2021

Recomendaciones para el buen trato de las Personas Mayores

Área de Salud y Envejecimiento Saludable de las Personas Mayores
Dirección de Prevención de Enfermedades No Transmisibles

MINISTERIO DE SALUD
GOBIERNO DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

MINISTERIO DE SALUD
GOBIERNO DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

Recomendaciones para el buen trato de las Personas Mayores

Autoridades Provinciales

Ministerio de Salud de la Provincia de Buenos Aires
Dr. Nicolás Kreplak
Subsecretaría de Gestión de la Información, Educación Permanente y Fiscalización
Lic. Leticia Ceriani
Dirección Provincial de Epidemiología, Prevención y Promoción de la Salud
Lic. Andrea Jait
Dirección de Prevención de Enfermedades No Transmisibles
Dr. Sebastián Crespo

Equipo elaborador

Área de Salud y Envejecimiento Saludable de las Personas Mayores
Lic. Natalia Bajo
Lic. Mariano Lopez
Dr. Maximo Etchepareborda
Prof. Martiniano Gordon

Prólogo

En el Marco de la Década del Envejecimiento Saludable (2020-2030), asumiendo acciones destinadas a construir una sociedad para todas las edades, poniendo en valor la contribución que aportan las personas mayores a la sociedad, pero también tomar conciencia sobre los desafíos que plantea el envejecimiento en el mundo actual.

Debemos en este contexto fomentar el camino hacia una sociedad más inclusiva, equitativa y amigable hacia las personas mayores, anclada en los derechos humanos, para ello trabajamos para que las personas mayores tengan garantizado el acceso universal a la salud y una atención sin discriminación, reconociendo sus derechos y contribuyendo a su inclusión, integración y participación en la sociedad.

Desde el Ministerio de Salud de la Provincia de Buenos Aires queremos brindar estas recomendaciones destinadas a los equipos de salud, instituciones, cuidadores y familias en general, referidas al buen trato y cuidados de las personas mayores entendiendo que son necesarias para lograr un envejecimiento saludable.

¿Cuándo una persona es mayor?

Para la Convención Interamericana sobre Protección de los Derechos de las Personas Mayores **una persona mayor es la que tiene 60 años o más,** salvo que la ley de cada país determine una edad diferente. La Convención establece que la edad base a partir de la cual una persona debe ser considerada mayor no puede ser superior a los 65 años.[1]

El envejecimiento debe ser entendido como el "proceso gradual que se desarrolla durante el curso de vida y que conlleva cambios biológicos, fisiológicos, psico-sociales y funcionales de variadas consecuencias, las cuales se asocian con interacciones dinámicas y permanentes entre el sujeto y su medio". [2]

La Convención Interamericana sobre Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores instituye cuáles son los derechos humanos y libertades de la persona mayor.

Las personas mayores tienen derecho al reconocimiento y al pleno goce y ejercicio, en condiciones de igualdad, de todos los derechos humanos y libertades fundamentales, a fin de contribuir a su plena inclusión, integración y participación en la sociedad.

[1]Convención Interamericana sobre Protección de los Derechos de las Personas Mayores. Ley 27360/2017. http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/verNorma.do?id=275347

[2]Convención Interamericana sobre Protección de los Derechos de las Personas Mayores. Ley 27360/2017. http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/verNorma.do?id=275347

¿Cuáles son los principios de la convención?

- La promoción y defensa de los derechos humanos y libertades fundamentales de la persona mayor.
- La valorización de la persona mayor, su papel en la sociedad y contribución al desarrollo.
- La dignidad, independencia, protagonismo y autonomía de la persona mayor.
- La igualdad y no discriminación. La participación, integración e inclusión en la sociedad.
- El bienestar y cuidado, la seguridad física, económica y social.
- La autorrealización, la equidad e igualdad de género.
- La solidaridad y fortalecimiento de la protección familiar y comunitaria.
- El buen trato y la atención preferencial el respeto y valorización de la diversidad cultural.

Derechos de las Personas Mayores

Las personas mayores tienen derecho a:

- Vivir de forma independiente y autónoma, a decidir dónde y con quién quieren vivir, en condiciones de igualdad.
- Decidir sobre las cosas que les gustan y quieren hacer en condiciones de igualdad. A participar en la organización de las actividades que las involucran.
- Que las traten bien, vivir sin violencia, que nadie las discrimine y que su comunidad las respete y valore.
- Opinar con libertad, acceder a la información y tener una vida privada con intimidad.
- **Acceso a la salud y a recibir atención sin discriminación.**
- Recibir educación en igualdad de condiciones con otras personas, donde se enseñe lo que quieran aprender, compartir conocimientos y experiencias con personas de todas las edades.
- Divertirse y distraerse. Disfrutar de los desarrollos de la ciencia y la tecnología. Compartir conocimientos y experiencias con personas de todas las edades.
- Usar y hacer con sus bienes y sus cosas lo que quieran.
- Vivir en lugares seguros y accesibles, adaptados a sus necesidades. Moverse de forma independiente.

¿Qué es el buen trato?

El buen trato se define en las relaciones con otro (y/o con el entorno) y se refiere a las interacciones (con ese otro y/o con ese entorno) que promueven un sentimiento mutuo de reconocimiento y valoración. Son formas de relación que generan satisfacción y bienestar entre quienes interactúan. Este tipo de relación además, es una base que favorece el crecimiento y el desarrollo personal.[3]

Algunos elementos que constituyen el buen trato

Reconocimiento es la capacidad de "darse cuenta" de que, el otro existe y tiene características, intereses, necesidades, y formas de expresión tan importantes como las nuestras. Es la esencia del RESPETO.

Empatía es la facultad de entender y comprender qué siente, cómo piensa y por qué actúa como lo hace el otro con quien nos relacionamos. Sólo es posible desarrollarla si hemos RECONOCIDO al otro.

Comunicación entendida como diálogo. Está constituida por mensajes que intercambiamos con el otro con alguna finalidad. Saber escuchar sin juzgar.

Violencias contra las personas mayores

Además del abuso físico, hay otras formas de violencia contra las personas mayores.

- Impedirles usar su dinero o sus cosas.
- Obligarlas a hacer cosas que no quieren.
- Abandonarlas o no prestarles atención.

[3] Iglesias, ME., 2000

- Negarles una atención o cuidados apropiados.
- Excluirlos de la participación.
- Infantilizarlos.
- Limitar o eliminar su posibilidad de expresión

¡Atención!

Es muy importante la forma en que nos referimos a las personas mayores..el lenguaje crea realidades, ya que el modo de nombrar, muchas veces ayuda a sostener y reproducir ciertos imaginarios o representaciones, es fundamental su uso correcto para evitar el estigma asociado a las personas mayores.

Recomendamos utilizar:

- Persona mayor
- Dirigirse por el nombre
- Residente, en el caso de que la persona mayor se encuentre en un establecimiento de estancia prolongada.

Expresiones incorrectas:

- "ABUELO/A": El "abuelazgo" es un rol social, es limitar a esa persona sólo a esa función, que ni siquiera sabemos si la tiene, es no entender la multidimensionalidad de las personas.
- "TERCERA EDAD": A partir de la segunda asamblea mundial de envejecimiento y vejez de Madrid en el 2002, esta expresión se ha ido revaluando y lo correcto sería referirse a esta etapa como vejez y a la población como personas mayores.
- "VIEJO", "VEJETE", "ANCIANO": Son términos peyorativos y cargados de prejuicios, que no responden a la realidad de la mayoría de los y las mayores.

Recomendaciones para acondicionar el lugar donde reside la persona mayor:

Es importante no eliminar, sino favorecer las posibilidades de las personas mayores de disponer de un espacio propio. En caso de residencia alternativa al domicilio, apuntar a constituir un espacio mínimo de pertenencia para propiciar una identificación de la propia persona mayor con sus particularidades y/o gustos.

Tener en cuenta los gustos y/o hábitos de las personas mayores a la hora de organizar las actividades diarias, para no caer en la "rutinización" de los aspectos de la vida cotidiana de las personas mayores.

¿Qué es el Envejecimiento saludable?

La Organización Mundial de la Salud en su informe mundial sobre envejecimiento y salud amplió el concepto de envejecimiento saludable al proceso de fomentar y mantener la capacidad funcional que permite el bienestar en la vejez. Con este nuevo concepto, envejecer de manera saludable no significa envejecer sin enfermedades. Envejecer de manera saludable significa ser capaz de hacer durante el máximo tiempo posible las cosas a las que damos valor. Cuando se optimizan las oportunidades de bienestar físico, mental y social, de participar en actividades sociales, económicas, culturales, espirituales y cívicas, y de contar con protección, seguridad y atención, con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable y la calidad de vida de todos los individuos en la vejez, permitiéndoles así seguir contribuyendo activamente a sus familias, amigos, comunidades y naciones. El concepto de envejecimiento activo y saludable se aplica tanto a individuos como a grupos de población.

Las personas logran un envejecimiento activo y saludable cuando viven de manera segura, pueden participar de las actividades, la vida política y económica de su comunidad, hacer aportes a su familia y amigos, recibir atención y protección de su entorno.

Recomendaciones para Establecimientos de Estadía Prolongada.

- Favorecer la autonomía en tareas de higiene posibles de llevarse a cabo por la persona mayor.
- Promover la personalización de los ambientes del lugar donde reside la persona mayor, intentando que las personas sean ellas mismas las que decoren a su gusto sus habitaciones y disponer de espacios comunes con ambiente hogareño.
- Favorecer el desarrollo y sostén de actividades de interés grupal/individual, articulando con las familias (en casos necesarios) la posibilidad de llevarlas a cabo.
- Facilitar propuestas que favorezcan la estimulación de las capacidades propias de las personas, apuntalando a las personas mayores residentes a ser partícipes activos en la selección y planificación de las mismas.
- Promover las buenas prácticas.
- Prevenir la sobrecarga del cuidador formal.
- Garantizar que las familias dispongan de apoyos como: información, asesoramiento.

Importante

- Trabajar en función de reivindicar y promover el sostén y cumplimiento de los derechos de las personas mayores.
- Planificar, poner en práctica y revisar en el tiempo el modo de ser y hacer de la dinámica institucional.
- Construir red con otras instituciones, para intercambiar recursos.

personasmayorespba@gmail.com

Área de Salud y Envejecimiento Saludable de las Personas Mayores
Dirección de Prevención de Enfermedades No Transmisibles

MINISTERIO DE SALUD

GOBIERNO DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES