

Los mayores cuentan

Boletín
electrónico

HelpAge
International
España

Número 1
Marzo 2020

Número 01, marzo 2020

Financiado por:



Contenido:

La feminización del envejecimiento.	2
11ª sesión del Grupo de Trabajo de Composición Abierta sobre Envejecimiento de Naciones Unidas (OEWG)-Pospuesta. Nueva York, 6-9 de abril.	4
<ul style="list-style-type: none">• El OEWG y la protección de los derechos de las personas mayores en todo el mundo.• Temas que se van a debatir en la 11ª sesión del OEWG.	
“La discriminación por razón de edad en España”. Informe de HelpAge España con una perspectiva basada en derechos.	8
<ul style="list-style-type: none">• Acto de presentación	
Jornada “Las viviendas alternativas para personas mayores a debate”.	9
Cooperación internacional. La importancia de la seguridad de ingresos en las personas mayores.	11
La soledad no deseada en las personas mayores. Artículo de Consuelo Vázquez Ruiz de Larrea.	12
Riesgos del Coronavirus (COVID-19) en las personas mayores.	14
Últimas publicaciones de HelpAge España:	15
<ul style="list-style-type: none">• La revolución de la longevidad en el año 2019.• Década del Envejecimiento Saludable y Objetivos de Desarrollo Sostenible.	
Estrategia de HelpAge International 2020-2030. Envejecer en un mundo justo.	16

La feminización del envejecimiento.

Las mujeres que envejecen constituyen una proporción muy significativa de la población mundial y su número sigue creciendo. En las gráficas que acompañan a este artículo de HelpAge España, que publicamos con motivo del Día Internacional de la Mujer que se celebra cada año el 8 de marzo, podemos ver como la población de mujeres mayores es más elevada que la de los hombres mayores, tanto a nivel mundial como en Europa.

Queremos destacar la necesidad de que las mujeres mayores sean reconocidas como actores económicos, políticos y sociales, cuyos derechos deben ser respetados y sus contribuciones a la sociedad deben ser reconocidas.

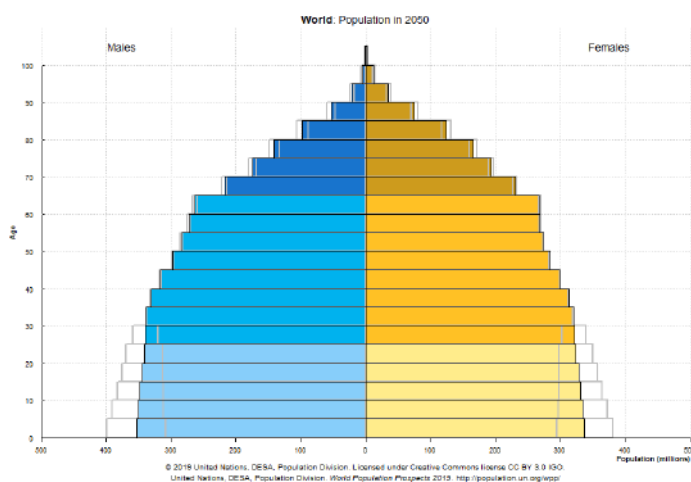
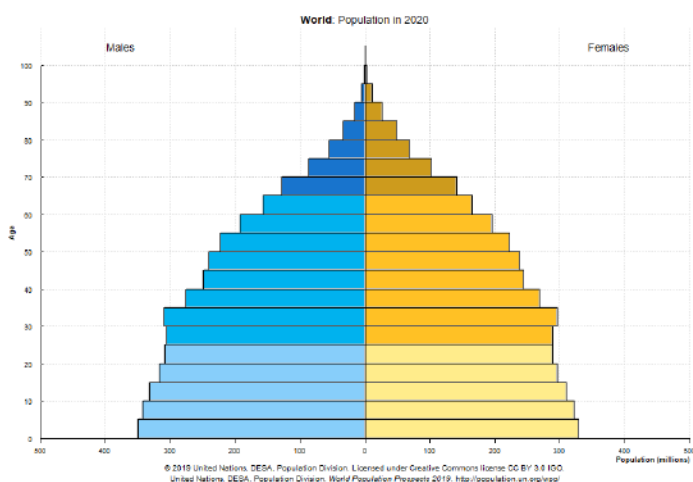
Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) reconocen que la igualdad de género es fundamental en todos los aspectos del desarrollo y que las personas mayores son un gru-

po en situación de vulnerabilidad porque no pueden ejercer sus derechos en igualdad de condiciones con los demás. En este sentido, **sólo se alcanzará la igualdad de género cuando hombres y mujeres, en todas las etapas de la vida, puedan decidir sobre sus vidas con libertad e independencia, disfrutando de todos sus derechos.**

La cuestión del empoderamiento económico de las mujeres

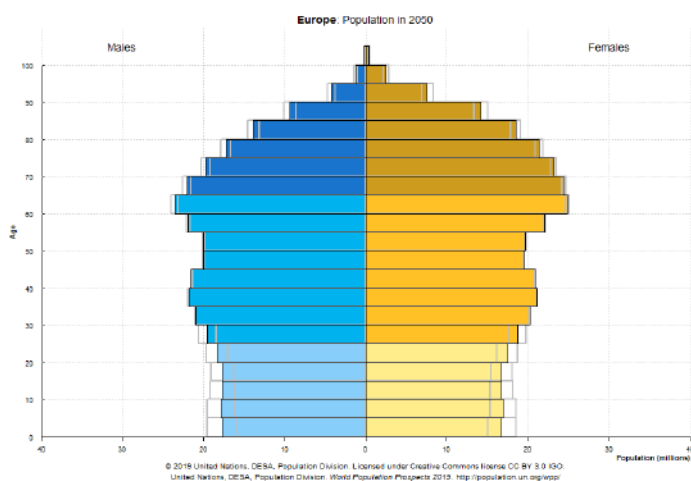
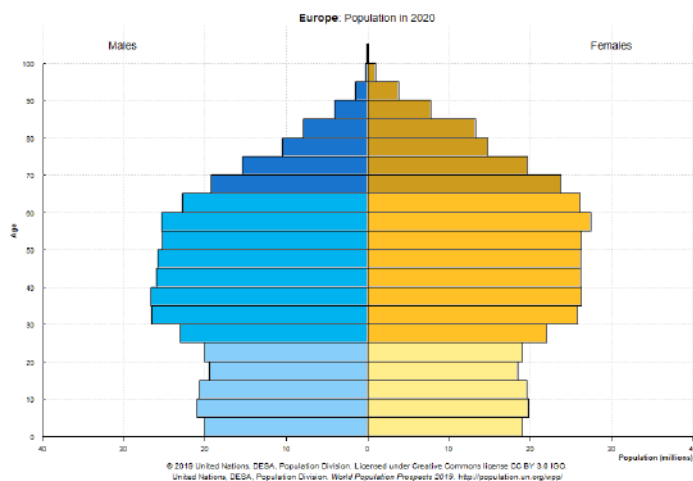
Población mundial por edad y sexo en el año 2020

Población mundial por edad y sexo en el año 2050



Población en Europa por edad y sexo en el año 2020

Población en Europa por edad y sexo en el año 2050



está muy presente en la agenda política internacional pero el rol de las mujeres mayores, sus derechos, sus necesidades y sus prioridades se quedan fuera de estos debates. La Agenda 2030 y los ODS deben tener en cuenta a todos los grupos de mujeres, incluidas las mujeres mayores, porque la desigualdad de género que experimentan algunas mujeres a lo largo de toda la vida, junto con el cambio que se está produciendo en las estructuras familiares y sociales, hacen que las mujeres mayores necesiten más apoyos para garantizar sus derechos y su bienestar. La seguridad de ingresos, el acceso a la atención médica, los programas de cuidado y atención a largo plazo dirigidos a las cuidadoras y a las personas que están bajo su cuidado, la toma de decisiones inclusiva, los sistemas que garantizan el ejercicio de los derechos de las personas en todas las etapas de la vida y las actitudes positivas hacia el envejecimien-

to y las personas mayores, son factores fundamentales para que las mujeres mayores puedan disfrutar de vidas plenas, seguras y saludables.

Los ODS reconocen el propósito de tener en cuenta a las mujeres de todas las edades, pero no explican qué significa esto para las mujeres mayores. Sus necesidades y preocupaciones no están siendo lo suficientemente consideradas. El compromiso de "no dejar a nadie atrás" significa que es preciso contar con mejor información para comprender y hacer visible la diversidad de experiencias que las personas tienen en la vejez, con el fin de diseñar programas más eficaces e inclusivos y para definir las responsabilidades de los gobiernos. Las escasas referencias que se hacen en los ODS a las personas mayores (tanto explícitas como implícitas) establecen, entre otras, la importancia de

desagregar los datos por edad cuando se recopila información de monitoreo, seguimiento o análisis.

Es ya una prioridad trabajar con un enfoque de derechos de las mujeres mayores por el importante impacto que tendría, transversalmente, en el logro de todos los ODS, entre los que se incluyen la erradicación de la pobreza y el hambre, conseguir una vida saludable a lo largo de todas las etapas de la vida o el empoderamiento económico y el trabajo digno para todas las personas.

La capacidad de las mujeres mayores para vivir vidas dignas, plenas y satisfactorias como titulares de derechos requiere que la comunidad internacional reconozca sus contribuciones y necesidades y, además, proporcione a las mujeres de todas las edades el apoyo que merecen y les corresponde.



El 8 de marzo

también es el día de las MUJERES MAYORES








11ª sesión del Grupo de Trabajo de Composición Abierta sobre Envejecimiento de Naciones Unidas (OEWG)-Pospuesta.

Nueva York, 6-9 de abril.

HelpAge España tenía previsto asistir a la 11ª sesión del Grupo de Trabajo de Composición Abierta sobre Envejecimiento de Naciones Unidas (OEWG), que se celebrará en Nueva York del 6 al 9 de abril, representando a HelpAge International. Finalmente nos hemos visto obligados a cancelar nuestra participación debido a la alerta sanitaria por coronavirus y a las recomendaciones y medidas que se están implementando a nivel nacional e internacional. En este sentido, Naciones Unidas ha decidido celebrar una reunión a puerta cerrada o no presencial, a la que solo asistirán los representantes de los Estados Miembros que ya residen en Nueva York y posponer la celebración de la 11ª sesión del OEWG.

HelpAge España, junto a [HelpAge International](#) y el [GAROP](#), seguiremos adelante con el trabajo que teníamos previsto para reivindicar la necesidad de crear una nueva Convención sobre los derechos de las personas mayores. En este sentido, deseamos que en esta [11ª sesión del OEWG](#) los gobiernos adopten una serie de recomendaciones para proteger y fomentar el ejercicio de los derechos de las personas mayores, con la finalidad de que en un futuro muy próximo, la Convención sea una realidad.

También tenemos ya previstas reuniones no presenciales tanto con la Misión Permanente de España ante Naciones Unidas, como con el IMSERSO.

Todos nacemos iguales y esto no cambia a medida que envejecemos. A pesar de los meca-

nismos nacionales, regionales e internacionales que existen, las personas mayores son discriminadas y permanecen invisibles. A medida que aumenta la proporción de personas mayores en la población, un mayor número de personas se verán afectadas por el edadismo. La presión sobre los gobiernos y las sociedades aumenta y deberán dar respuesta a los desafíos que presenta esta revolución de longevidad que están experimentando todas las sociedades del mundo.

Mejorar la protección de los derechos de las personas mayores es la mejor respuesta que existe para que disfruten plenamente de sus derechos humanos, participen y contribuyan en sus comunidades.

¿Qué es el Grupo de Trabajo de Composición Abierta sobre Envejecimiento (OEWG)?

El OEWG es un grupo de tra-

bajo formado por los Estados Miembros de Naciones Unidas, la sociedad civil y otras partes interesadas. Fue creado en el año 2010 mediante una resolución de la Asamblea General y se reúne anualmente en Nueva York.

El principal objetivo del OEWG es fortalecer la protección de los derechos humanos de las personas mayores en todo el mundo. El contenido de su mandato es analizar el marco internacional que existe en relación con los derechos humanos de las personas mayores e identificar las lagunas de protección y la mejor manera de abordarlas, incluyendo la posibilidad de crear nuevos instrumentos de derechos humanos.

En diciembre de 2012, la Asamblea General amplió este mandato para que además se debatiese y se estudiase el contenido que debería tener un nuevo instrumento legal internacional sobre los derechos de las personas mayores.



En definitiva, el OEWG es un foro donde se debaten y analizan los retos a los que se deben enfrentar las personas mayores para disfrutar plenamente de sus derechos en diferentes partes del mundo y para determinar si existe la necesidad de crear mecanismos adicionales de protección de Naciones Unidas, como una Convención.

¿Qué temas se van a tratar en la 11ª sesión del OEWG?

Los temas sobre los que se centrará el grupo de trabajo en su 11ª sesión son:

- Análisis de la situación del derecho de las personas mayores a acceder a la justicia.
- Análisis de la situación del derecho de las personas mayores al trabajo y al acceso al mercado laboral.
- Elementos normativos del derecho a la protección social y a la seguridad social en una Convención sobre los derechos de las personas mayores.
- Elementos normativos del derecho a la educación y a la formación continua en una Convención sobre los derechos de las personas mayores.

El derecho de las personas mayores a acceder a la justicia.

Según datos del informe de HelpAge [Conservar nuestra dignidad](#), una proporción muy significativa de personas mayores no recibe respuesta legal ante la vulneración de sus derechos y se enfrentan a barreras específicas para acceder a la justicia por razones de edad. El derecho de acceso a la justicia no se ha contemplado ni estudiado de forma específica para el contexto de la vejez dentro del marco internacional de los derechos humanos.

Las personas mayores tienen problemas legales de muy

diversa índole y disfrutar de su derecho a la justicia tendría un impacto muy importante sobre su dignidad y bienestar.

El derecho de las personas mayores al trabajo y al acceso al mercado laboral.

Las personas mayores que buscan trabajo o desean trabajar experimentan discriminación por razón de edad. Las edades de jubilación obligatorias, los estereotipos negativos sobre la capacidad de trabajo de las personas mayores y las normas sociales que establecen que las personas mayores no deberían trabajar, limitan sus oportunidades de empleo. Además, a esta situación se le añade la falta de oportunidades de formación y reciclaje, y la falta de valor social que tiene la experiencia acumulada.

Disfrutar del derecho a un trabajo digno a lo largo de toda la vida también tendría un impacto muy importante en la dignidad y el bienestar de las personas mayores. El derecho internacional de los derechos humanos no contempla de forma específica el derecho al trabajo en el contexto de las personas mayores ni en edades avanzadas.

Elementos normativos del derecho a la protección social y a la seguridad social.

Las personas mayores tienen derecho a la protección social y a la seguridad so-

cial sin discriminación por razón de edad o cualquier otro motivo, para que puedan vivir con dignidad y participar plena y activamente en la sociedad. Si sus derechos fuesen vulnerados, debe existir un sistema de denuncia y quejas para que se corrija esa situación y se reparen sus derechos.

Los programas y servicios de protección social y seguridad social deben proporcionar una cobertura universal, estar garantizados a lo largo de todas las etapas de la vida y con un nivel de calidad suficiente para garantizar un nivel de vida adecuado, ser asequibles, accesibles y adaptarse a las necesidades de las personas mayores.

Elementos normativos del derecho a la educación y a la formación continua.

Las personas mayores tienen derecho a la educación, a la formación continua y al desarrollo de habilidades y capacidades sin discriminación, en igualdad de condiciones con los demás, para que puedan adquirir, utilizar y transmitir sus conocimientos y habilidades, vivir de manera autónoma e independiente, conseguir sus aspiraciones, desarrollar todo su potencial y participar plenamente en la sociedad con dignidad, fomentando su autoestima.

Se deberán establecer mecanismos de rendición de cuentas que proporcionen los recursos suficientes para denunciar y reparar los derechos que sean vulnerados.

La 11ª sesión del Grupo de Trabajo de Composición Abierta sobre Envejecimiento (OEWG) de Naciones Unidas ha sido pospuesta debido a la alerta sanitaria por coronavirus.

Más información



HelpAge España publica un informe sobre la discriminación por razón de edad en España.

Con conclusiones y recomendaciones desde un enfoque basado en derechos.



HelpAge España ha publicado un informe con el que se pretende denunciar la discriminación por razón de edad en múltiples ámbitos de la vida y propone recomendaciones para tratar de corregirlas y avanzar en un enfoque basado en derechos que incida en la consideración social y la atención a las personas mayores.

Este documento demuestra que las personas mayores experimentan restricciones en el ejercicio de sus derechos y en el acceso a bienes o servicios, que no están justificadas y que constituyen una discriminación por motivos de edad. Además, pone de manifiesto que **las personas mayores son un grupo en situación de vulnerabilidad** porque deben enfrentarse a una serie de barreras (sociales, culturales, económicas, administrativas o urbanísticas, entre otras) que les impiden

ejercer sus derechos en igualdad de condiciones con los demás ciudadanos.

Entre las conclusiones y recomendaciones que se proponen en el documento, específicas para el contexto español, destacan los cambios normativos y la adaptación de los planes, estrategias y políticas públicas a la realidad social y características de las personas mayores. Entre ellas, se propone que en España se realice una intervención contra la violencia contra las personas mayores que tenga un enfoque integral y no exclusivamente punitivo, similar al de la Ley Integral contra la Violencia de Género. También entre otras reformas, se propone una Ley de Igualdad de trato que incluya y proteja a las personas mayores frente a todo tipo de discriminación, modificaciones en el sistema de incapacitación y una Convención internacional para los derechos humanos de las personas mayores como instrumento internacional para conseguir la plena protección de los derechos de un grupo de población creciente en el mundo y en España.

Este informe de HelpAge España, ha sido realizado por María del Carmen Barranco Avilés, profesora de filosofía del derecho y directora del Instituto de Derechos Humanos "Bartolomé de las Casas" de la Universidad Carlos III e Irene Vicente Echevarría, investigadora del mismo.

Además del análisis jurídico, en el informe **se ha contado con la discusión de un grupo de personas mayores de**

la Asociación Mayores de Madrid XXI que han opinado sobre el trato que reciben por su edad y como les afecta esta circunstancia en su participación y acceso en relación con todos los ámbitos de sus vidas. Estas personas coincidieron en afirmar que reciben un trato diferente y peor debido a la edad, y consideran que las personas mayores experimentan discriminación. Debido a esta realidad que viven, les parece buena idea impulsar la creación de una Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas Mayores para que sus derechos no dependan exclusivamente de la buena voluntad de las familias.

Los temas a los que las personas mayores entrevistadas dedicaron una mayor atención fueron el paternalismo y la infantilización de las personas mayores en distintos ámbitos, como el sistema sanitario (expresiones condescendientes o explicaciones dirigidas a las personas acompañantes cuando el paciente es mayor, entre otras), las actividades de ocio específicas para personas mayores (hablan del comportamiento de los monitores y monitoras con comentarios jocosos sobre la incontinencia urinaria o chistes inapropiados, por ejemplo) y la autonomía y libertad en la toma de decisiones sobre dónde, cómo y con quién vivir. También se mostraron preocupadas por la marginación y la invisibilización de las aportaciones de las personas mayores a la sociedad, en concreto destacan que las tareas de cuidados de los nietos y las nietas que llevan a cabo se infravaloran, cuando están cubriendo una necesidad social que en muchas oca-

siones se les atribuye como una obligación, por lo que incluso pueden llegar a sentirse explotados. Respecto de la marginación, que relacionan directamente con la soledad, señalan la jubilación como un momento clave que determina que las personas pasan a ser consideradas socialmente como mayores. Denuncian la segregación que experimentan desde ese momento y su exclusión de los espacios públicos. Entre los ejemplos que relatan citan la distinción entre parques infantiles y parques para que las personas mayores hagan ejercicios. Se muestran preocupadas también por cuestiones relacionadas con la autonomía y la dependencia, manifiestan que no hay inversión pública suficiente para la atención a las personas mayores y que casi todo está en manos privadas, además de que no hay opciones intermedias entre permanecer en sus propias casas e ir a una residencia. Piensan que el problema de la soledad afecta especialmente a las personas dependientes y que los servicios sociales se orientan a las necesidades de alimentación, aseo y al apoyo con la toma de medicamentos, pero no se tienen en cuenta otras necesidades como el ocio o la participación. Por último, las personas mayores insisten en la diversidad y heterogeneidad del colectivo al que pertenecen y demandan otras formas de ocio y participación. Consideran necesario cambiar la idea de persona mayor que se tiene cultural y socialmente, así como superar los estereotipos que se les

atribuyen que tan negativamente influyen en la efectividad de sus derechos.

La edad cronológica se asocia a la “pérdida de autonomía”, por lo que se justifica que a las personas mayores se les impida hacer cosas que antes hacían. Incluso a veces con la mejor de las intenciones, se piensa que las personas mayores están en peores condiciones físicas y tienen más dificultades para entender el mundo, por lo que se considera adecuado que se las proteja frente a ellas mismas. **Como resultado, no se cuestiona ni se percibe como un problema, que las personas mayores reciban un trato diferenciado y discriminatorio.**

El edadismo o discriminación por razón de edad presenta a las personas mayores como desprovistas de valor para la sociedad, “improductivas, frágiles e incapaces, especialmente en el contexto de una sociedad envejecida que enfrenta desafíos con respecto a su futuro demográfico y a la sostenibilidad de sus sistemas de pensiones y protección social” y hace que la edad sirva como justificación suficiente para tratamientos diferenciados o exclusiones sin que ello se cuestione.

HelpAge España ha constatado, a lo largo de su experiencia, que las personas mayores son tratadas de modo diferente y experimentan discrimina-

ción por razón de edad por lo que el objetivo de este informe es desnaturalizar las situaciones de desventaja que viven las personas mayores para presentarlas como discriminación.

El informe plantea que en la medida en que el modelo de derechos ha sido revisado y en la medida en que también las personas mayores se movilizan frente a estos estereotipos, se pone de manifiesto que su desventaja es el resultado de la discriminación estructural que se deriva del edadismo. Por eso se plantea que este tipo de discriminación forme parte de la agenda política antidiscriminatoria, como la discriminación por razón de género, de discapacidad o de origen, entre otras, y ello requiere poner en marcha y reorientar políticas públicas adecuadas.

El Instituto de Derechos Humanos “Bartolomé de las Casas” ha analizado en qué ámbitos son más frecuentes la vulneración de los derechos de las personas mayores en España y, en concreto, las áreas que se han identificado son igualdad y no discriminación, toma de decisiones, vida independiente, participación en la comunidad y participación política, violencia y abuso, salud, educación, empleo y seguridad en los ingresos y acceso a la justicia.



[Descargar el informe completo](#)

[Descargar un resumen con las conclusiones y recomendaciones](#)



Acto de presentación del informe "La discriminación por razón de edad en España"

El pasado 29 de enero, HelpAge España presentó su informe "La discriminación por razón de edad en España" en el salón de actos del Defensor del Pueblo, en Madrid. El acto despertó un gran interés y se llegó a completar el aforo en los días previos.

Estuvieron presentando el informe **Isabel Martínez Lozano**, presidenta de HelpAge España, las autoras del informe **María del Carmen Barranco**, profesora de filosofía del derecho y directora del Instituto de Derechos Humanos "Bartolomé de las Casas" de la Universidad Carlos III, e **Irene Vicente**, responsable de relaciones internacionales del mismo. Además, se contó con la intervención de **Fernando Flores**, profesor de derecho constitucional de la Universidad de Valencia.

Isabel Martínez Lozano comenzó explicando que **"desde HelpAge España queríamos realizar un informe que pusiera sobre la mesa, cual es precisamente la situación de las personas mayores en España en relación con sus derechos y poner la discriminación por razón de edad en la agenda política"**. En este sentido, este informe demuestra que las personas mayores sufren restricciones y encuentran barreras en el ejercicio de sus derechos, y en el acceso a bienes y servicios y **"esta situación tiene mucho que ver con una cultura negativa hacia la vejez porque a las personas mayores se les asocia con enfermedad, con dependencia, con pérdida de capacidades, con la soledad, con la inactividad, cuando todo esto son estereotipos y prejuicios que nada tienen que ver con la realidad y la diversidad que representan este grupo de personas"**. Terminó su inter-



Fernando Flores, Isabel Martínez Lozano, María del Carmen Barranco e Irene Vicente.

viación explicando el objetivo final del informe es **"desnaturalizar este trato a las personas mayores y sensibilizar, concienciar y formar a la sociedad española para que una vez que tomemos conciencia seamos capaces de evitar y actuar contra el edadismo y que las personas mayores tomen conciencia, se empoderen y sepan defenderse y actuar cuando sus derechos son vulnerados"**.

Después cedió la palabra a **María del Carmen Barranco**, quien analizó el contenido del informe. Explicó que es la discriminación por razón de edad, sus orígenes y el contexto legal, tanto nacional como internacional. Muchas veces se da un trato vejatorio o discriminatorio a una persona porque se desconocen sus derechos y no se es consciente

de que algunos tratos diferentes son discriminatorios. Es fundamental concienciar a la sociedad, formar a los profesionales y sensibilizar al entorno familiar.

En España existe un marco legislativo poco garantista en relación con la protección de los derechos de las personas mayores. Se producen numerosas discriminaciones por razón de edad de manera cotidiana en el acceso y permanencia en el empleo, en los protocolos sanitarios, en el derecho a participar por ejemplo en una mesa electoral, en el acceso a la justicia, en el ámbito familiar y probablemente uno de los problemas más graves de vulneración de derechos es el problema de la violencia que se ejerce sobre las personas de edad y el maltrato, tanto en el ámbito familiar como en las instituciones.



Vista del salón de actos del Defensor del Pueblo durante el acto de presentación del informe "La discriminación por razón de edad"

A continuación, **Fernando Flores** planteó que si hay un problema social hay que analizarlo también desde un punto de vista normativo y que el concepto de derechos fundamentales debe ser revisado desde una perspectiva de edad, de la misma manera que se hace desde una perspectiva de género. De esta manera se identificarían de

forma clara los estereotipos que se atribuyen a las personas mayores y se adaptarían al contexto.

En palabras de Isabel Martínez Lozano **"en España tenemos políticas públicas muy importantes de lucha contra la discriminación por razón de género, pero no tenemos asumida que exista**

una discriminación social por razón de edad y por tanto la necesidad de adoptar políticas públicas en este sentido".

Para finalizar el acto se abrió un turno de preguntas donde los asistentes pudieron participar y debatir con los ponentes.

Jornada "Las viviendas alternativas para personas mayores a debate".

HelpAge España, la **Asociación Mayores de Madrid XXI** y la **Fundación Pílares para la Autonomía Personal** celebraron, el pasado día 3 de febrero, una jornada en la que se han presentado y analizado diversas iniciativas de viviendas alternativas para personas mayores, diferentes a las residencias tradicionales.

La jornada, que se organizó

en el Salón de Actos de la Fundación ONCE, despertó una gran expectación y días antes de su celebración ya se había completado el aforo. Este interés demuestra que es necesario reflexionar sobre el modelo residencial porque el que existe actualmente no responde a las necesidades de las personas mayores. Este debate, que ya se inició en otra jornada organizada en el año 2018, continuará desarro-

llándose para dar a conocer las distintas alternativas de vivienda que existen y los problemas legales y prácticos con los que se están encontrando las personas que optan por poner en marcha este tipo de iniciativas.

El cohousing o los centros de convivencia cooperativa son los modelos más importantes que existen, pero no son los únicos. Es impor-

tante conocer todos los sistemas que se están implementando para ver cual se adapta mejor a nuestros intereses y, además, es necesario fomentar la creación de distintos modelos residenciales que recojan y reflejen la diversidad que existe entre las personas mayores.

En la inauguración estuvieron presentes **Pepe Anierte Rueda**, Delegado del Área de Gobierno de Familias, Igualdad y Bienestar Social del Ayuntamiento de Madrid, **Loles Díaz-Aledo**, Presidenta de la Asociación Mayores de Madrid XXI, **Pilar Rodríguez Rodríguez**, Presidenta de la Fundación Pilares para la autonomía personal e **Isabel Martínez Lozano**, Presidenta de HelpAge International España.

Isabel Martínez Lozano señaló que “el reto de la longevidad va a tener un gran impacto en las políti-



Loles Díaz-Aledo, Pepe Anierte Rueda, Pilar Rodríguez Rodríguez e Isabel Martínez Lozano.

cas públicas, incluidas las políticas de vivienda” y añadió que “el derecho a la vivienda está recogido en la Constitución Española y además, tenemos también derecho a decidir cómo, dónde y con quién queremos vivir. Estos derechos deben garantizarse a lo lar-

go de toda la vida”. **Pilar Rodríguez Rodríguez** destacó que hay que innovar en los servicios de apoyo a domicilio y es necesario ofrecer servicios integrales y centrados en la persona, como reconoce la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Jornada
Las viviendas alternativas para personas mayores a debate

Lunes 3 de febrero de 2020
De 9 a 14 horas

Salón de Actos de la Fundación ONCE
Calle Sebastián Herrera, 15. 28012 Madrid

Inscripción gratuita en:
www.fundacionpilares.org/formulario/

Con la colaboración de:

#JornadaViviendasAlternativas

Programa

9:00-9:30. Recepción de asistentes
9:30-9:50. Inauguración de la Jornada:

- Pepe Anierte Rueda, Delegado del Área de Gobierno de Familias, Igualdad y Bienestar Social del Ayuntamiento de Madrid.
- Loles Díaz-Aledo, Presidenta de la Asociación Mayores de Madrid XXI.
- Pilar Rodríguez Rodríguez, Presidenta de la Fundación Pilares para la autonomía personal.
- Isabel Martínez Lozano, Presidenta de HelpAge International España.

10:00-11:00. Panel de presentación de nuevas experiencias:

- “Y si vivimos juntos”, Alfonso Calle
- “Hogar y café”, Conchi García Conde, Coordinadora del programa. Fundación Pilares para la Autonomía Personal
- Centro de convivencia cooperativa de Tres Cantos, Agustín Bastante Sicilia, presidente

Presenta y modera: Isabel Martínez Lozano

11:00-12:30. Mesa de debate: dificultades y problemas que van apareciendo en las iniciativas en marcha

- “CONVIVIR”, iniciativa de Horcajo de Santiago, Ernesto Cabello, presidente
- Cooperativa Trabensol, Torremocha del Jarama, Esperanza Linares, cooperativista y miembro de la Comisión de Dependencia
- El *Cohousing* y la inclusión de la diversidad: intergeneracionalidad, discapacidad, orientación sexual..., Bernardo Díaz Salinas, Asociación Mayores de Madrid XXI

Presenta y modera: Arancha Pinar, Directora de Fundación Pilares

12:00-12:30. Descanso
12:30-13:15. Coloquio.- Afrontar las dificultades de las nuevas iniciativas en vivienda: lo que nos falta por saber y hacer

- Paz Martín Rodríguez, arquitecta de la Fundación Arquitectura y Sociedad
- Pilar Rodríguez Rodríguez, presidenta de la Fundación Pilares

Presenta y modera: Rosa Blanca Pérez López, Asociación Mayores de Madrid XXI

13:15-14:00. Debate abierto sobre los modelos de vivienda que preferimos las personas mayores. Conduce Loles Díaz-Aledo

14:00. Clausura de la Jornada

La importancia de la seguridad de ingresos en las personas mayores.

Cooperación internacional.

"Para mí era importante tener un ingreso que cubriese las necesidades de mi familia".

Hanan Hadeeb, 60 años (Jordania).

Hanan vivió serias dificultades cuando se vio obligada a dejar su trabajo como enfermera para cuidar a su marido, que tenía un grave problema cardíaco. Finalmente, el estado de salud de su marido empeoró y falleció.

El impacto de perder a su marido, junto con la pérdida de su trabajo que era la principal fuente de ingresos, hizo que la situación de Hanan se complicase al tener que hacer frente a la soledad, la inseguridad económica y la falta de independencia.

"Sufrí mucho tiempo. Todo era insípido e incoloro. Las personas a mi alrededor estaban ocupadas con su trabajo y mis hijos con sus estudios. Pasé la mayor parte del tiempo sola y eso fue difícil para mí".

La vida de Hanan cambió cuando se unió a Appreciation Project de la organización NAYA, financiado por HelpAge International. Este proyecto tiene el objetivo reducir la pobreza en la vejez capacitando a las personas mayores de Jordania. A través de los cursos, se proporciona a los participantes nuevas habilidades para aumentar sus oportunidades de empleo.

Hanan participó en el proyecto y se interesó por la elaboración de jabones naturales. Al finalizar, consiguió crear su propio negocio de elaboración y venta de champús naturales, lo que no solo le proporcionó un ingreso, sino que también le devolvió su independencia, reforzó su

autoestima y recuperó su vida social.

"El programa ha cambiado algo en mi interior, tengo nuevas esperanzas y estoy agradecida por las amistades y las experiencias que me ha proporcionado participar en Appreciation Project".

La protección social y seguridad social en los derechos humanos.

Las personas mayores se encuentran con numerosos obstáculos que les impiden el ejercicio de sus derechos más básicos, entre ellos el derecho a la protección social y a la seguridad social. El sistema de derechos humanos que existe actualmente no garantiza que las personas mayores puedan disfrutar y hacer efectivos estos derechos.

Las pensiones son una de las herramientas de protección social más extendidas. El 68% de las personas mayores en el mundo reciben una pensión social, y este porcentaje va

umentando cada año, pero el número de personas mayores que las reciben varía considerablemente según la región del mundo en la que se encuentren. En el continente americano, Europa y Asia Central la cobertura es prácticamente universal mientras que, en África Subsahariana, el sur de Asia y los Estados árabes, menos del 30% de las personas mayores recibe una pensión.

Es importante destacar que las mujeres tienen menos probabilidades que los hombres de recibir una pensión, y si lo hacen, las cuantías son mucho más bajas. Incluso en los países donde las mujeres gozan de una cobertura de pensión generalizada, sus ingresos son a menudo considerablemente más bajos que los de los hombres. Así queda reflejado en un reciente informe de la Comisión de la Unión Europea, donde se comprueba que los hombres, en promedio, tienen derecho a pensiones un 40% más altas que las de las mujeres. Solo algunos países como como Estonia, Dinamarca o Noruega logran reducir la brecha de las pensiones a menos del 7%.



Hanan Hadeeb

La soledad no deseada.

Autora: M.^a Consuelo Vázquez Ruiz de Larrea (socia de la Delegación SECOT de Álava, seniors para la Cooperación Técnica).

Nota: Esta entrega refleja la opinión de la autora. En ningún caso debe entenderse como el sentir formal de Secot-Álava ni de HelpAge España.

En la actualidad vivimos en una sociedad cada vez con un mayor número de personas mayores- sobre todo **mujeres**- que desgraciadamente se encuentran solas por obligación. La soledad aparece y es muy difícil salir de ella. Se *define* como una carencia involuntaria de compañía, que produce sufrimientos físicos, psíquicos y sociales y se *caracteriza* porque no se desea decirlo ni comunicarlo a nadie ya que resulta muy negativo tanto para las personas que la sufren como para sus familias. La soledad no deseada es un sentimiento de vacío existencial que se produce en la vida de cada persona, es un problema real, alarmante para toda la población, que se ha de resolver tanto a nivel individual, como social y comunitario. Poco a poco se va convirtiendo en una **epidemia o pandemia** de nuestro siglo que se trata de disfrazar para convertirlo en un tema "tabú" y ajeno a nosotros; cuando paradójicamente es la concienciación de dichos valores, de ayuda y atención a nuestros mayores más dependientes, los que enriquecen una sociedad motivada, resiliente y empática.

A la hora de abordar este problema es conveniente considerar **que una persona que viva sola no quiere decir que se sienta sola**. A priori esta aclaración es necesaria tenerla en cuenta. El fenómeno de la soledad comprende desde emociones hasta procesos cognitivos

individuales; incluye a la persona y a la comunidad; engloba variables intrapersonales y culturales; se ve influenciada por los comportamientos y/o conductas individuales; está mediatizada por factores externos como el tipo de vivienda y relacionada con la fragilidad y la vulnerabilidad de la cada uno.

Las estadísticas recientes de este mismo año, según Yanguas, apuntan que en España, se estima que hay más de 2,5 millones de ancianos que se sienten solos, constituyendo casi el 40% de los mayores de 65 años. Aproximadamente son el 28,8% de las mujeres mayores y el 14,7% de los hombres los que viven solos. Estos números se incrementarán desgraciadamente en los años venideros.

Según datos publicados en 2018 por el Instituto Nacional de Estadística (INE), en los últimos seis años el número de hogares unipersonales conformados por personas mayores de 65 años ha crecido casi un 9,30%, siendo el dato actual el más alto registrado. En cuanto a la distribución por sexos, el INE señala que casi un 75,5 % del total son mujeres; 79.500 frente a 27.100 varones. Esto indica que **7** de cada **10** personas que sufren soledad son **mujeres**.

La soledad es un **sentimiento subjetivo**, negativo y de sufrimiento, que cada persona la vive de manera distinta, nos acontece y no podemos salir de ella. Puede producirse por múltiples *circunstancias o motivos*: la viudedad, la muerte de las personas de nuestro entorno, problemas económicos, deterioro de las relaciones familiares o vecinales, cuidado de una persona dependiente, déficits personales, etc.

La soledad no deseada supone un gran impacto **en la salud: biológica-física, psicológica (mente y afectos) y social-relacional** y en definitiva en la calidad de vida de cada persona.

En el ámbito **físico**: se pueden incrementar los dolores, los déficits sensoriales, la movilidad, las enfermedades coronarias, neurovasculares, musculares, del sistema inmune, empeora la nutrición, mayor riesgo de resfriados, más caídas, pérdidas del equilibrio, catarros, neumonías y gripes (de ahí la importancia de la implantación de las vacunas para esta población), pérdida de la autonomía y en consecuencia mayor vulnerabilidad y dependencia.

En lo que se refiere al ámbito **psíquico**: se producen sobre todo deterioros cognitivos y/o mentales- pérdidas de memoria, del lenguaje, desorientación espacio-temporal-, más depresiones, aumentan los problemas del sueño, mayor riesgo de padecer Alzheimer u otras demencias.

Todo esto implica un gran cambio a nivel **conductual** o de **comportamiento**: mayor riesgo a adicciones (alcohol), trastornos del sueño (insomnio), trastornos alimenticios como deshidrataciones, pérdidas o incrementos de peso, etc., mayor riesgo de sufrir accidentes domésticos. También se puede generar en algunos casos, un aumento de ideas suicidas y mayor riesgo de morir prematuramente.

En lo que respecta al ámbito **socio-relacional**: se intensifica un aislamiento y un gran déficit en las interacciones sociales; de ahí la importancia primordial de tener que incrementar las redes de apoyo sociales, para que las personas mayores se sientan queridas y aceptadas.

¿Cómo expresan las personas mayores esta situación de soledad no deseada?

Resulta difícil decir que una persona está sola, cuesta expresar la necesidad de sentirse acompañada, de ser admitida y estimada, de sentirse parte de una familia; casi siempre ocurre que no quieren preocupar por ello a sus familiares diciendo que se sienten desatendidas.

Este tipo de soledad provoca varios y variados **sentimientos negativos** que además se viven con gran intensidad como: apatía, aislamiento, pesimismo, exclusión social, dolor físico y psíquico, tristeza, angustia, confusión mental, debilidad, tensión psicológica, vacío existencial, miedos, desorientación, culpabilidad, etc.

Todo esto genera una sensación de falta de control, impotencia, frustración, malestar, incertidumbre y bloqueo, que cada persona lo vive de manera diferenciada, que le impide la posibilidad de salir de su situación por los propios medios y que además le produce mucha vergüenza el poder pedir apoyo a las personas más próximas.

Resulta muy costoso abandonar este aislamiento y silencio personal, buscar salidas, reconocer la propia soledad, encontrar otros lugares y espacios fuera del hogar para relacionarse y tener la fuerza suficiente para lograrlo.

En esta etapa de la vejez es también cuando se producen varias pérdidas significativas de las personas queridas, se tienen más problemas de salud, invalidez, dependencia y todo esto se vive con más miedo al no contar con las atenciones necesarios.

Por eso es preciso atreverse y animarse a dar el primer paso, apoyarse en alguien, buscar alguna actividad que guste, distraiga y que ayude a salir de uno mismo. Se puede pedir apoyo a asociaciones de personas mayores, a instituciones, a vecinos, etc.

¿Cómo podemos solucionar esta problemática individual y social?

Contamos con la posibilidad de *prevenir* la soledad si ponemos en marcha los programas de **Envejecimiento Activo** para las personas mayores.

Las acciones encaminadas a favorecer el envejecimiento activo en esta población específica supone prevenir la enfermedad, la discapacidad y mejorar la calidad de vida en la vejez en los *tres ámbitos de desarrollo* que hemos mencionado: *el físico, el psíquico y el socio-relacional*.

Si intervenimos y actuamos en esos tres niveles y preparamos a los adultos mayores para que sus jubilaciones sean activas y participativas, tendremos la posibilidad de minimizar una gran parte de su soledad. Combatiremos el aislamiento físico, psíquico y social, favoreceremos su resiliencia, el apoyo social y la autoestima personal, además de ayudarles a desarrollar las emociones positivas y/o la inteligencia emocional que tan difícil es conseguirlo. Resulta imprescindible para lograr este objetivo que tengamos como meta una **concienciación comunitaria y social**.

En este línea del *Envejecimiento Activo*, la **Asociación SECOT** de Álava (Seniors para la Cooperación Técnica) está llevando a cabo un programa de sensibilización y/o concienciación en la ciudad de Vitoria-Gasteiz, a través de distintas empresas e instituciones públicas y privadas. El objetivo es informar a todas las personas que se jubilan, ofreciéndoles actividades a realizar y orientándoles para que vivencien este periodo de forma positiva. Se pretende que esta nueva etapa de la vida sea experimentada con optimismo y sobre todo se aportan sugerencias para poder incrementar mejor la posibilidad de buscar redes de

apoyo sociales, que eviten el aislamiento y la temida soledad.

En estos momentos en todas las comunidades autónomas se están haciendo campañas de sensibilización ciudadana para aminorar la soledad. En algunas, como *Euskadi* y en concreto en *Vizcaya*, se están implementando varias iniciativas. Con el lema de **"Invisible Soledad"** se pretende la creación de *una red para la detección de personas aisladas*, un observatorio de personas mayores de 80 años, la implantación de servicios de atención personalizada y una escuela de prevención de la soledad.

En *Vitoria-Gasteiz* también se apuesta por el *envejecimiento activo* de su ciudadanía. Desde 2011 la ciudad pertenece a la red mundial de **ciudades amigables** con las personas mayores. Este es un proyecto liderado por la Organización Mundial de la Salud, que entiende que una ciudad amigable con los adultos mayores, deberá estar diseñada para apoyarles y hacer que permanezcan activos, vivan con seguridad, gocen de buena salud y participen en la vida comunitaria.

Esta idea se ha adaptado aquí con el nombre de **Activa tu Barrio** y ha sido implementada por el Ayuntamiento de la ciudad a través de una entidad privada, que está llevando a cabo esta experiencia en tres centros socioculturales de mayores con muy buenos resultados.

Resumiendo, tanto las instituciones públicas, administraciones, organizaciones, empresas privadas, asociaciones de mayores, fundaciones, amigos de los mayores, profesionales de todas las disciplinas científicas- sobre todo psicopedagogos- deberán hacer un esfuerzo para preparar e intensificar en todos los ciudadanos mayores solos: el *desarrollo socio-emocional*, mejorar el poder de la comunicación, fomentar el apoyo y la ayuda mutua de todas las redes sociales posibles. Este es un

reto y un desafío pendiente que la sociedad tiene para nuestros mayores.

Hay algunas experiencias positivas de **programas de intervención** ya realizados con: terapia asistida con animales, hortoterapia, actividades de ejercicio físico, fomento de relaciones sociales, terapias de humor, mascotas, robots, los propios vecinos, los amigos de los mayores, los barrios amigables, las ciudades cuidadoras, la escuela, las redes amigas, la te-

leasistencia, las vídeo llamadas, el teléfono amigo, etc. Pero para que todo esto tenga efecto y llegue a más mayores, es necesario disponer de más recursos administrativos y profesionales preparados.

Mención especial en la atención a las personas mayores solas es la labor tan primordial que realizan las personas **Voluntarias** a la hora de acompañar, apoyar, ayudar en: la movilidad, en las actividades básicas de la vida diaria, favo-

reciendo la comunicación, haciendo la vida más agradable y feliz a los adultos mayores que están aislados, mejorando su calidad de vida y fomentando las relaciones sociales.

Ayudar a otros es una fuente de felicidad, nos hace sentirnos bien y nos enriquece. Que todos los ciudadanos podamos decir esta **frase** que ya la han promulgado otros estudiosos en el tema "**SOLO TENGO AQUELLO QUE HE DADO**".

Los estudios que se han realizado confirman los riesgos del coronavirus en las personas mayores.

El Covid-19 o coronavirus es una enfermedad que supone una amenaza para todas las personas, independientemente de la parte del mundo en la que vivan o al grupo social al que pertenezcan. Esta pandemia puede controlarse y superarse solo si las personas actúan con solidaridad. En este contexto y ante la situación de vulnerabilidad en la que se encuentran las personas mayores, HelpAge España defiende firmemente su derecho a la salud. Es muy importante que se adopten medidas específicas y protocolos de actuación destinados en exclusiva a proteger la salud y el bienestar de las personas mayores.

"La tasa de mortalidad entre las personas mayores muestran lo importante que es llegar a ellas con información precisa y clara sobre cómo tratar de protegerse de la infección y qué deben hacer si no se sienten bien", ha comunicado **Justin Derbyshire, Director Ejecutivo de HelpAge International**. Añade además que **"en aquellos países donde se está adoptando medidas de aislamiento, las personas mayores pueden ser particularmente vulnerables. Es muy fácil que estas**

personas queden aisladas y sin el apoyo habitual que necesitan para cuidar de sí mismas. Deben tomarse medidas para garantizar su bienestar".

La rápida escalada del coronavirus en todo el mundo pone de manifiesto el importante desafío al que deben enfrentarse los países cuya población envejece más rápidamente, entre ellos España.

HelpAge está elaborando documentación sobre el coronavirus con orientaciones y recomendaciones para prevenir el contagio de las personas mayores y proteger su estado de salud

y su bienestar físico y mental. Estos documentos están destinados tanto a las personas mayores como a los familiares y a sus cuidadores. **En concreto está disponible la descarga de una guía específica para el cuidado de personas mayores en residencias que también es aplicable a entornos familiares y otra guía con orientaciones y recomendaciones para personas mayores.**

En la página web de HelpAge España hemos creado un espacio específico sobre el coronavirus al que se puede acceder directamente desde el cuadro que hay a continuación.

Más información actualizada y documentación sobre personas mayores en relación con el coronavirus pinchando **AQUI**



Consulta los informes diarios de la OMS con información actualizada pinchando sobre la imagen (en inglés).



Ultimas publicaciones de HelpAge España.

La revolución de la longevidad en el año 2019

Este documento, que publicó HelpAge España el pasado mes de enero, está basado en el informe de Naciones Unidas "Perspectivas de la Población Mundial 2019: Aspectos Destacados", elaborado por la División de Población del Departamento de Asuntos Económicos y Sociales (DESA). **Este informe ofrece una visión global de las tendencias y perspectivas demográficas a nivel mundial y confirma dos fenómenos de población muy importantes. El primero de ellos es que la población mundial continuará aumentando y el segundo, que la población mundial envejece a un ritmo acelerado.**

En este documento, que se puede descargar pinchando sobre la imagen, **se analiza la revolución de longevidad que está experimentando la humanidad y se introducen las consecuencias que estos cambios en el tamaño, la composición y la distribución de la población mundial (y europea) tienen para el logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).**



Década del Envejecimiento Saludable y ODS

HelpAge España publicó este **documento en el que se relaciona la estrategia global que se propone en la Década del Envejecimiento Saludable 2020-2030 con la estrategia global propuesta en la Agenda 2030, a través de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).**

El cumplimiento de los ODS implica un compromiso con la promoción del envejecimiento saludable, ya que es un elemento esencial si queremos garantizar que todas las personas tengan vidas dignas, plenas, seguras y saludables. Además, los ODS promueven el bienestar, lograr la igualdad de género y reducir las desigualdades, transformar las ciudades para que sean inclusivas, seguras, resilientes y sostenibles, adoptar políticas que fortalezcan las capacidades de las personas mayores y fomenten su independencia y autonomía. En este sentido, la Organización Mundial de la Salud (OMS) lidera y coordina la Década del Envejecimiento Saludable 2020-2030 para fomentar el envejecimiento saludable en torno a todos los ODS, en colaboración con los Estados Miembros y los distintos socios nacionales e internacionales.

Se puede descargar este documento pinchando sobre la imagen.



Estrategia de HelpAge 2020-2030

Envejecer en un mundo justo

Todos nacemos libres e iguales en dignidad y derechos humanos. Sin embargo, a medida que envejecemos, las personas no siempre nos ven ni nos tratan de la misma manera que lo hicieron cuando éramos más jóvenes. A veces no somos respetados como antes, nuestras necesidades se ignoran, nuestras contribuciones no se valoran y no se reconoce que tenemos derechos como cualquier otra persona.

Las actitudes y normas sociales, las políticas, las leyes y la opinión pública pueden originar discriminación contra las personas mayores en lugar de fomentar la solidaridad entre generaciones.

Toda persona mayor debe ser capaz de afrontar su futuro con confianza, alcanzar todo su potencial y participar plenamente en la sociedad en la que vive. Las personas mayores son miembros de la sociedad y tienen derecho a continuar participando dentro de sus familias, comunidades y sociedades.

Nuestra misión es permitir que las personas mayores de hoy y de las generaciones futuras exijan estos derechos. Creemos que todos debemos poder decidir cómo queremos vivir nuestra vejez.

Cada gobierno es responsable de garantizar que las personas mayores disfruten de sus derechos. Las leyes, las políticas y la prestación de servicios inclusivos por parte de los gobiernos y otras instituciones pueden garantizar que las personas mayores sean tratadas con dignidad y tengan acceso a los servicios que necesitan.

Queremos vivir en un mundo donde los derechos de las personas mayores estén plenamente reconocidos y protegidos en las leyes internacionales, regionales y nacionales. Queremos vivir en un mundo justo y equitativo para todos, independientemente de su edad.

Hacemos un llamamiento a los gobiernos y las sociedades para que trabajen con nosotros en reconocer las necesidades, los derechos y el potencial de las personas mayores, y que tomen medidas cuando y donde más se necesitan.

Pinchar sobre la imagen para descargar la estrategia de HelpAge 2030.



Día Internacional de la Mujer y también de la Mujer Mayor.

En el mes de marzo se conmemora el Día Internacional de la Mujer y queremos que las mujeres mayores disfruten también de sus derechos y de los logros conseguidos. Reivindicamos que se reconozcan sus contribuciones en el camino recorrido hacia la igualdad de género en el pasado y en el



Próximos eventos

11ª sesión del Grupo de Trabajo de Composición Abierta sobre Envejecimiento de Naciones Unidas-Pospuesta. 6-9 de abril.

IV Foro Internacional de HelpAge España "Vivir más, vivir mejor".

Septiembre

Día Mundial de la Salud.

7 de abril.

Día Mundial de Toma de Conciencia del Abuso y Maltrato en la Vejez.

15 de junio.

Coronavirus y personas mayores

Más información **AQUÍ.**



11OEWG Pospuesto

Más información **AQUÍ.**



Dona ahora



Nuestro Boletín



¡SUSCRIBETE!

HelpAge International
— ESPAÑA —

los mayores cuentan

Calle Serrano Anguita , 13
28004 Madrid

91 576 63 66

correo@helpage.org



www.helpage.es

HelpAge International es una red global de organizaciones que promueve el derecho de todas las personas mayores a llevar una vida digna, sana y segura.

HelpAge International España apoya a las personas mayores para que reclamen sus derechos, se enfrenten a la discriminación y superen la pobreza.

Creemos que la contribución que las personas mayores hacen a la sociedad es incalculable, y aun así las personas mayores siguen siendo uno de los grupos más vulnerables y olvidados del mundo.