

DIA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS MAYORES

1 de octubre de 2016

MANIFIESTO

El 1 de octubre, se celebra el Día Internacional de las Personas Mayores, designado el 14 de diciembre de 1990 por la Asamblea General de las Naciones Unidas, en seguimiento a iniciativas como el Plan de Acción Internacional de Viena sobre Envejecimiento.

En 2002, la Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento aprobó el Plan de Acción Internacional de Madrid 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.

Atendiendo el progresivo incremento de la esperanza de vida que podría llegar en 2.064 a sobrepasar los 90 años, superando en 10 años la actual, y siendo esta esperanza de vida en la población española de las más altas de la Unión Europea, es importante continuar la línea de trabajo que permita ir superando los nuevos retos que ello plantea a nivel social, económico, político y cultural. Ante esta realidad, es ineludible que los agentes responsables, entre los que nos incluimos como psicólogos y como organización colegial, aportemos nuestra profesionalidad y se proporcionen los medios necesarios para que el envejecimiento de las personas de nuestra sociedad lo haga en condiciones óptimas de salud física, psíquica, emocional y social.

La salud, por sus consecuencias en términos de dependencia, es considerada como la principal preocupación para las personas mayores; proporcionando oportunidades para envejecer saludablemente los programas de prevención y concienciación de la responsabilidad del propio envejecimiento, potenciando el envejecimiento activo con el objetivo de que las personas mayores puedan disfrutar de una vida saludable e integrada plenamente en su entorno, tomando el aumento de los años de vida libre de discapacidad, como uno de los principales objetivos de salud.

En el campo de la psicología uno de los avances más significativos ha sido demostrar que los aspectos psicológicos están en la base del envejecimiento activo, habiendo demostrado la investigación que en relación al declive cognitivo es crucial tanto la estimulación cognitiva como el contar con una buena salud emocional para un envejecimiento saludable.

Por ello, es necesario:

- Promover actividades que permitan la participación del mayor superando los estereotipos relacionados con la edad y eliminando barreras debidas a esta causa. Sensibilizar a la sociedad en general sobre la importancia y responsabilidad propia de envejecer activamente.
- Potenciar desde la enseñanza infantil la toma de conciencia del envejecimiento como proceso permitiendo el empoderamiento de los valores intrínsecos de la vejez y el rol de la persona mayor en la sociedad.
- Promover el envejecimiento activo posibilitando que lleven una vida autónoma durante el mayor tiempo posible.
- Diseñar programas y actividades psicológicas de prevención secundaria y terciaria en relación al envejecimiento patológico.
- Apoyar y promover programas que atiendan el cuidado de los cuidadores principales de personas mayores con dependencia.
- Apoyar y fomentar la investigación en el campo del envejecimiento patológico y la cronicidad.

Desde el Grupo de Trabajo de Psicología del Envejecimiento del Consejo General de la Psicología de España y el Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid queremos apoyar y potenciar las iniciativas encaminadas a fomentar el envejecimiento saludable, establecer medidas para paliar y dar un mejor confort en el envejecimiento patológico y concienciar a la sociedad española de los beneficios que ello conlleva, concienciando de la responsabilidad de cada persona en su propio envejecimiento.

Alentamos a todos aquellos psicólogos y psicólogas que trabajan en el campo de la Psicogerontología a apostar por una formación continua, a la promoción e identificación de buenas prácticas profesionales e intercambio de las mismas a través de la organización colegial, que permita fomentar las conductas de salud y envejecimiento saludable a nivel familiar, institucional y sociocomunitario.

Madrid 1 de octubre de 2016