

EDA DIS MO

JAVIRROYO



EDADISMO

JAVIRROYO

Cumplir años con dignidad

Cumplir años suma experiencia, pero la realidad es que en una sociedad en la que la juventud se considera un valor, cada vez más personas sufren el llamado "edadismo". Éste hace alusión a la forma de pensar (estereotipos), sentir (prejuicios) y actuar (discriminación) respecto del resto o de nosotros mismos por razón de edad. El envejecimiento se vive como un problema en lugar de un éxito social, un fenómeno que a veces empieza a sufrirse a la mediana edad si tenemos en cuenta el mercado laboral y que se manifiesta en la ausencia de oportunidades reales para profesionales senior.

Una sociedad que se plantee de forma seria su futuro, necesita toda la energía disponible, tanto la que pueden aportar las personas más jóvenes como la de las que ya no lo son tanto. Personas que aportan acción desde la reflexión, valentía desde la sensatez, nuevas habilidades desde el conocimiento experto, frescura enriquecida con experiencia, optimismo desde el realismo, creatividad desde la responsabilidad. Personas que han dedicado su vida a crear, entender, gestionar, enriquecer y transformar. Personas indispensables.

Para erradicar el edadismo es necesario que se produzcan cambios tanto en los sistemas que lo perpetúan como en los medios de comunicación, instituciones, escuelas... A la vez es necesario hacer partícipes a las personas mayores desde el protagonismo de sus propias vidas, su entorno y las personas que les rodean. Lo que manifiestan es que se sienten invisibles.

La discriminación por motivos de edad se asocia con una peor salud física y mental, aislamiento social y soledad no deseada, mayor inseguridad financiera y peor calidad de vida. Todo esto genera desigualdad y, por tanto, hace más vulnerable al colectivo.

El libro que tiene en sus manos quiere, de una forma divertida, fácil y apta para todos los públicos, abrir los ojos a una realidad que muchas veces pasa inadvertida. Una realidad que nos preocupa y que entre todas y todos podemos cambiar.

Sofía Alonso Bigler

Consejera de Derechos Sociales y presidenta del IMAS

Acabar con el edadismo

El edadismo es una forma de discriminación social por cuestión de edad que afecta a muchas personas mayores. Una de las formas de edadismo más extendidas es el uso inadecuado del lenguaje. Las palabras que utilizamos proceden de lo que pensamos y sentimos, de los estereotipos y los prejuicios que tenemos. Desde las diferentes áreas del IMAS, pero sobre todo y con mayor intensidad desde el Observatorio de las Personas Mayores de Mallorca (OMM), trabajamos cada día para estar al lado de las personas mayores conscientes de todo lo que pueden aportar a la sociedad y poniéndolo en valor.

Comprender el envejecimiento como una etapa más de la vida, contrarrestar los conceptos negativos y estereotipados con el reconocimiento de la diversidad en la vejez, promover la participación de las personas mayores en la toma de decisiones, especialmente en aquellas en las que están implicadas, y los cambios motivados por la edad deben ser objeto de respeto.

El edadismo impregna a nuestra sociedad y se manifiesta habitualmente como infantilización, despersonalización y deshumanización. Por eso, es importante revisar nuestros comportamientos individuales y colectivos. El lenguaje que empleamos cuando hablamos de las personas mayores, el tono que utilizamos cuando charlamos con ellas, el poder que les damos en la toma de decisiones, el respeto hacia sus preferencias o la empatía con sus dificultades, entre otras cuestiones.

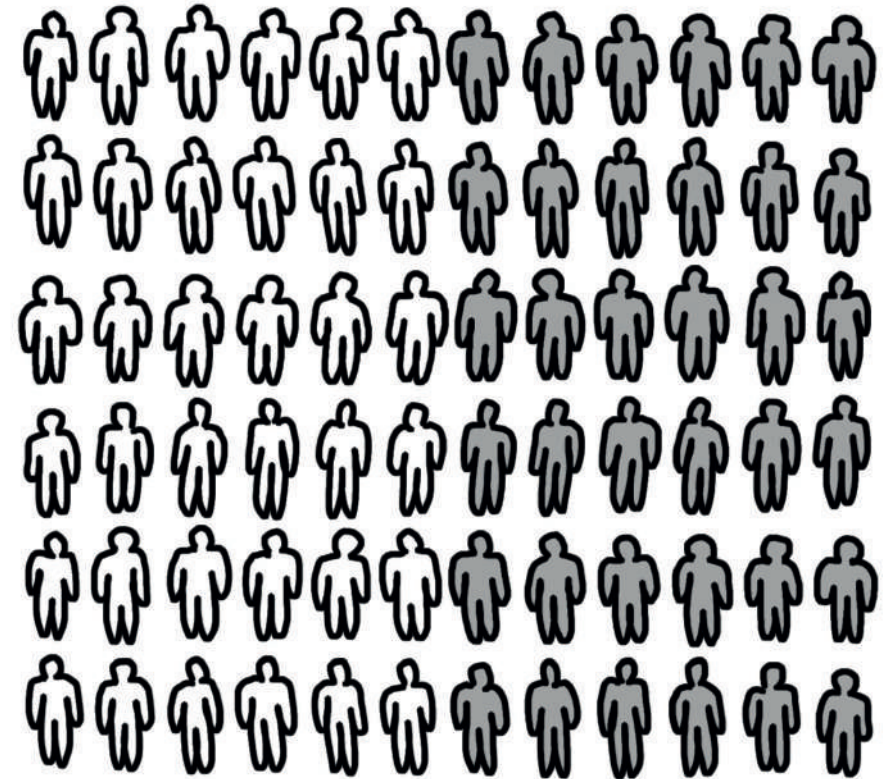
Cumplir años no puede ir asociado a la pérdida de derechos, que es lo que provocan muchas ideas y conductas edadistas. Desde la Administración no sólo debemos preservar los derechos de las personas mayores, ante esta discriminación, debemos defender el derecho a envejecer de muchas formas diferentes respetando el proyecto vital de cada uno. Tenemos la responsabilidad de abordar este tema y ésta será la primera acción de otras futuras que se harán desde la OMM. Nuestro objetivo es la visibilización, la incorporación del edadismo a todas las esferas sociales y el empoderamiento de los propios afectados para que sean capaces de detectar estas situaciones y así, poner límites y generar cambio.

Observatori de les Persones Majors de Mallorca

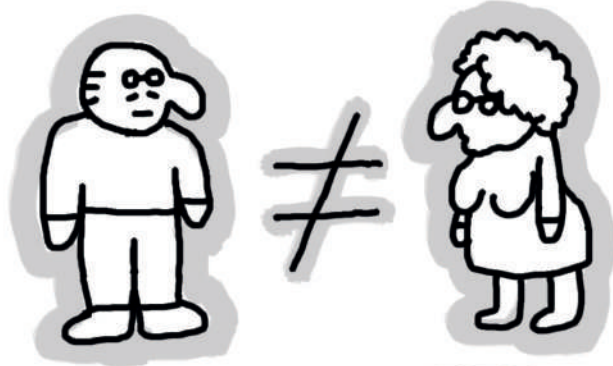
EL EDADISMO ES LA DISCRIMINACIÓN CONTRA LAS PERSONAS A CAUSA DE LA EDAD, NORMALMENTE POR CULPA DE PREJUICIOS Y ESTEREOTIPOS QUE PUEDEN ACABAR AFECTANDO DE FORMA NEGATIVA EN LA SALUD DE LAS PERSONAS MAYORES Y LIMITAR SUS DERECHOS DE AUTONOMÍA Y DECISIÓN.



SEGÚN LA ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (OMS), 1 DE CADA 2 PERSONAS EN TODO EL MUNDO ES EDADISTA CONTRA LAS PERSONAS MAYORES.



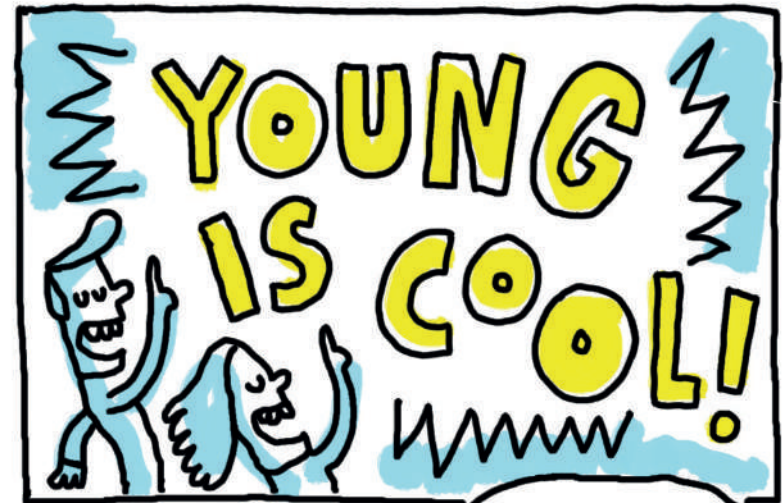
LA MAYORÍA DE LAS VECES, ADEMÁS DE EDADISMO EXISTE DISCRIMINACIÓN DE GÉNERO: LAS MUJERES SUELEN SUFRIR DISCRIMINACION POR EDAD Y POR SU GÉNERO.



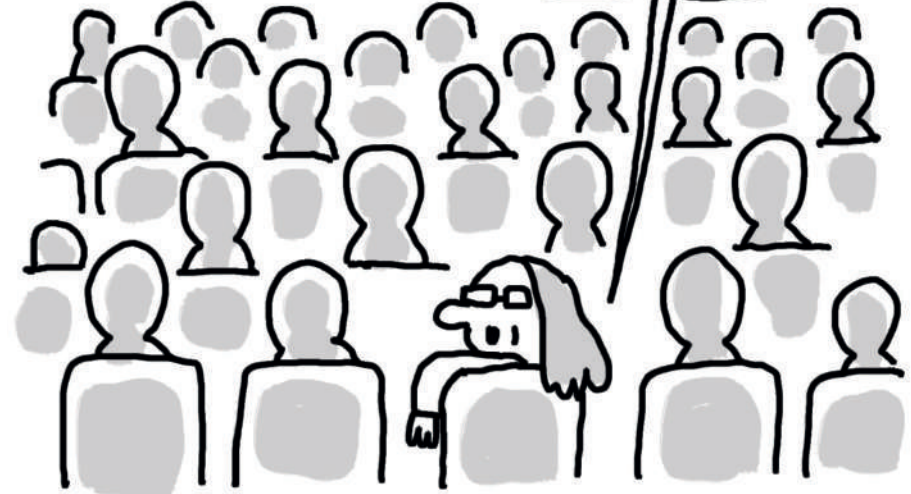
Y NO TE CUENTO NADA SI ADEMÁS ERES DE OTRO ORIGEN O COLOR DE PIEL



EDADISMO ES NO TENER REPRESENTACIÓN DE PERSONAS MAYORES EN TELEVISIÓN O EN CINE.



LO QUE NO SE VE, NO EXISTE



EDADISMO ES NO TENER EN CUENTA LA ACCESIBILIDAD Y LAS BARRERAS ARQUITECTÓNICAS.



EDADISMO ES **DISCRIMINAR A ALGUIEN EN EL TRABAJO** POR SU EDAD.



EDADISMO ES HABLAR A LOS MAYORES CON DIMINUTIVOS, O COMO SI FUERAN NIÑOS.



EDADISMO ES OCULTAR LAS CANAS.



EDADISMO ES USAR LA PALABRA "VIEJO" COMO INSULTO.

COSAS VIEJAS



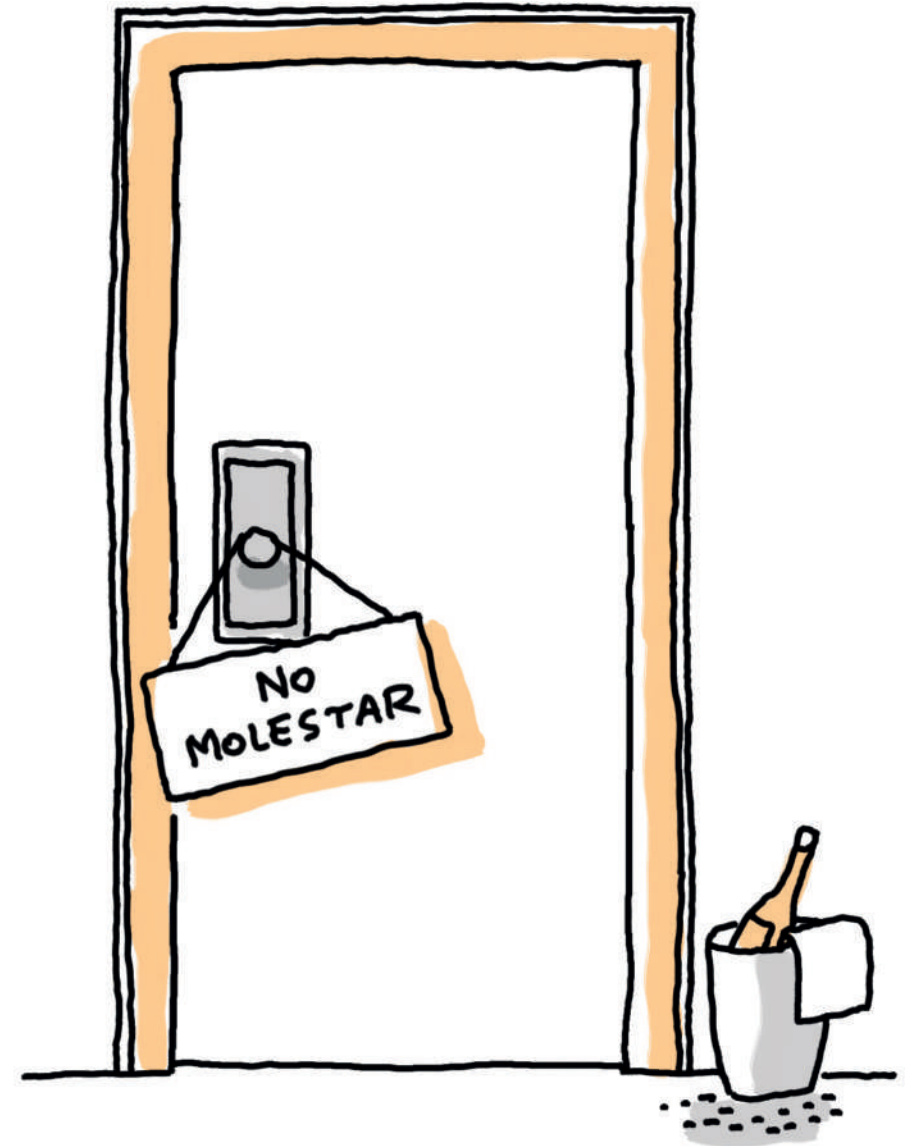
PERSONAS MAYORES



A VER, YO CREO QUE LA DIFERENCIA ENTRE VIEJO Y MAYOR ES OBVIA, ¿NO?



EDADISMO ES PENSAR QUE LAS PERSONAS MAYORES NO PUEDEN DISFRUTAR DE SU SEXUALIDAD.



EDADISMO ES DAR POR HECHO CUALES SON LAS NECESIDADES DE CADA PERSONA MAYOR.



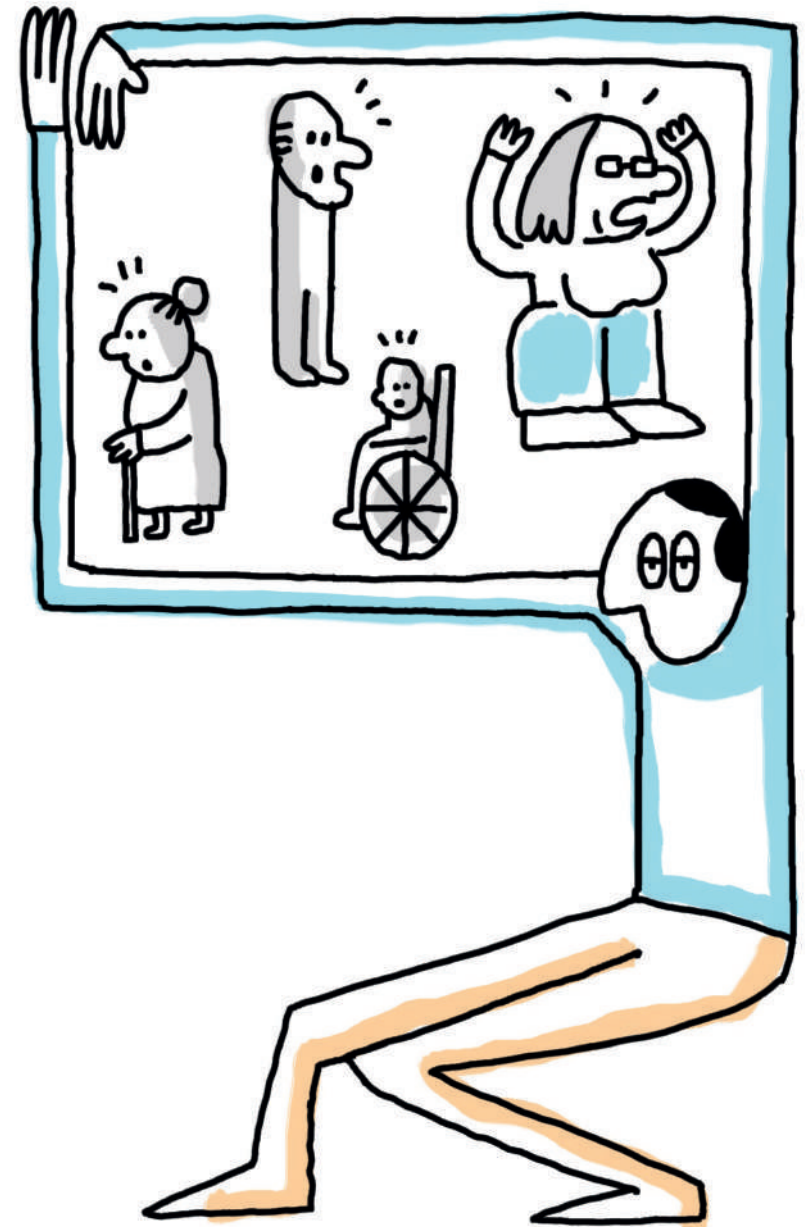
EDADISMO ES DAR POR HECHO QUE NO ENTIENDEN DE LO QUE HABLAS.



EDADISMO ES **QUITAR IMPORTANCIA A LA TRISTEZA** DE LOS MAYORES.



EDADISMO ES **CONTROLAR Y COARTAR LA LIBERTAD** DE LOS MAYORES CON LA EXCUSA DE LA EDAD.



EDADISMO ES NEGAR LAS CAPACIDADES DE APRENDIZAJE DE LOS MAYORES.



EDADISMO ES DECIRLES QUE "QUEJARSE ES COSA DE VIEJOS".



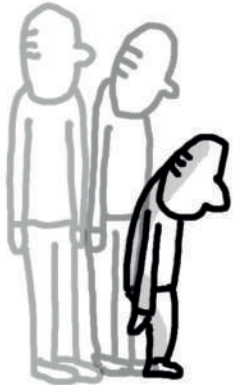
EDADISMO ES **NEGAR LA EDAD QUE TIENES** CONFORME TE HACES MAYOR.



EDADISMO ES CONSIDERAR QUE UNA PERSONA **NECESITA PROTECCIÓN POR SU EDAD** (POR EJEMPLO, DECIR "NUESTROS MAYORES", COMO SI FUERAN DE UNO).



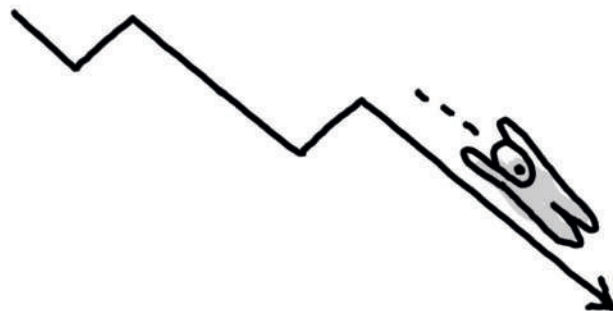
¿CUALES SON ALGUNAS DE LAS CONSECUENCIAS DEL EDADISMO PARA LAS PERSONAS MAYORES?



UNA PEOR SALUD FÍSICA Y MENTAL, COMO MAYOR RIESGO DE DEPRESIÓN, ESTRÉS CARDIOVASCULAR O MUERTES PREMATURAS.



UN MAYOR AISLAMIENTO SOCIAL Y SOLEDAD, QUE PUEDE AFECTAR A LA AUTOESTIMA, LA CONFIANZA Y EL APOYO EMOCIONAL.



UNA MENOR CALIDAD DE VIDA, AL LIMITAR LAS OPORTUNIDADES DE PARTICIPACIÓN, APRENDIZAJE Y DESARROLLO PERSONAL.

¿QUÉ PUEDO HACER PARA EVITAR EL EDADISMO?



TRABAJAR EN UN EQUIPO INCLUSIVO, DONDE QUEPAN PERSONAS MAYORES Y DE LA TERCERA EDAD.



PROMOVER UNA CULTURA QUE APRECIE LAS HABILIDADES DE LOS TRABAJADORES DE MAYOR EDAD MEDIANTE EL DESARROLLO DE ACTIVIDADES BASADAS EN LA TRANSFERENCIA DE CONOCIMIENTO, COMO LA MENTORIZACIÓN.



ANALIZAR TUS PALABRAS Y TUS ACCIONES DESDE EL PUNTO DE VISTA DE LA DISCRIMINACIÓN POR EDAD. CORREGIR TUS COMPORTAMIENTOS DISCRIMINATORIOS.



CONTRARRESTAR LOS CONCEPTOS NEGATIVOS Y ESTEREOTIPADOS CON EL RECONOCIMIENTO DE LA DIVERSIDAD EN LA VEJEZ. LOS CAMBIOS DEBIDOS A LA EDAD DEBEN SER OBJETO DE RESPETO.



ESTIMULAR SUS HABILIDADES Y FOMENTAR SU AUTONOMÍA PERSONAL. ABANDONAR EL LENGUAJE INFANTILIZADO Y LAS ACTITUDES DE SOBREPOTECCIÓN QUE INFRAVALORAN Y MENOSPRECIAN SUS CAPACIDADES FÍSICAS Y MENTALES.



**EL EDADISMO ES LA DISCRIMINACIÓN
CONTRA LAS PERSONAS A CAUSA
DE LA EDAD, NORMALMENTE POR
CULPA DE PREJUICIOS Y
ESTEREOTIPOS QUE PUEDEN ACABAR
AFECTANDO DE FORMA NEGATIVA
EN LA SALUD DE LAS PERSONAS
MAYORES Y LIMITAR SUS DERECHOS
DE AUTONOMÍA Y DECISIÓN.**

**EL OBJETIVO DE ESTA PUBLICACIÓN
ES EXPLICAR DE FORMA SENCILLA Y
DIRECTA QUÉ ES, CUALES SON SUS
CAUSAS Y DAR ALGUNAS PISTAS
SOBRE CÓMO PODEMOS EVITAR LA
QUE ES HOY EN DÍA LA TERCERA
CAUSA DE DISCRIMINACIÓN EN EL
MUNDO SEGÚN LA OMS.**