



CARTA DE GALICIA SOBRE LOS DERECHOS DE LAS PERSONAS MAYORES

POR UNA SOCIEDAD INCLUSIVA, INTEGRADORA Y RESPETUOSA CON LAS PERSONAS MAYORES

“Respetar a las personas mayores es respetarte a ti”

En la proximidad del 1 de octubre “*Día Internacional de las Personas Mayores*”, proclamado el 14 de diciembre de 1990 por la Asamblea General de las Naciones Unidas, sigue siendo necesario reivindicar y defender los derechos de este grupo etario, en varias direcciones. Favorecer la toma de conciencia sobre la prolongación de la vida y su valor; lograr sociedades inclusivas, integradoras y más justas; sensibilizar y erradicar los estereotipos, los prejuicios y la discriminación edadista; y, desarrollar políticas orientadas a mejorar la calidad de vida de las personas mayores.

Inmersos en un proceso de transición demográfica, Galicia es, juntamente con Asturias y Castilla y León, una de las tres comunidades autónomas más envejecidas del estado español. El porcentaje de personas mayores de 65 años en España se situó en el año 2022 en un 20.1%, con un índice de envejecimiento del 133.48%. En el caso de Galicia, este porcentaje se eleva al 26,1 % y la tasa de envejecimiento en el 213.5%. Además, en Galicia se encuentran dos de las tres provincias más envejecidas de España, que superan los 50 años de media de edad, Orense y Lugo, con 50,97 y 50,14 años respectivamente. Así la cuestión, la realidad demográfica actual de la



comunidad gallega es muy similar a la que se prevé que tendrá el conjunto de la unión europea para el año 2050.

Los altos niveles de esperanza de vida que tiene la población gallega y el número creciente de personas longevas y centenarias son, sin duda, una gran logro y un beneficio para sociedad en su conjunto. Son también una oportunidad, para actuar de modo proactivo y ensayar políticas que contribuyan a mejorar la salud y la calidad de vida de las personas mayores. Pero, responder a los retos que plantea el envejecimiento, requiere un mayor compromiso político que debe ir acompañado de una mayor dotación de recursos que hagan posible un envejecimiento activo y saludable.

Este documento, en consonancia con las directrices oficiales de la Organización de Naciones Unidas y de la Organización Mundial de la Salud, pero haciendo hincapié en la realidad y la singularidad de la sociedad gallega, respetando su realidad sociopolítica y demográfica, así como su cultura y su idiosincrasia. Con él se pretende estimular el conocimiento, el debate público, la toma de conciencia y la adopción de medidas que contribuyan a crear una sociedad más inclusiva, integradora y respetuosa con las personas mayores.

Las personas mayores, son un colectivo en alza que necesita ser empoderado para ser considerados y conquistar una serie de derechos que habitualmente la sociedad actual les niega y que a otros colectivos – como las mujeres, las minorías étnicas o las personas con diversidad funcional - ya les han sido reconocidos. Sin embargo, las personas mayores, son habitualmente invisibilizadas e ignoradas como consecuencia de los estereotipos, los prejuicios y la discriminación *viejista*.

Por tanto, desde la Sociedade Galega de Xerontoloxía e Xeriatría (SGXX) nos comprometemos con luchar contra el edadismo y contribuir a dignificar, justipreciar y poner en valor la imagen de las personas mayores, atender sus necesidades y garantizar sus derechos. Para ello, la administración, las organizaciones y la sociedad civil debemos tomar conciencia y contribuir activamente para que las personas puedan envejecer activa y saludablemente: con salud, seguridad, participando plenamente en la sociedad y con acceso a una formación que le permita aprender a lo largo de todo el proceso vital.



DECLARACIÓN DE DERECHOS DE LAS PERSONAS MAYORES:

- 1. Derecho a que cada persona sea tratada individualmente como ser humano**, respetando nuestras características individuales, necesidades y expectativas, nuestras capacidades y limitaciones y, por tanto, a que se diseñen e implanten políticas integrales que den respuestas acordes a esas necesidades. Concretamente que se diseñen e implementen desde el ámbito público y privado políticas de atención y cuidados centradas en la persona.
- 2. Derecho a preservar la identidad personal, la libertad y autonomía**, y a recibir un trato acorde a su cada historia personal y social, respetando la autodeterminación y toma de decisiones sobre la propia vida.
- 3. Derecho a participar libremente como ciudadano/a activamente en la sociedad y a que se tengan en cuenta deseos y opiniones para contribuir a una realidad más justa e inclusiva para todos y todas**. La participación contribuye a aumentar la socialización, a mantener y mejorar las capacidades y evitar el aislamiento, ayudando a mantener el bienestar personal y la vinculación al entorno social y cultural.
- 4. Derecho a tener una vida digna** en la que sean satisfechas las necesidades espirituales, emocionales, de salud, relacionales, económicas y sociales.
- 5. Derecho a vivir en entornos amigables y adaptados a las personas mayores**, así como a la participación para la mejora de barrios y entornos que permita seguir con sus vidas con normalidad a medida que se envejece.
- 6. Derecho a mantener y expresar una sexualidad libre y respetada en cualquiera de sus formas**, en espacios de intimidad y tolerancia, exentos de ser juzgados/as, sin que sea reprobada su conducta, y sin sufrir rechazo, descalificaciones ni agresiones físicas o verbales.
- 7. Derecho a decidir libremente sobre todas las cuestiones referidas a nuestra vida, especialmente en las situaciones de fragilidad o dependencia**, considerando los deseos y voluntades previas cuando la



capacidad de decisión no esté preservada, evitando que sean otras personas quienes decidan.

8. **Derecho a que sean garantizados los principios bioéticos de no maleficencia, justicia, autonomía y beneficencia, en la enfermedad y en los cuidados**, y a que se proporcionen los cuidados paliativos necesarios para garantizar esos principios y la necesaria intimidad.

9. **Derecho a la intimidad**, sobre todo en caso de necesidades especiales, y en entornos institucionalizados.

10. **Derecho a decidir sobre el final de la vida, a expresar su voluntad sobre una muerte digna**, expresada mediante la elaboración de documentos o testamentos, en los que queden reflejados sus deseos en caso de no tener la capacidad de decidir.

11. **Derecho a ser informado de forma accesible, clara y sencilla, y a participar en las decisiones que condicionan su vida en la salud y en la enfermedad**, para ejercer nuestra capacidad de decisión de manera autónoma.

12. **Derecho a que se garantice el acceso equitativo a la asistencia sanitaria y social y a disponer de los recursos sociosanitarios adecuados** para que los cuidados que se precisen puedan dispensarse en el domicilio, acompañados de la familia con apoyo de profesionales cualificados, o en centros especializados.

13. **Derecho a vivir en entornos que permitan a las personas mayores envejecer activamente, con seguridad, y continuar participando plenamente en la sociedad**. La calidad de vida se relaciona directamente con el fomento del protagonismo de las personas mayores en la esfera pública y social.

14. **Derecho y acceso a la formación a lo largo de la vida, para garantizar un desarrollo personal en igualdad de oportunidades a otros grupos de edad**. El aprendizaje aumenta las oportunidades de participación y contribución social, mejora la reserva y el rendimiento cognitivo, aumenta la autoestima, ayuda a afrontar los problemas y previene el aislamiento social.

15. **Derecho a formar parte activa de una sociedad para todas las edades, inclusiva y sostenible**.



16. **Derecho a que los medios de comunicación reflejen una imagen de las personas mayores que responda a la realidad actual**, reconociendo su heterogeneidad, su contribución individual y social, utilizando un lenguaje no edadista y evitando estereotipos tanto en la información como en la publicidad.

17. **Derecho al acceso a las nuevas tecnologías**, ya que ayudan a las personas de edad a estar en conexión con su entorno, a satisfacer necesidades, a mantenerse informadas, comunicadas, a ser independientes y a mejorar su salud.

18. **Derecho a que sean satisfechas las necesidades sociales básicas de seguridad, pertenencia, afecto y comunicación**. La soledad no deseada en las personas mayores aumenta el sedentarismo, afecta a la salud, al deterioro de las capacidades mentales, y repercute en su estado de ánimo.

19. **Derecho a actuar y a denunciar un trato inadecuado o situaciones de maltrato en el ámbito familiar, social o asistencial**, ya sea económico, físico o psicológico, o el que pueda derivarse de una negligencia o una mala praxis profesional.

Vigo, a 29 de septiembre de 2022