

1 de octubre, Día Internacional de las Personas Mayores

El 1 de octubre es, desde hace 33 años y a instancias de la ONU, el Día Internacional de las personas de edad. Esta efeméride pretende dar visibilidad y reivindicar los derechos de este grupo etario. Las personas de edad o personas mayores conforman un grupo muy heterogéneo no siempre fácil de delimitar. Esto es así al establecer el límite inferior, ya que se aplican diferentes criterios (laborales, biológicos, sociales, etc.) para considerar “mayor” a partir de los 50 años, de los 60, 65 o 67. En lo que no cabe duda es en que el paso del tiempo genera cambios personales y sociales que desembocan en la vejez.

La vejez no es nueva. Lo es su intensidad. Siempre ha interesado, como lo demuestran escritos tan conocidos como la obra “De senectute” de Cicerón. Más próximos en el tiempo son “La vejez” de Vicente de Pereda (1932) o el ensayo con el mismo título de Simone Beauvoir (1970). Su reconocimiento como “problema de hoy” también está presente en la publicación francesa del *Groupe Lyonnais d'études médicales* de 1965. Otras artes como la pintura y la escultura representan a las personas de edad desde hace siglos, a lo que se ha sumado el séptimo arte en la última centuria.

Las personas mayores no han constituido históricamente un grupo numeroso, pero se le ha reconocido su vulnerabilidad a la pobreza, la enfermedad, el abandono y la muerte. Otra forma de acercarse a ellas fue desde el estudio de la longevidad y el proceso de envejecer, como hizo Metchnikoff, premio Nobel de Medicina en 1908. Un año más tarde Nascher introduce el término Geriatria: “rama de la medicina que estudia los aspectos clínicos, preventivos, terapéuticos y sociales del anciano en situaciones de salud y de enfermedad”. Pero será la británica Marjorie Warren quién afianzó, en los años 30, los principios de la medicina geriátrica basada en la valoración integral de la persona mayor.

Sobre estas bases, la Gerontología como ciencia que estudia el proceso del envejecimiento de los seres vivos en todos sus aspectos (biogerontología, gerontología clínica, gerontología social y del comportamiento), se fue afianzando. En 1969, Robert Butler, primer director del Instituto Nacional del Envejecimiento en Estados Unidos, acuñó el término inglés ageism (“viejismo”/“edadismo”), entendido como la discriminación por razones de edad. Medio siglo más tarde, la ONU publica el Informe Mundial sobre el Edadismo:

“El edadismo es un fenómeno generalizado en las instituciones, legislaciones y políticas de todo el mundo. Causa daño a la salud y la dignidad de las personas, así como a la economía y la sociedad en general. El edadismo niega a las personas sus derechos humanos y les impide alcanzar su pleno potencial” (2021).

La realidad parece tozuda. El aumento de la esperanza de vida al nacer, uno de los mayores logros del último siglo, ha supuesto un creciente incremento del número de personas de edad que, además, quieren envejecer con buena calidad de vida. Ahora bien, son cada vez

más visibles problemáticas sociales y personales ligadas a ese envejecimiento: edadismo, maltrato, soledad no deseada, brecha digital o exclusión social. Estos y otros factores pueden ser detonantes de la fragilidad, antesala a la dependencia con intercurencia de la enfermedad.

El camino recorrido en las últimas décadas muestra que quedan múltiples áreas de mejora para alcanzar el pleno reconocimiento de los derechos de las personas de edad. La apuesta por las Buenas Prácticas y la Atención Centrada en la Persona son ejemplos de ello en los Cuidados de Larga Duración.

Otra propuesta la encontramos en el lema de este año de la ONU: “Cumplir las promesas de la Declaración Universal de Derechos Humanos de las personas mayores: entre generaciones”. Se pretende así insistir en la necesidad de mantener y fomentar unas relaciones intergeneracionales que superen situaciones problemáticas que, en ocasiones, son compartidas por jóvenes y mayores como el edadismo y el suicidio. En este sentido reconoce la ONU que el edadismo es, posiblemente, la mayor limitación para el éxito de respuestas ante los desafíos y oportunidades presentes.

Entre generaciones anda la cosa. Las generaciones que ya no están dejaron su bagaje, enseñanzas y valores. Las presentes desarrollan, igualmente, relaciones intergeneracionales con generosidad y afecto mutuo. Promocionar sus acciones deber servir de apoyo y estímulo para avanzar en esa dirección y poder cambiar la forma en la que pensamos, sentimos y actuamos en relación con la edad y el envejecimiento. Solo así es posible luchar contra el edadismo institucional, interpersonal y el auto-infligido. Se nos insta, en suma, a trabajar desde la infancia unas relaciones intergeneracionales positivas, porque es cuando adquirimos estereotipos que marcan toda la vida.

“Hay una nueva vejez, que puede aprender de la antigua vejez” (Teresa Bazo, 1992).

Teresa Marcellán Benavente y Sagrario Anaut Bravo
Presidenta y vicepresidenta de la Sociedad Navarra de Geriatria y Gerontología