

# ADULTOS MAYORES: CÓMO HACER VISIBLE LO INVISIBLE



Por **Silvia Gascón\***

El 1° de octubre se conmemora cada año el Día Internacional del Adulto Mayor. Sin duda hay mucho para celebrar desde que hace 20 años este día fuera establecido por las Naciones Unidas.

En la actualidad hay más de 600 millones de personas mayores de 60 años en todo el mundo y este total se duplicará para 2020. Si queremos proyectar aún más el futuro, las predicciones demográficas nos dicen que en el año 2050 esta cifra se incrementará hasta llegar a dos mil millones de personas mayores.

Como el envejecimiento poblacional se produce por el incremento de la expectativa de vida, pero también por la disminución de los nacimientos, se espera que para ese entonces por primera vez y quizás para siempre las personas mayores de 60 años serán más que los niños menores de 14 años.

La intención de establecer esta fecha ha sido hacer más visible la situación de este grupo etéreo y confirmar que la tendencia al llamado envejecimiento poblacional, lejos de revertirse, se profundizará.

Por eso, al celebrar este día internacional es conveniente expresar la alegría y la preocupación por estas cifras asombrosas.

La buena noticia es que la mayor longevidad en muchas partes del mundo, incluso en muchos sectores de nuestra sociedad, significa además de una vida más larga, una vida con mejores niveles de salud y educación, con ingresos adecuados y con posibilidades de permanecer integrados y contribuyendo a sus familias y comunidades. Tanto es así que es frecuente hoy escuchar hablar de envejecimiento “saludable”, “exitoso”, “productivo”, “activo” y con “plena inclusión social”.

La mala noticia es que para muchos de nuestros ciudadanos mayores tanto por sus historias de vida,

como por su situación actual estos atributos resultan más una expresión de deseos que una realidad.

## Ingreso digno

Todavía demasiadas personas carecen de un ingreso digno que les permita afrontar sin temores esta etapa de la vida. Más allá de los avances que en extensión de cobertura previsional se han realizado, se hace imprescindible incrementar el monto de los ingresos y tener en cuenta en el cálculo que mide la llamada “línea de la pobreza” el gasto en medicamentos y transporte que, para las personas de edad, significa un importante porcentaje de su gasto de bolsillo.

## Cuidados integrales de salud

Muchas personas mayores no tienen acceso a cuidados de salud adecuados. La transición demográfica trae aparejados cambios epidemiológicos. El alargamiento de la vida provoca que cada vez más personas vivan muchos años y más años a partir de los 75, 80 y más. El aumento de la longevidad incrementa la posibilidad de padecer enfermedades crónicas, que suelen producir discapacidades, que son más pertinaces y duraderas que las agudas. No son además sensibles a las campañas habituales de salud pública, ni a las curas farmacológicas.

Sin embargo, poco se ha avanzado en lograr sistemas que provean cuidados de larga duración, que posibiliten el deseo de envejecer en casa, con el apoyo de recursos humanos y tecnológicos que garanticen su bienestar y eviten la sobrecarga del grupo familiar.

El desafío entonces es doble, ya que por un lado las enfermedades transmisibles, propias de los países mas empobrecidos, siguen afectando a gran parte de la población, particularmente niños; mientras que las enfermedades crónicas siguen incrementándose y requieren de servicios de atención más duraderos y costosos.

\* La autora es directora de la Maestría en Gestión de Servicios de Gerontología de la Universidad ISALUD y miembro del comité directivo de HelpAge International y del Consejo Consultivo en Envejecimiento de la OPS.

## Entornos y ciudades amigables

Por otro lado las viviendas y las ciudades resultan hoy poco amigables con las personas mayores. La idea de un diseño universal, para todas las personas y todas las edades es una ambición muy lejana.

Un estudio realizado por la Universidad ISALUD en la ciudad de La Plata da cuenta de cuáles son las principales barreras que las personas mayores, sus familiares y otros grupos consultados identifican para lograr la inclusión y participación activa a medida que los años pasan.

Las veredas rotas, la inaccesibilidad de los medios de transporte y el maltrato que las personas mayores reciben de los choferes y conductores; la falta de rampas que facilitan el acceso a edificios públicos y privados, la ausencia de baños públicos y de bancos para descansar en la vía pública, son algunos de los factores obstaculizadores más recurrentes. Pero también la discriminación, el maltrato y la falta de respeto aparecen como aspectos dolientes de una situación que es urgente revertir.

Por eso en este día internacional es necesario reconocer que queda todavía mucho por hacer. Y que la tarea nos involucra a todos.

Por supuesto que el gobierno debe asumir en todas sus jurisdicciones nacional, provincial y local, sus responsabilidades indelegables en asegurar un ingreso digno y una cobertura de salud adecuada.

Pero también los empresarios deben visualizar a este grupo, al que ni siquiera contemplan como clientes. Es asombrosa la falta de oferta de ayudas técnicas que mejorarían la vida de muchas personas que presentan impedimentos para realizar por sí solos las actividades de la vida diaria. Y no se trata necesariamente de artículos muy sofisticados, ni de alto costo, si no tecnologías, que se encuentran disponibles en otros países de la región y de servicios de baja complejidad como el cuidado en domicilio o la teleasistencia.

Y también es necesario poner esfuerzos en la formación de profesionales y técnicos. Las universidades públicas y privadas deberían incluir en la formación de grado contenidos que garanticen que profesionales de diversas disciplinas conozcan más y mejor el proceso de envejecimiento normal, así como las enfermedades propias de la vejez, y las acciones posibles en materia de protección y promoción, prevención y rehabilitación.

La sociedad toda debe producir cambios. Es impres-

**Como el envejecimiento poblacional se produce por el incremento de la expectativa de vida, pero también por la disminución de los nacimientos, se espera que para 2020 por primera vez y quizás para siempre las personas mayores de 60 años serán más que los niños menores de 14 años.**

cindible cambiar la visión del envejecimiento como algo negativo, para poder reconocer que es una etapa más de la vida en la que es posible desarrollar proyectos, cumplir anhelos rezagados, seguir contribuyendo. Y este es un punto en el que los medios de comunicación también pueden ayudar y mucho.

Finalmente se debe considerar el insustituible rol que juegan las familias y las redes de amigos. Está comprobado que las redes sociales familiares y de amigos ayudan a vivir más y mejor.

Pero es cierto también que las familias han cambiado. La menor cantidad de hijos, y el ingreso de la mujer al mercado de trabajo (cuidadora tradicional de niños y ancianos) hacen que la disponibilidad de cuidados se haya reducido. Muchas mujeres de edad intermedia reparten su tiempo entre el cuidado de nietos y padres. Otras deben descuidar o abandonar incluso su fuente laboral por la falta de apoyos institucionales. Los cuidados en la vejez provienen de tres fuentes: la familia, el Estado y el mercado. Ninguna de éstas tiene competencia exclusiva en la prestación de cuidados. En nuestro país, la carga del cuidado recae casi exclusivamente en la familia, y en el 80% de los casos son mujeres, que según un estudio realizado por la Organización Panamericana de la Salud en el año 2002 dijeron en un 70% "no poder más" y en un 85% "no poder afrontar los gastos". Es imprescindible, entonces realizar acciones para favorecer el envejecimiento en casa, apoyando a las familias en la tarea de cuidar a sus mayores.

Argentina, al igual que el resto de los países de Latinoamérica disfruta aun del llamado "bono demográfico", que establece una relación entre población económica activa y dependiente favorable. Pero esta situación es transitoria. En 20 años avanzaremos hacia la etapa final de la transición demográfica. Y es allí cuando debemos estar listos.

Para ello hay que tomar medidas ahora. El desafío es enorme, y como ya se dijo nos incluye a todos: los gobiernos, la sociedad civil, las familias y las propias personas mayores, que deberán estar listos para luchar por la defensa de sus derechos.

Las palabras clave quizás sean entonces equidad y solidaridad, entre ricos y pobres, entre sistemas públicos y privados y especialmente entre jóvenes y ancianos. Para que el envejecimiento no sea un "nuevo problema social" sino y por el contrario un éxito de la humanidad. 