

# El envejecimiento y la ciudad

*desarrollando espacios urbanos para las personas mayores*



## Resumen ejecutivo

Hoy más de la mitad de la población mundial vive en ciudades, y esa proporción llegará a los dos tercios en 2050. La población mundial está envejeciendo rápidamente, el número de personas mayores de 60 años pasará a mil millones durante la próxima década. Un número importante y creciente de la población urbana del mundo son personas mayores – más de 500 millones. Estas dos tendencias - urbanización y envejecimiento de la población – se están dando de forma acelerada en los países de bajos y medianos ingresos.

Diferentes investigaciones demuestran que para las personas mayores las ciudades presentan barreras físicas, sociales y económicas que les impiden ejercer su derecho a vivir con dignidad y seguridad o disfrutar de su entorno. Iniciativas innovadoras como el modelo de Ciudades y Comunidades Amigables de la Organización Mundial de la Salud, han dado lugar a mejoras en un número de ciudades, para que sean más adecuadas para las personas mayores.

La accesibilidad física es absolutamente esencial, pero más allá de esto, ¿qué hace que los espacios urbanos y las calles sean verdaderamente incluyentes y habitables? ¿Cuál es la relación entre la salud en la edad avanzada y el entorno físico urbano, social y económico? ¿Qué hace que las personas mayores que viven en las ciudades se sientan vulnerables a los delitos o a los desastres, y cómo afecta esto a su vida diaria o a la asistencia que reciben en tiempos de crisis? Estas son algunas de las preguntas exploradas en este informe.

Los desafíos que enfrentan las poblaciones urbanas han ido en aumento en la agenda internacional para el desarrollo. Los principales procesos globales – Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible, la Cumbre Humanitaria Mundial y la Nueva Agenda Urbana (como parte del proceso de Hábitat III) – se unen en una llamada por una urbanización incluyente. Las prioridades incluyen permitir a las personas mayores participar en la planificación y toma de decisiones para tener acceso a un transporte público seguro y asequible, y disfrutar de espacios públicos, verdes, agradables, seguros y accesibles.

## Construyendo ciudades inclusivas

Este informe se centra en países de bajos y medianos ingresos, y pretende promover la discusión acerca de algunas acciones que los gobiernos y autoridades de las ciudades pueden tomar para construir ciudades verdaderamente inclusivas. Además, se basa en la experiencia del programa de la red HelpAge International en una amplia gama de entornos, como Kiev (Ucrania), Beirut (Líbano), Bogotá (Colombia) y Bishkek (Kirguistán). El proceso de investigación consistió en la revisión bibliográfica y la participación de un número de expertos, y una serie de grupos focales de discusión con mujeres y hombres mayores de Río de Janeiro (Brasil), Ciudad de México (México), Sukkur y Peshawar (Pakistán).

**HelpAge**

**International**

**“Las calles están repletas y tenemos que caminar fuera de la calzada cuando no hay espacio. Aceras rotas e irregulares implica que corremos el riesgo de caer y lastimarnos. No hay baños o sanitarios para nuestro uso y muy pocos lugares para sentarse y descansar – ¡Los bancos sin respaldos significan tener que sentarse espalda con espalda!”**

Mujer adulta mayor,  
Ciudad de México, México

La riqueza de detalles obtenidos en los grupos focales ayudó a robustecer los tres temas clave analizados en este informe:

- **Recuperar los espacios urbanos para todas las personas** y desafiar las estrategias de desarrollo urbano que dan prioridad a los automóviles y el tráfico, que hacen de los espacios urbanos hostiles y poco acogedores, limitando la actividad física y la interacción social.
- **Envejecimiento saludable en los entornos urbanos**, centrado en la lucha contra la creciente incidencia de enfermedades no transmisibles (ENT), los impactos de la contaminación del aire, y cómo el apoyo basado en la comunidad puede ayudar al creciente número de personas que viven con demencia.
- **Seguridad urbana y seguridad en la vejez**, en un contexto en el cual, los entornos urbanos se vuelven espacios con crecientes tensiones sociales, económicas y políticas.

## Recomendaciones

El informe concluye que una amplia gama de intervenciones interrelacionadas puede hacer mucho para mejorar los entornos urbanos para las personas mayores. HelpAge International solicita a los gobiernos y autoridades de las ciudades:

- **Crear espacios urbanos compartidos, inclusivos y amigables que fomenten la actividad social y faciliten el acceso a los servicios y oportunidades para todos** a través de la reducción del uso de vehículos y el control de la velocidad en el tráfico. Promoviendo caminatas a pie y en bicicleta, el desarrollo de comunidades pobladas de uso mixto, y apoyar a quienes practican actividades generadoras de ingresos en el entorno urbano. Esto también incluye la provisión de espacios verdes y públicos que fomenten la actividad física y la interacción social, una creciente oferta en la provisión de transporte público adecuado, accesible, seguro y responsable.
- **Promover el envejecimiento saludable y hacer frente a los principales factores de riesgo relacionados con la vida urbana**, abordando el tema de las altas tasas de enfermedades no transmisibles en las ciudades a través de la sensibilización y el fomento de la actividad física y la alimentación saludable, la reducción en la contaminación atmosférica procedente de todas las fuentes, y la creación de comunidades que apoyen a las personas con demencia.
- **Ayudar a las personas adultas mayores que residen en las ciudades a sentirse seguros**, a través de la participación en la planificación y preparación ante desastres, promover una mejor coordinación entre los actores humanitarios y autoridades de las ciudades para garantizar que en una emergencia las necesidades específicas de las personas mayores se satisfagan tiempo, y reconocer los problemas específicos que enfrentan las personas mayores desplazadas. Además, las ciudades deben considerar los delitos, la seguridad personal y la seguridad en general, en las decisiones de planificación y políticas, sobre todo en calles y espacios compartidos y en el transporte público.

Traducción al español: Lisett Larico Vásquez

Ilustraciones de Jorge Peñaloza  
<http://infografico69.wix.com/jorgepenaloza>

Diseñado por TRUE [www.truedesign.co.uk](http://www.truedesign.co.uk)

Derechos de autor © HelpAge International  
2016

Este trabajo está bajo licencia de a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License, <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>

Registro de caridad no. 288180

[www.helpage.org](http://www.helpage.org)

