

PROTECCIÓN

INTEGRACIÓN

NUEVAS  
TECNOLOGÍAS

## Manifiesto por un envejecimiento dinámico y participativo desde la Universidad

**Realizado por la Federación de Asociaciones Universitarias de Mayores de Castilla y León, para impulsar la integración plena de los mayores en la sociedad**

JESÚS GUTIÉRREZ, Presidente de la Asociación de Alumnos Mayores de la Universidad de León y Presidente de FASUNEX

La Federación de Asociaciones de Alumnos y Antiguos Alumnos del Programa Interuniversitario de la Experiencia de Castilla y León (FASUNEX), hemos hecho público un manifiesto “por el Envejecimiento Activo”, entendiendo que no solo debe contener un listado de derechos, sino que debe llevar aparejado el establecimiento de garantías adecuadas para la efectividad y protección de los mismos.

Este documento se hace necesario para realizar una valoración de la vejez más ajustada a la realidad, alejada de los estereotipos negativos y que otorgue el protagonismo que merecen las personas mayores como parte de la sociedad. “Proponemos a las Instituciones públicas que consideren el envejecimiento activo como un proceso dinámico y no como un estado. Este dinamismo se ve incrementado por la particular forma en que cada persona envejece y los significados

íntimos que se atribuyen, que hacen que se viva de diferentes maneras.

El compromiso de las personas mayores en la construcción del futuro y del bienestar social debe hacerse a través de la participación y esto “significa que la percepción del envejecimiento debe cambiarse, que las políticas deben ser más flexibles y abiertas a los mayores, y que no se debería hacer políticas del mayor sin contar con los propios mayores”. Por tanto, las necesidades y capacidades de las personas mayores deben ser consideradas en la planificación y ejecución de todas las iniciativas locales, provinciales, y autonómicas de investigación, desarrollo de políticas y programas sociales que les afecten. El derecho de ser consultadas acerca de las decisiones que les afecten directamente, debe ser reconocido.

En este sentido, el manifiesto subraya que posibilitar y activar la participación de los mayores como elemento transformador, implica su

reconocimiento como agente de desarrollo social. La complejidad de los procesos que propiciarán que las personas mayores vayamos envejeciendo activamente, sin desvincularnos de nuestro entorno, hace que sea necesario trabajar desde un modelo que aúne dos elementos esenciales: “El envejecimiento y la calidad de vida”:

1. Las personas mayores tienen derecho a permanecer integradas en la sociedad y a participar en la misma, tomando parte en la formación de las políticas públicas, especialmente las que afectan a su bienestar social, compartiendo sus conocimientos y experiencias con las generaciones más jóvenes.
2. Defendemos la solidaridad intergeneracional, los mayores debemos ser referentes, no marginados. Pedimos una administración educativa en los colegios y de manera especial en los hogares, para fomentar la acción intergeneracional con un equilibrio entre la

innovación y la experiencia.

3. El derecho a la dignidad. Las personas mayores no deben ser menospreciadas o tratadas con menos respeto. Las prácticas y conductas ofensivas erosionan la dignidad, así como las condiciones de vida y la falta de acceso a recursos materiales y sociales, al igual que su exclusión por razones de edad, sexo, raza, o procedencia étnica, discapacidad, estatus socioeconómico y otras condiciones personales o sociales.
4. Las personas mayores tienen derecho a seguir desarrollando plenamente su personalidad, sus capacidades y su potencial, y a dar respuesta a sus necesidades de expresión. Deben tener la posibilidad de participar en actividades laborales, educativas, culturales y recreativas, y no solo verse relegadas a la realización

de actividades estereotipadas. Queremos tener garantizado el acceso al conocimiento, a los cauces de información y a las vías de protección y defensa que garanticen su ejercicio efectivo.

5. El acceso a las nuevas tecnologías es un derecho de todos, por lo que no se puede excluir a las personas mayores. Para ellas las TIC's son, sobre todo, sinónimo de comunicación; acceder a ellas y saber emplearlas supone romper un aislamiento que les afecta en su mayoría.
6. La protección también es vital. El maltrato a los mayores no ha recibido la misma atención que el maltrato contra la mujer o el maltrato infantil. El estado tiene el deber de aplicar políticas tendentes a salvaguardar a la tercera edad.
7. Igualmente es necesario combatir las violencias patrimoniales

o económicas, en las que existe una explotación o apropiación de los bienes de la persona mayor por parte de terceros, sin consentimiento o con consentimiento viciado, fraude o estafa.

Envejecer no es otra cosa que cambiar, acumular saberes y experiencias que requieren desplegar procesos de adaptación y desarrollo a nivel personal y social.

Nos encontramos en un momento histórico singular en relación con el envejecimiento. Las personas mayores no sólo deseamos vivir más años sino que aspiramos a llenarlos de vida.

El cambio siempre levanta resistencias y estas sólo se vencen con Formación, Información y Trabajo. Tenemos que olvidar antiguos sistemas o métodos de hacer, pensar, sentir, vivir la vida y envejecer ◀◀

## Propuesta para un Modelo de Envejecimiento

El modelo de Envejecimiento Activo que a continuación se presenta (está inspirado en los trabajos de investigadores con gran experiencia en este ámbito), pretende orientar el cambio hacia una sociedad que envejece activamente, considerando e integrando, todos los elementos que hacen posible su desarrollo con el fin de alcanzar mayores cotas de calidad de vida para todos los asociados de FASUNEX (15 asociaciones y cerca de 3.000 personas) y para todas las personas mayores en general.

Gracias a esta identificación se podrán adoptar medidas específicas que propicien que eso suceda. Las dimensiones son las siguientes.

- **El bienestar emocional.** Se produce cuando la persona experimenta sentimientos de felicidad y satisfacción, cuando se siente segura en contextos no estresantes y su autoconcepto le permite valorarse y aceptarse como es.
- **El bienestar físico.** Es el que la persona siente cuando se percibe sana. En la prevención de la salud son decisivos los hábitos cotidianos (alimentación, prácticas de ocio, actividad física, etc) y un adecuado sistema de atención sanitaria.
- **El bienestar material.** Está relacionado con el nivel socioeconómico de la Persona.
- **La inclusión Social.** Es posible cuando la persona no ve dificultado su acceso a la comunidad y a participar activamente en ella, ni por barreras físicas ni personales, pudiendo desarrollar roles socialmente aceptados.
- **Las relaciones interpersonales.** Tiene que ver con la posibilidad de mantener interacciones significativas de la amistad e intimidad con otros, con el sentimiento de pertenencia a un grupo y con disponer de una red de apoyo social.
- **El desarrollo personal.** Se refiere a la posibilidad de crecimiento personal, la mejora de las competencias personales o los niveles educativos a lo largo de la vida. Este aspecto va mucho más allá puramente académico.
- **La autodeterminación.** Está relacionada con la posibilidad de elegir y tomar decisiones libremente y según las preferencias personales.
- **Los derechos.** Se refiere al derecho de las personas a la consideración de su dignidad individual (independientemente de su circunstancia personal), el derecho a dirigir su propia vida y hacerlo libremente, el derecho a la privacidad.