



RED DE ASISTENCIA SOCIAL  
AL ADULTO MAYOR

# ENVEJECIMIENTO ACTIVO: MEDIDAS

**II PRECONGRESO FIAPAM COLOMBIA**  
**Mayores y jóvenes en acción: protagonistas de su propio desarrollo**  
**V SEMINARIO INTERNACIONAL OISS**  
**Políticas públicas de envejecimiento y vejez**

**Medellín, 29 de agosto de 2014**  
**José María Alonso Seco**  
**Consejero Técnico del Imserso. Madrid**



OISS  
ORGANIZACIÓN  
IBEROAMERICANA  
DE SEGURIDAD SOCIAL



FIAPAM



UNIVERSIDAD CES

*Un Compromiso con la Excelencia*  
Resolución del Ministerio de Educación Nacional No. 1371 del 22 de marzo de 2007.

## **OBJETIVOS DE LA EXPOSICIÓN**

**DESCRIBIR CÓMO LA CONSECUCCIÓN DE UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO CONSTITUYE UNA META HACIA LA QUE DEBEN AVANZAR TODAS LAS SOCIEDADES.**

**DESCRIBIR LA RELACIÓN ENTRE ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y DERECHOS HUMANOS DE LAS PERSONAS MAYORES.**

**ANALIZAR LAS PRINCIPALES MEDIDAS QUE DEBEN TOMARSE PARA APROXIMARSE O ALCANZAR UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO DE CALIDAD.**

**EXAMINAR ALGUNAS VARIABLES QUE IMPIDEN O DIFICULTAN LA CONSECUCCIÓN DE UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO.**

## TEMAS A DESARROLLAR

- 1. INTRODUCCIÓN.**
- 2. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. MEDIDAS.**
  - 2.1. PROTECCIÓN DE LA SALUD Y MEJORA DE LA ASISTENCIA SANITARIA.**
  - 2.2. EDUCACIÓN Y FORMACIÓN.**
  - 2.3. EMPLEO.**
  - 2.4. SEGURIDAD EN LOS INGRESOS Y REDUCCIÓN DE LA POBREZA.**
  - 2.5. PARTICIPACIÓN SOCIAL.**
  - 2.6. FOMENTO DE LA VIDA INDEPENDIENTE.**
  - 2.7. MEJORA DE LOS SERVICIOS SOCIALES.**
- 3. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. BUENAS PRÁCTICAS.**
- 4. CONCLUSIONES.**

# 1. INTRODUCCIÓN

**EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO NO ES SÓLO UNA NOCIÓN TEÓRICA. ES UN PROCESO Y UN OBJETIVO QUE IMPLICA UNA SERIE DE MEDIDAS PARA SU CONSECUCCIÓN.**

**DOCUMENTOS INTERNACIONALES QUE SE SIGUEN EN LA EXPOSICIÓN:**

- **Envejecimiento activo: un marco político (OMS, 2002).**
- **Estrategia Regional de implementación para ALC del Plan de Acción Internacional de Madrid (CEPAL, 2003).**
- **Plan de acción sobre la salud de las personas mayores, incluido el envejecimiento activo y saludable (OPS, 2009).**
- **Declaración de Medellín (FIAPAM, 2010).**
- **"Garantizar una sociedad para todas las edades: promover la calidad de vida y el envejecimiento activo" (Declaración de Viena, 2012).**
- **"Orientaciones que han de guiar el envejecimiento activo y la solidaridad entre generaciones" (Unión Europea, 2012).**

## 2. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. MEDIDAS



Foto tomada de la revista "60 y más"

## 2. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. MEDIDAS



**PROTECCIÓN DE LA SALUD Y MEJORA DE LA ASISTENCIA SANITARIA**



**EDUCACIÓN Y FORMACIÓN**



**EMPLEO**



**SEGURIDAD DE INGRESOS Y REDUCCIÓN DE LA POBREZA**



**PARTICIPACIÓN SOCIAL**



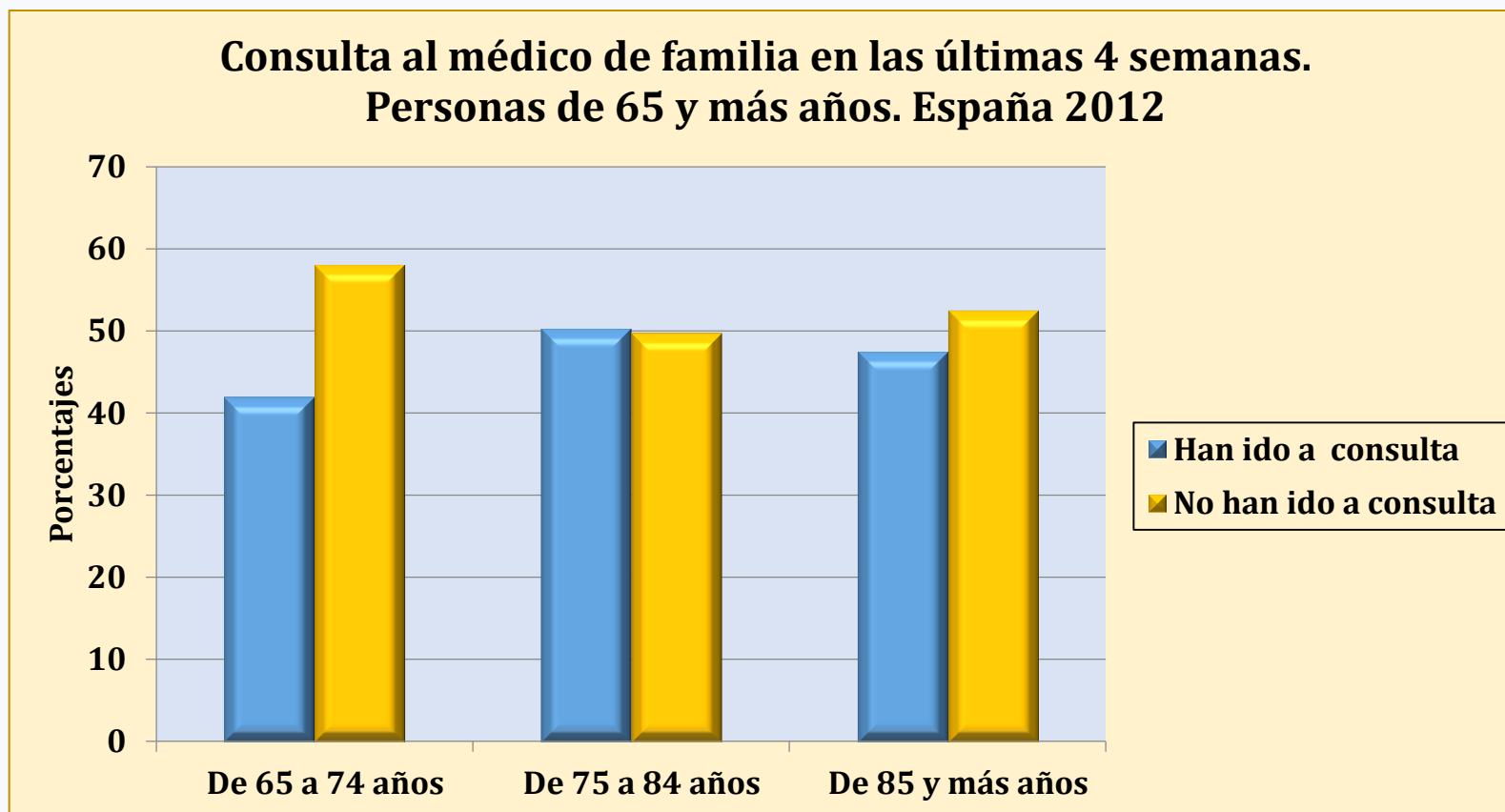
**FOMENTO DE LA VIDA INDEPENDIENTE**



**MEJORA DE LOS SERVICIOS SOCIALES**

## 2. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. MEDIDAS

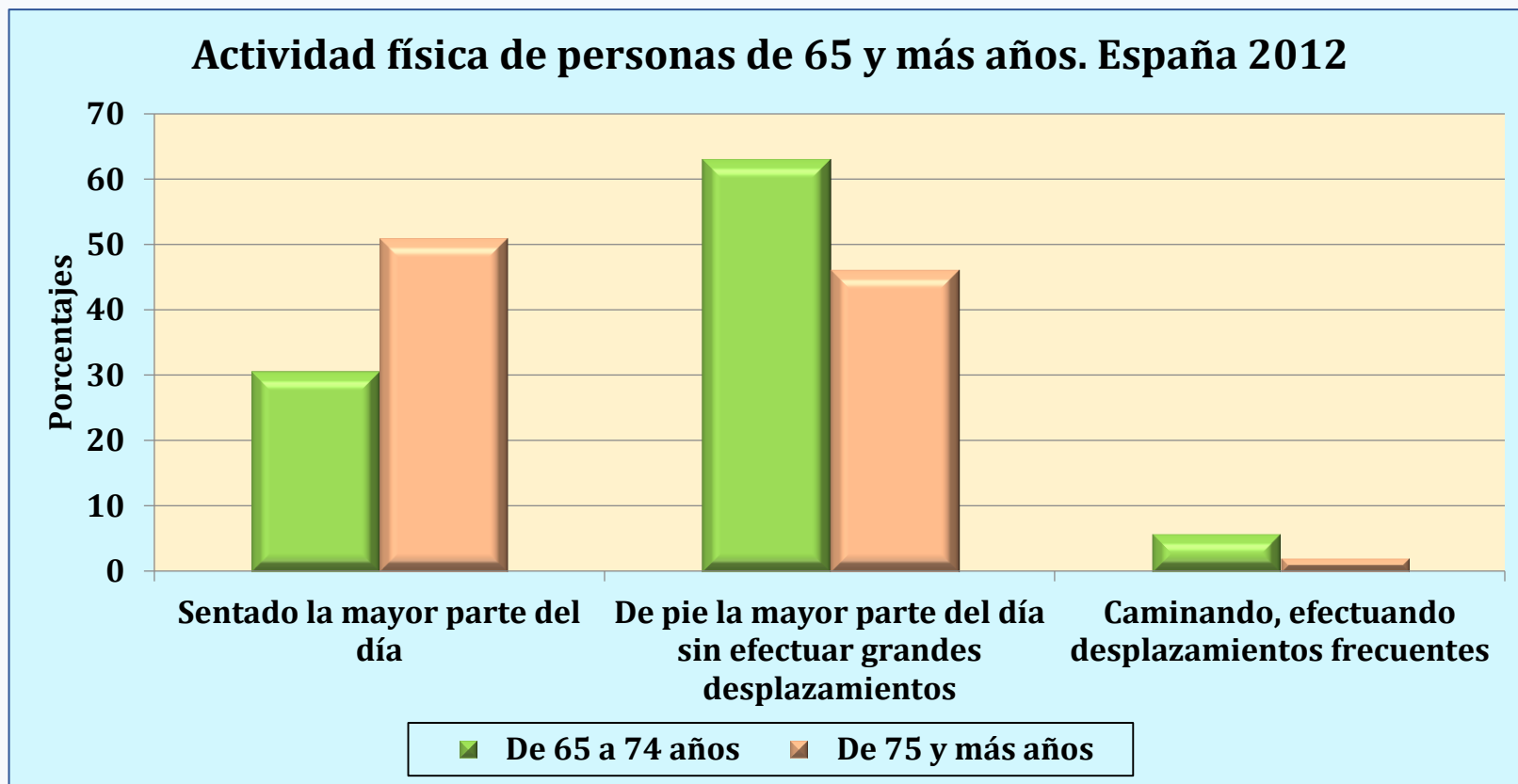
### 2.1. PROTECCIÓN DE LA SALUD Y MEJORA DE LA ASISTENCIA SANITARIA



Fuente: Instituto Nacional de Estadística de España. Encuesta Nacional de Salud 2011-2012

## 2. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. MEDIDAS

### 2.1. PROTECCIÓN DE LA SALUD Y MEJORA DE LA ASISTENCIA SANITARIA



Fuente: Instituto Nacional de Estadística de España. Encuesta Nacional de Salud 2011-2012



## 2. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. MEDIDAS

### 2.1. PROTECCIÓN DE LA SALUD Y MEJORA DE LA ASISTENCIA SANITARIA

**ADOPTAR UNA POSTURA PROACTIVA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LAS ENFERMEDADES, EN ESPECIAL LAS CRÓNICAS (CONSTITUYEN EL 75% DE LOS INGRESOS HOSPITALARIOS).**

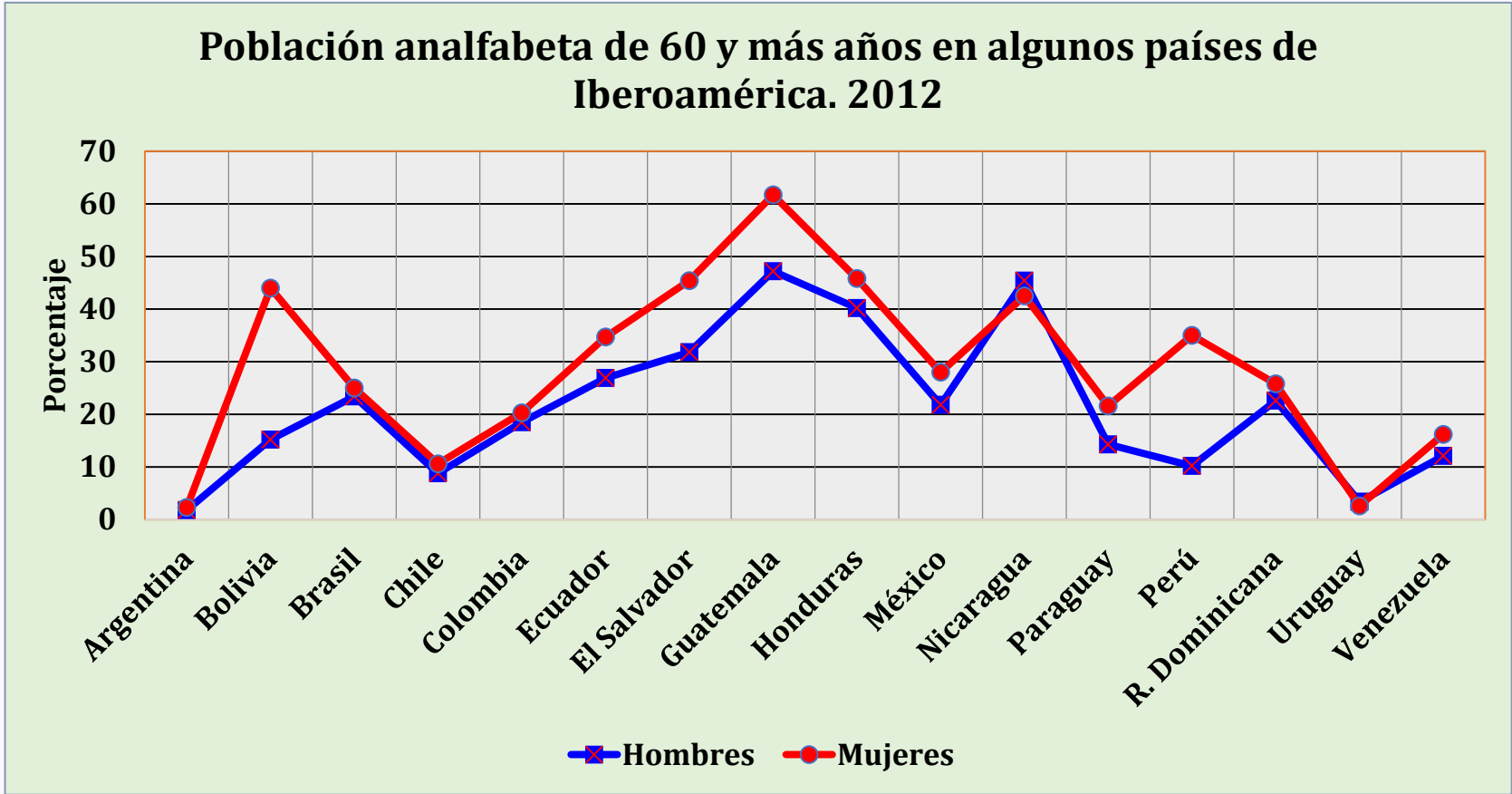
**REDUCIR LOS FACTORES DE RIESGO RELACIONADOS CON LAS CAUSAS DE ENFERMEDADES IMPORTANTES: CARDIOVASCULARES, OSTEOARTICULARES, NEUROLÓGICAS, MENTALES, CAÍDAS, ETC.**

**DESARROLLAR ACTIVIDAD FÍSICA, REDUCIR LOS RIESGOS DEL TABACO Y DEL ALCOHOL, ALIMENTACIÓN SANA, CUMPLIMIENTO TERAPÉUTICO, ETC.**

**PROPORCIONAR FORMACIÓN Y EDUCACIÓN A LOS CUIDADORES FORMALES E INFORMALES. GARANTIZARLES UNA PROTECCIÓN SOCIAL ADECUADA PARA EVITAR SU EXCLUSIÓN SOCIAL.**

## 2. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. MEDIDAS

### 2.2. EDUCACIÓN Y FORMACIÓN

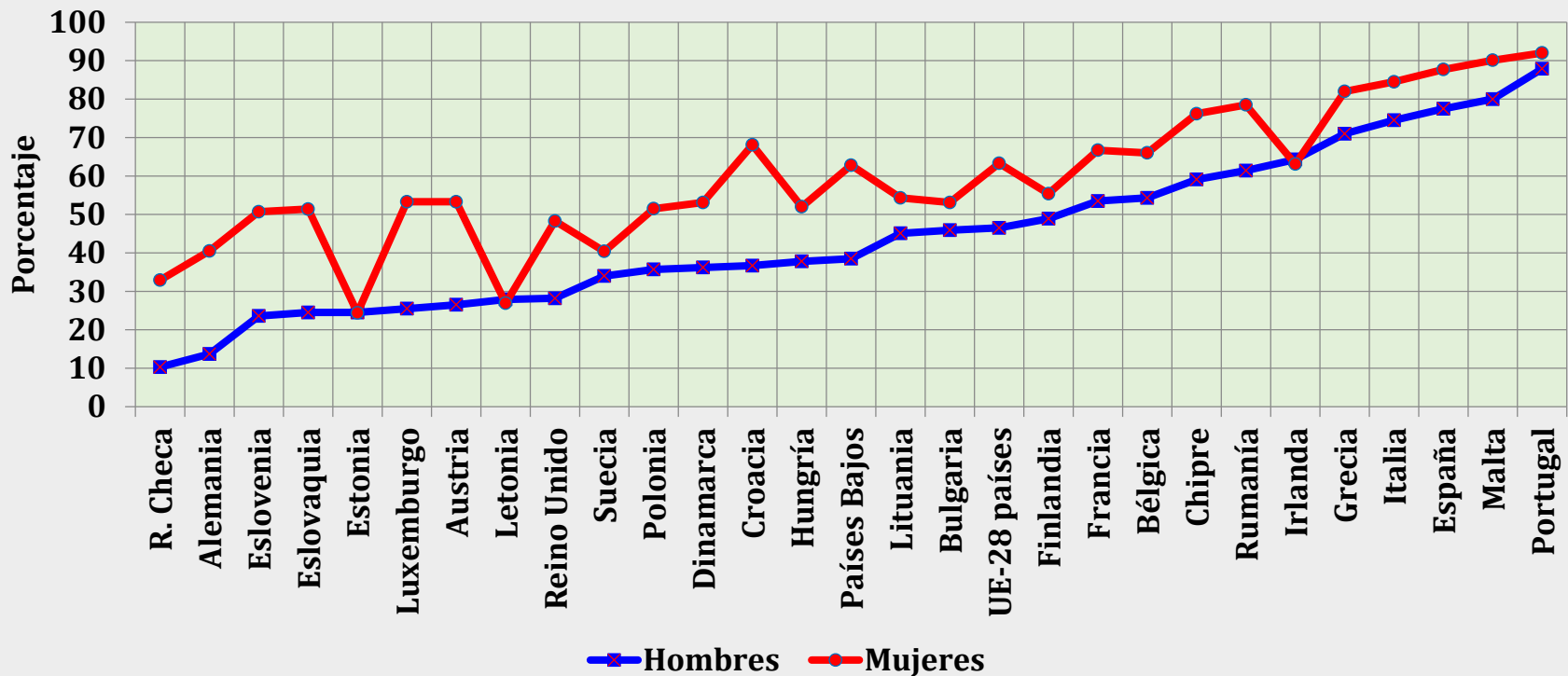


Fuente: Cepal. Anuario Estadístico de América Latina y el Caribe 2013

## 2. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. MEDIDAS

### 2.2. EDUCACIÓN Y FORMACIÓN

Población de 65 y más años con nivel de instrucción inferior al primer ciclo de enseñanza secundaria. Unión Europea 2013



Fuente: Eurostat [edat\_ifse\_05]

## 2. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. MEDIDAS

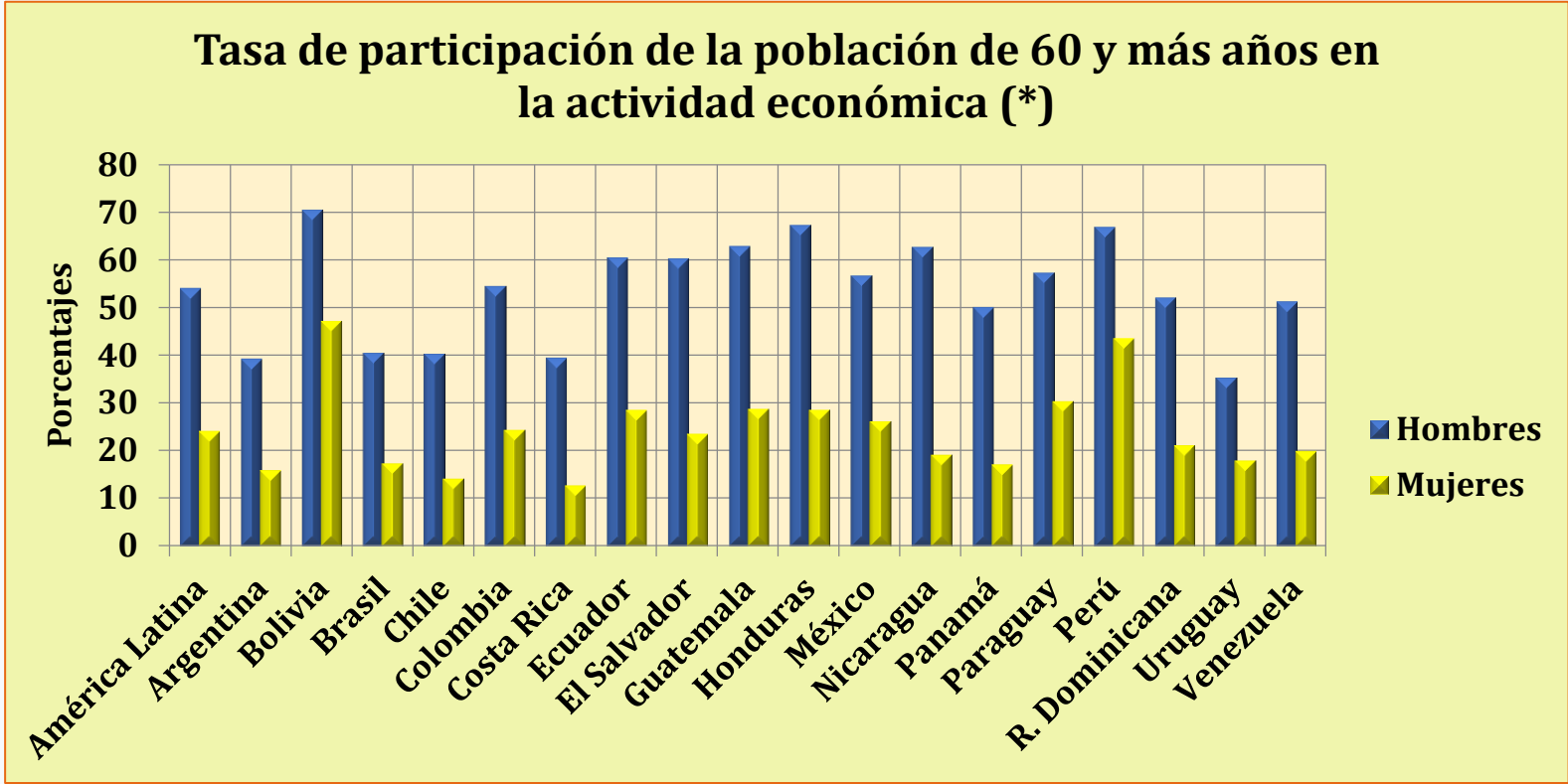
### 2.2. EDUCACIÓN Y FORMACIÓN

**DEBE OFRECERSE A MUJERES Y HOMBRES DE TODAS LAS EDADES FORMACIÓN Y APRENDIZAJE PERMANENTES, ACCESO Y PARTICIPACIÓN A LA EDUCACIÓN, FORMACIÓN Y DESARROLLO DE CAPACIDADES, CON EL FIN DE QUE PARTICIPEN PLENAMENTE EN EL MERCADO LABORAL.**

**SE LES DEBEN PROPORCIONAR MAYORES OPORTUNIDADES DE APRENDIZAJE, SOBRE TODO EN TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN (TIC), CUIDADO PERSONAL Y SITUACIÓN FINANCIERA, PARA POSIBILITAR SU PARTICIPACIÓN ACTIVA EN LA SOCIEDAD Y HACERSE CARGO DE SU PROPIA VIDA.**

## 2. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. MEDIDAS

### 2.3. EMPLEO



(\*) Grado de participación de la población de 60 y más años en el mercado de trabajo. Cálculo: población económicamente activa (personas que trabajan o buscan trabajo) de 60 años y más/población total de 60 años y más\*100. Sesgo de subestimación del trabajo femenino informal o el que realiza dentro del hogar.

Fuente: Cepal. Cepalstat. Estadísticas e indicadores sociales. Salud. Revisión 2013

## **2. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. MEDIDAS**

### **2.3. EMPLEO**

**FOMENTAR UNAS CONDICIONES DE TRABAJO SANAS.**

**ADAPTAR LAS CONDICIONES DE TRABAJO A LAS NECESIDADES CAMBIANTES DE LOS TRABAJADORES.**

**EVITAR LA DISCRIMINACIÓN POR EDAD EN EL EMPLEO.**

**PONER DE RELIEVE LA CONTRIBUCIÓN QUE HACEN LOS TRABAJADORES MAYORES.**

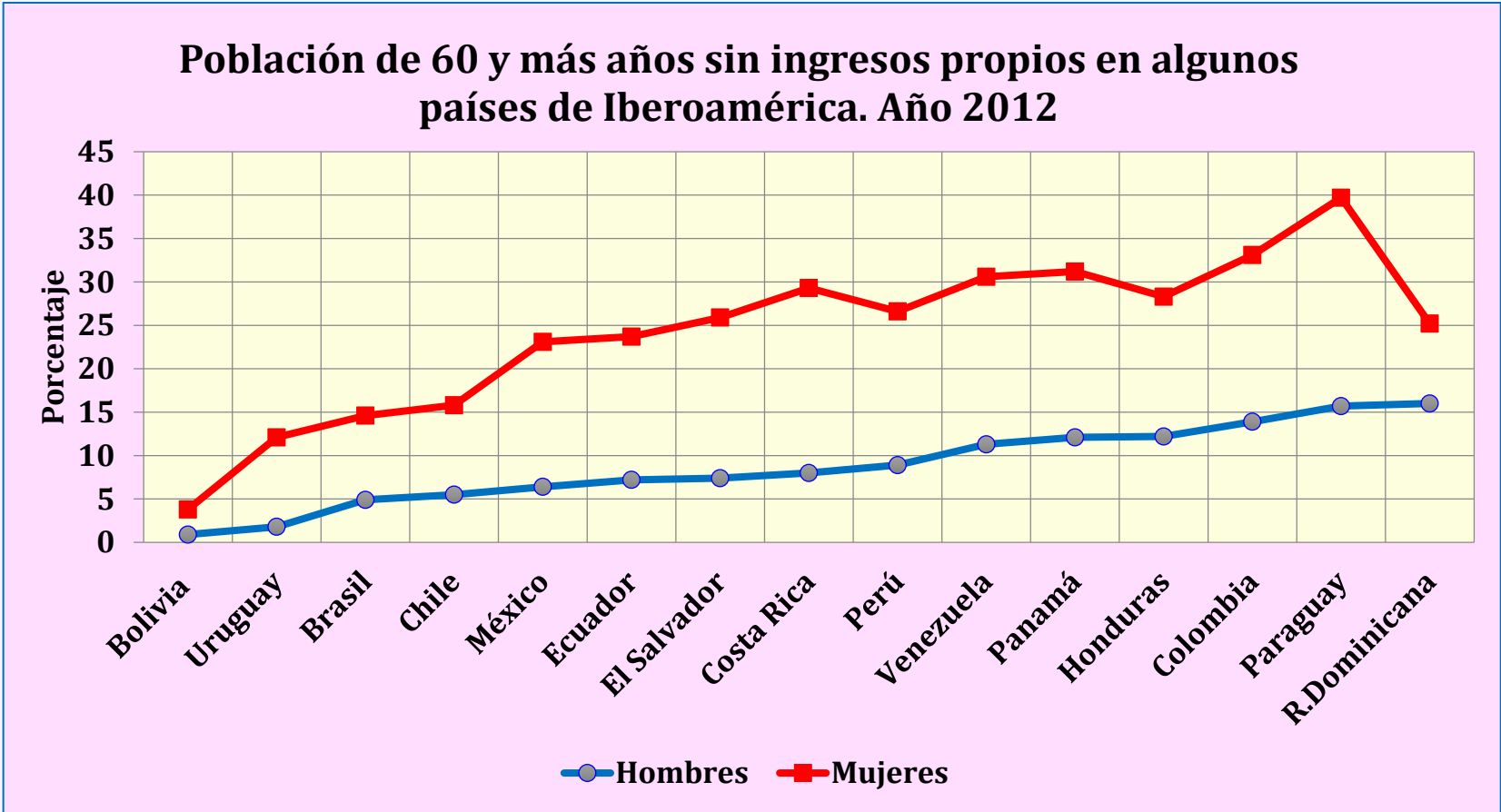
**FISCALIDAD FAVORABLE Y BENEFICIOS AL EMPLEO: GARANTIZAR QUE A LOS TRABAJADORES MAYORES LES COMPENSE TRABAJAR.**

**TRANSFERENCIA DE EXPERIENCIAS ENTRE TRABAJADORES DE DISTINTAS EDADES.**

**POSIBILIDAD DE CONCILIAR LA VIDA PROFESIONAL CON LA PERSONAL.**

## 2. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. MEDIDAS

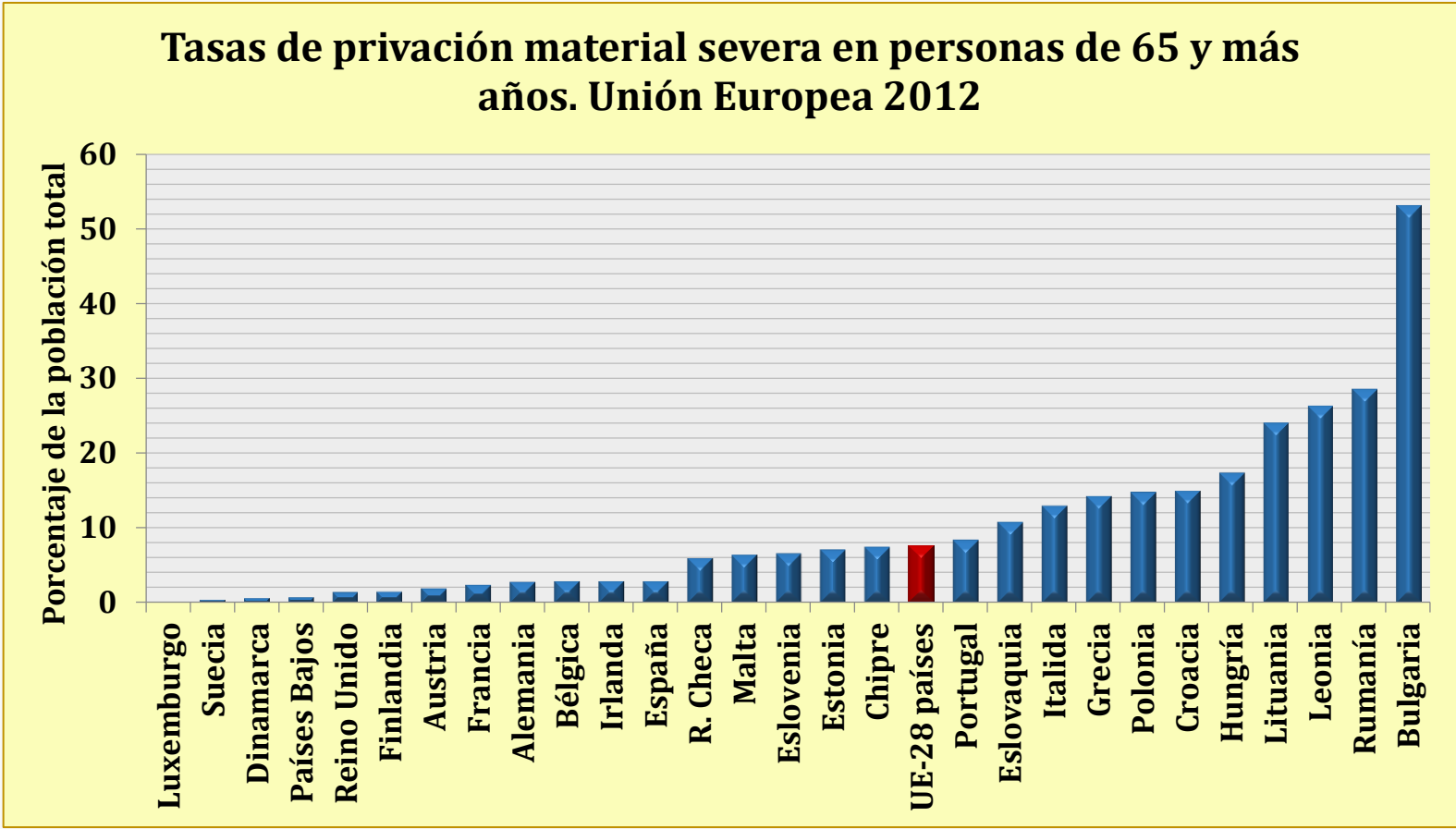
### 2.4. SEGURIDAD DE INGRESOS Y REDUCCIÓN DE LA POBREZA



Fuente: Cepal. Estadísticas e indicadores sociales

## 2. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. MEDIDAS

### 2.4. SEGURIDAD DE INGRESOS Y REDUCCIÓN DE LA POBREZA



Fuente: Eurostat [ilc\_mddd11]



## **2. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. MEDIDAS**

### **2.4. SEGURIDAD DE INGRESOS Y REDUCCIÓN DE LA POBREZA**

**EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO NO ES COMPATIBLE CON LA INDIGENCIA NI CON LA POBREZA DE LAS PERSONAS A MEDIDAS QUE ENVEJECEN.**

**LA POBREZA, ABSOLUTA O RELATIVA, ES UN FENÓMENO AL QUE SE ENFRENTAN LAS PERSONAS MAYORES EN LOS DISTINTOS PAÍSES.**

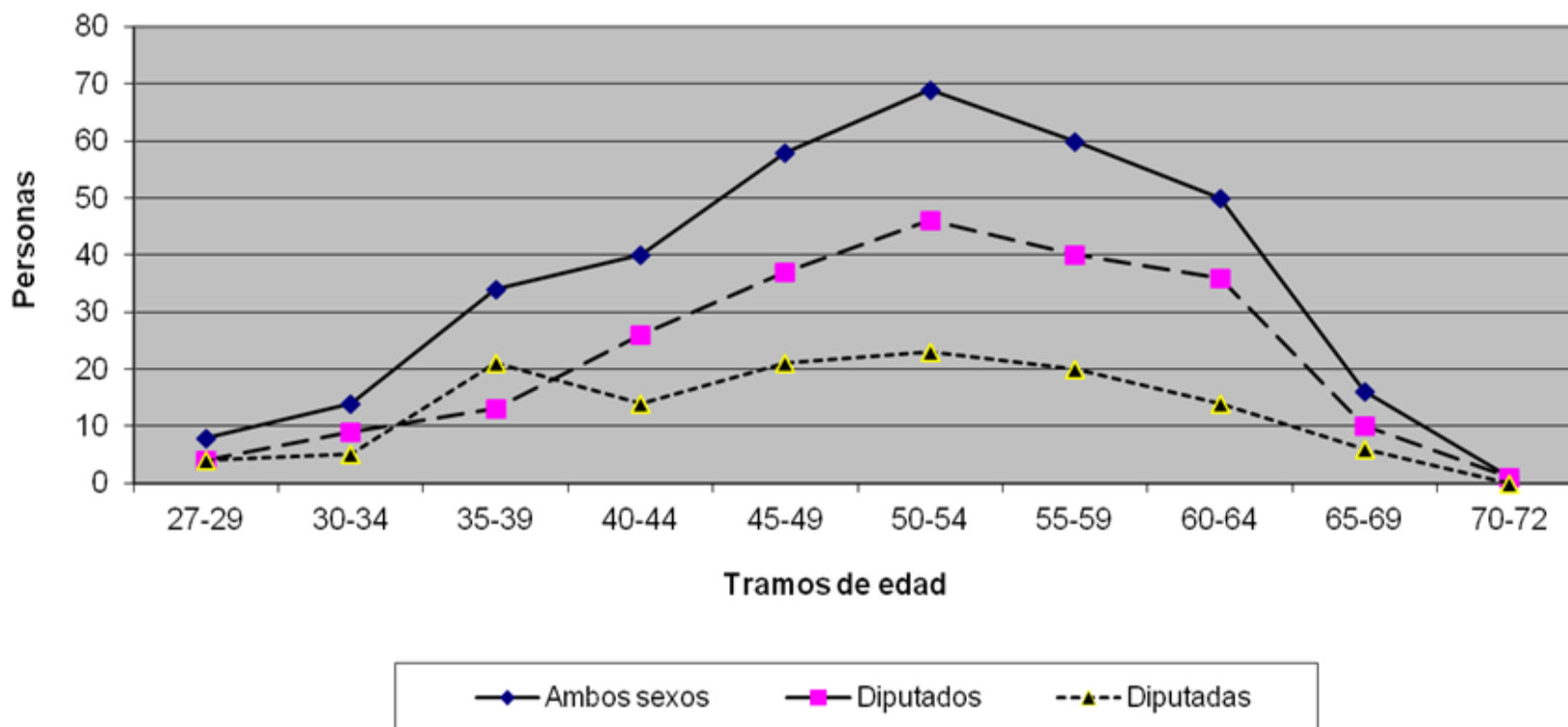
**ES EVIDENTE QUE, A MEDIDA QUE LA EDAD AVANZA, LAS FUERZAS DISMINUYEN- NO SE PUEDEN RECIBIR INGRESOS DERIVADOS DEL TRABAJO Y, POR LO MISMO, SE HACE NECESARIO ESTABLECER SISTEMAS DE PENSIONES, CONTRIBUTIVAS O NO CONTRIBUTIVAS, PARA EL PERÍODO DE LA VEJEZ.**

**LAS PENSIONES HAN DE SER ADECUADAS, SEGURAS Y SOSTENIBLES. INCLUSO LOS PAÍSES MÁS DESARROLLADOS SE ENCUENTRAN CON PROBLEMAS DE SOSTENIBILIDAD DE SU SISTEMA DE PENSIONES.**

## 2. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. MEDIDAS

### 2.5. PARTICIPACIÓN SOCIAL

GRAFICO 1: EDAD DE LOS DIPUTADOS DEL CONGRESO. ESPAÑA. AÑO 2012



Fuente: Elaboración propia sobre datos del Congreso de los Diputados. Año 2012

## 2. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. MEDIDAS

### 2.5. PARTICIPACIÓN SOCIAL

**MANTENER INVOLUCRADOS EN PROCESOS DE TOMA DE DECISIONES A LAS MUJERES Y HOMBRES MAYORES, SOBRE TODO EN LOS SECTORES QUE LES AFECTAN DIRECTAMENTE.**

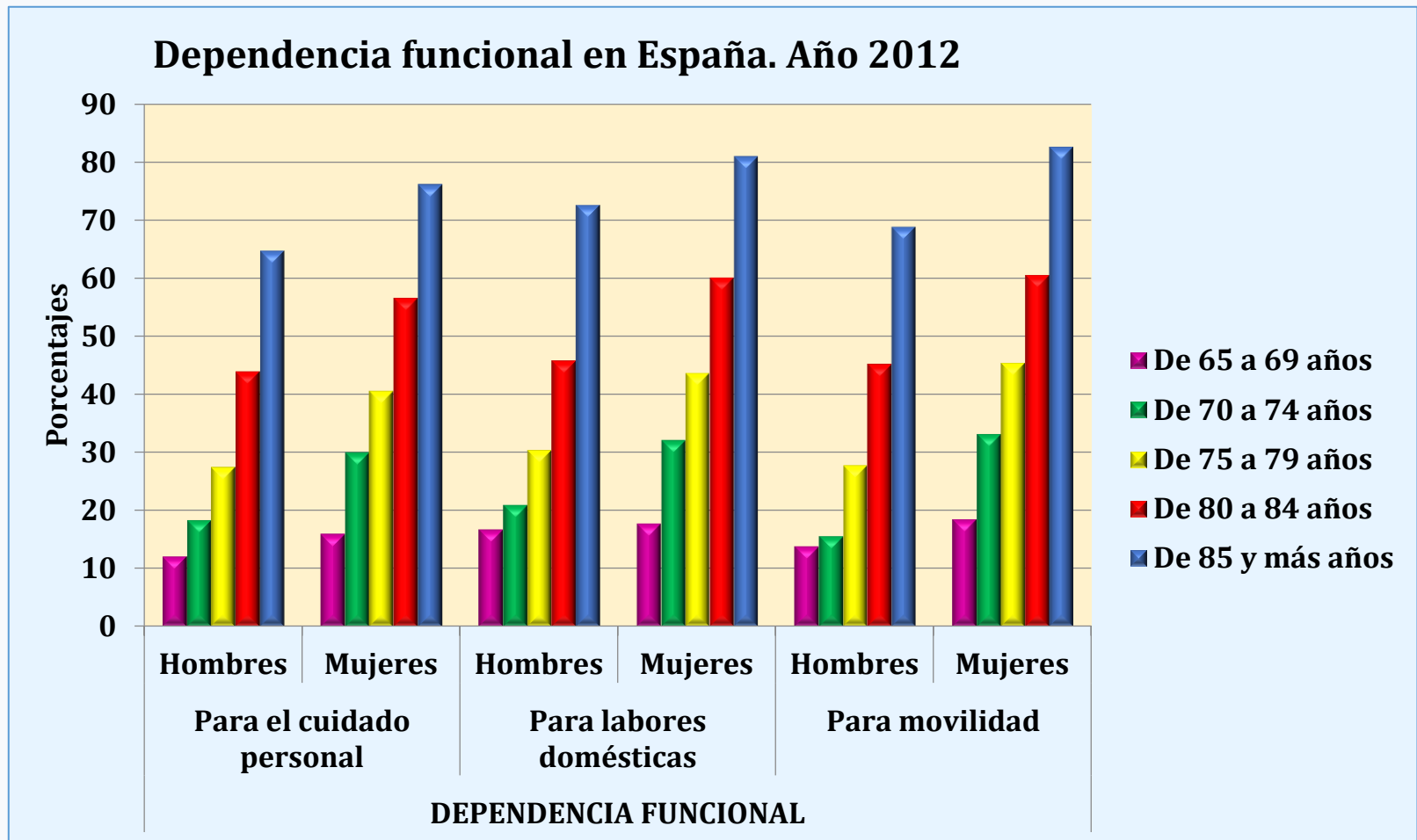
**LA PRESENCIA DE LOS MAYORES EN LA SOCIEDAD DEBE SER PROPORCIONAL A SU PESO REAL EN ELLA. DEBE FOMENTARSE EN TODAS LAS ÁREAS DE LA VIDA: EDUCACIÓN, ADMINISTRACIONES PÚBLICAS, EMPRESAS PRIVADAS, MEDIOS DE COMUNICACIÓN, ETC.**

**DEBE FOMENTARSE LA PARTICIPACIÓN POLÍTICA DE LAS PERSONAS MAYORES EN LOS ÓRGANOS LEGISLATIVOS Y EJECUTIVOS.**

**SE DEBEN CREAR MEJORES CONDICIONES PARA EL VOLUNTARIADO DE LOS MAYORES, SUPRIMIENDO LOS OBSTÁCULOS EXISTENTES PARA QUE PUEDAN CONTRIBUIR A LA SOCIEDAD MEDIANTE SUS COMPETENCIAS, CAPACIDADES Y EXPERIENCIA.**

## 2. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. MEDIDAS

### 2.6. FOMENTO DE LA VIDA INDEPENDIENTE



Fuente: Instituto Nacional de Estadística de España. Encuesta Nacional de Salud 2011-2012

## 2. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. MEDIDAS

### 2.6. FOMENTO DE LA VIDA INDEPENDIENTE

**ADAPTAR LOS ALOJAMIENTOS, EN ESPECIAL LA VIVIENDA PROPIA, Y PROPORCIONAR SERVICIOS QUE PERMITAN A LOS MAYORES VIVIR CON EL MAYOR GRADO DE AUTONOMÍA.**

**ADAPTAR LOS SISTEMAS DE TRANSPORTE PARA QUE SEAN ACCESIBLES, SEGUROS Y ESTABLES A FIN DE PERMITIR A LAS PERSONAS MAYORES SEGUIR SIENDO AUTÓNOMAS.**

**ADAPTAR LOS ENTORNOS LOCALES PARA QUE PUEDAN SER USADOS POR PERSONAS DE TODAS LAS EDADES (ENFOQUE "DISEÑO PARA TODOS"), SOBRE TODO MEDIANTE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS.**

**GARANTIZAR A LAS PERSONAS QUE PRECISEN ATENCIÓN O CUIDADOS QUE, EN LA MAYOR MEDIDA POSIBLE, SE AUMENTE O MANTENGA SU AUTONOMÍA Y SE LES TRATE CON DIGNIDAD Y RESPETO.**

## 2. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. MEDIDAS

### 2.7. MEJORA DE LOS SERVICIOS SOCIALES



**MAYOR COORDINACIÓN ENTRE LA ATENCIÓN PRIMARIA DE SALUD Y LA ATENCIÓN PRIMARIA DE SERVICIOS SOCIALES.**



**APOYO A LAS PERSONAS MAYORES EN LA REALIZACIÓN DE TAREAS DOMÉSTICAS EN EL HOGAR.**



**IMPLANTACIÓN PROGRESIVA DE LA TELEASISTENCIA PARA LAS PERSONAS MAYORES QUE VIVEN SOLAS Y PARA LAS QUE TENGAN UNA EDAD AVANZADA.**



**APOYO ESPECIAL A LAS PERSONAS MAYORES QUE VIVEN SOLAS EN SUS DOMICILIOS.**

## 2. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. MEDIDAS

### 2.7. MEJORA DE LOS SERVICIOS SOCIALES



**CREACIÓN PROGRESIVA DE CENTROS DE DÍA PARA PERSONAS MAYORES QUE SE VALEN POR SÍ MISMAS Y QUIENES ESTÁN EN SITUACIÓN DE DEPENDENCIA.**



**CREACIÓN PROGRESIVA DE ESTABLECIMIENTOS DE LARGA ESTADÍA PARA ADULTOS MAYORES DEPENDIENTES.**



**FOMENTAR LA LECTURA EN LA PERSONA MAYOR, SU PARTICIPACIÓN EN ASOCIACIONES, COROS Y EN TODO TIPO DE ACTIVIDADES CULTURALES Y DEPORTIVAS.**



**FORMACIÓN DE LAS PERSONAS MAYORES EN CONOCIMIENTOS Y CAPACIDAD DE LIDERAZGO, PARA QUE SEAN LAS ANIMADORAS DE LAS ACTIVIDADES QUE SE REALIZAN EN SUS CENTROS Y ASOCIACIONES.**

### **3. ENVEJECIMIENTO ACTIVO. BUENAS PRÁCTICAS**

**PROGRAMA DE TURISMO SOCIAL DEL IMSERSO.**

**PROGRAMA DE RUTAS CULTURALES DEL IMSERSO.**

**PROGRAMA DE TERMALISMO SOCIAL DEL IMSERSO.**

**PROGRAMAS DE UNIVERSIDADES PARA MAYORES.**

**PROGRAMA DE AULAS INFORMÁTICAS PARA PERSONAS MAYORES.**

**PROGRAMA DE VIDA ACTIVA EN EL MEDIO RURAL.**

**PROGRAMAS DE SENDERISMO Y ACTIVIDADES FÍSICAS PARA PERSONAS MAYORES, ETC.**



## 4. CONCLUSIONES

**EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO ES UN PROCESO, CUYO OBJETO ES CONSEGUIR UNA MEJOR CALIDAD DE VIDA AL LLEGAR A LA VEJEZ.**

**EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO CONSISTE, SOBRE TODO, EN EL RECONOCIMIENTO DE LOS DERECHOS HUMANOS DE LAS PERSONAS MAYORES.**

**NO DEBE CONFUNDIRSE ENVEJECIMIENTO ACTIVO CON LA SOLA REALIZACIÓN DE ACTIVIDADES FÍSICAS. LA PROMOCIÓN DE LA SALUD ES UN ELEMENTO ESENCIAL DE ÉL.**

**PARA ENVEJECER DE MANERA ACTIVA HAN DE ADOPTARSE TAMBIÉN OTRAS MEDIDAS, RELACIONADAS CON LA EDUCACIÓN Y FORMACIÓN, EL EMPLEO, LOS INGRESOS Y REDUCCIÓN DE LA POBREZA, LA PARTICIPACIÓN SOCIAL, EL FOMENTO DE LA VIDA INDEPENDIENTE Y LA MEJORA DE LOS SERVICIOS SOCIALES.**



**“Nada en ti, a quien te mire,  
servil le parece; antes bien, te  
asemejas a un rey por tu  
aspecto y grandeza”**

**Odisea (s. VIII a.C.), Canto XXIV**

**(Palabras de Ulises a su anciano padre Laertes cuando regresa a la isla de Ítaca)**



**Foto: autor, edificio Vásquez.  
Comfama. Medellín.**

**MUCHAS GRACIAS**