilos de vida que condicionan un envejecimiento en las mejores condiciones posibles. Un envejecimiento activo y saludable supone la existencia de un proyecto vital de la persona, sea cual sea su edad cronológica, y el establecimiento de unas pautas de actuación para su consecución.

Nunca es tarde para un cambio de mentalidad. En cualquier momento de su vida la persona puede, y debe, optar por optimizar su envejecimiento. La preparación para un envejecimiento activo y saludable debe ser progresiva y transversal, desde la etapa de la madurez (o incluso antes) hasta la vejez, adaptada a la edad y circunstancias personales, e integrada en las políticas de salud a nivel laboral, asistencial, social.

Desde este punto de vista debemos eliminar cualquier estereotipo negativo asociado a las personas mayores. Como dijo Miguel de Unamuno

“Jamás un hombre es demasiado viejo para recomenzar su vida y no hemos de buscar que lo que fue le impida ser lo que es o lo que será”

O como dice el refranero popular respecto a la experiencia acumulada

“Más sabe el diablo por viejo que por diablo”

“Gallina vieja hace buen caldo”

Pero si se dedica específicamente un Día de las Personas Mayores es necesario saber que éste es un concepto ambiguo. Resultan evidentes, más allá de la edad cronológica que tengan, las diferencias entre una persona mayor activa, autónoma e independiente y otra que presenta un deteriorado estado de salud con dependencia funcional, deterioro cognitivo o con elevadas necesidades de apoyo.

En el primer caso este día sirve, como indica la OMS, para *“poner de relieve la importante contribución de las personas mayores a la sociedad y para concienciar sobre los problemas y los retos que plantea el envejecimiento en*

el mundo actual” y para promover un envejecimiento activo y libre de discriminación por razón de edad.

Pero por otro lado, y especialmente en este momento en el que nos vemos afectados por la pandemia Covid19, se pone de manifiesto la fragilidad y la necesidad de establecer un modelo de cuidados que garantice una atención adecuada y la dignidad de las personas mayores dependientes. Por ello resulta necesario abrir un debate serio y profesional, sin interferencias de grupos de presión, sin ideologías políticas, sobre el modelo de atención más adecuado que garantice la protección de los grupos más vulnerables, no sólo de los mayores dependientes, de nuestra sociedad.

Un modelo basado en la libertad de elección y en las necesidades reales de las personas. Un modelo basado en políticas públicas que se adapten al perfil actual de las personas mayores, con más inquietudes culturales y mayores demandas; en la adecuación del actual sistema de pensiones para garantizar los recursos para el futuro; en la necesidad de una atención geriátrica especializada, tanto a nivel preventivo como asistencial; en la consolidación de un sistema sociosanitario, integrando y coordinando los servicios sanitarios y sociales, garantizando la continuidad de cuidados; destacando el papel de la enfermería en dicho sistema como “gestora de casos”, en especial en el ámbito comunitario; en la promoción del envejecimiento activo; en la consideración del sector de atención a los mayores como estratégico; y en la necesidad de una auditoria continuada de la eficacia, la eficiencia y la calidad del sistema, entre otras.

Para ese debate hacia la igualdad de oportunidades y en defensa de los derechos, y también de deberes, de las personas mayores, en el que indudablemente deben participar los propios mayores, la Asociación Gerontológica del Mediterráneo siempre estará dispuesta a colaborar.