

# Día Internacional de las Personas Mayores

Chávez Ortiz, María Guadalupe

2020-11-04

---

<https://hdl.handle.net/20.500.11777/4782>

<http://repositorio.iberopuebla.mx/licencia.pdf>

## Día Internacional de las Personas Mayores

María Guadalupe Chávez Ortiz

Publicado en “El Popular”, el 04 de noviembre de 2020. Disponible en:

<https://web.mediasolutions.mx/Notas/?id=202011042001567789&temaid=11946>

Es prudente procurar no referirse a los adultos mayores como abuelos ya que es un rol que no todos ejercen. El 14 de diciembre de 1990 la Asamblea General de las Naciones Unidas, proclamó el 1 de octubre Día Internacional de las Personas de Edad, a un mes de distancia y en medio de esta pandemia, la celebración de los adultos mayores nos invita a reflexionar y a sensibilizarnos sobre la manera en que nos relacionamos y organizamos para atenderlos.

Partamos clarificando que, el término correcto para nombrarlos es adultos mayores pues se encuentran atravesando una etapa de la vida conocida como vejez, sin embargo, las palabras viejo o vieja tienen una connotación despectiva que hay que evitar, en este mismo sentido procuremos no referirnos a los adultos como abuelos pues esto es un rol que no todos ejercen.

En México residen 15.4 millones de adultos mayores de 60 años (ENADID,2018), el índice de envejecimiento es de 38 adultos mayores por cada 100 niños y jóvenes (Inegi,2015), para el 2030, el Estado de México, el Distrito Federal, Veracruz, Jalisco y Puebla seguirán concentrando el mayor número de

adultos mayores del país, el 41% de las personas de más de 60 años vivirán en estas ciudades; en contraste, los estados con menor población de adultos mayores son Baja California Sur, Colima, Campeche y Quintana Roo, donde residen tan solo 2.5% del total nacional.

Por otro lado, es importante visualizar una feminización de la vejez pues la esperanza de vida es mayor para las mujeres, según datos de CONAPO, en 2019 era de 75.1 años y para el 2030 se espera de 76.7 años, las mujeres con una brecha mayor de casi 6 años.

Es importante visualizar que no se llega a la vejez en igual de circunstancias, existe diversidad en la capacidad funcional, en algunos adultos mayores se presentan discapacidades que afectan las actividades de la vida diaria, el informe de envejecimiento de la OMS (2015), refiere que en México más del 40% de los adultos mayores son dependientes para realizar Actividades de la Vida Diaria (AVD), éstas declinan con la edad y difieren en todos los adultos mayores, se clasifican en: actividades básicas de la vida diaria (ABVD); actividades instrumentales de la vida diaria (AIVD); actividades avanzadas de la vida diaria (AAVD).

Las ABVD permiten a los adultos ser independientes en su domicilio, incluyen actividades como: bañarse, alimentarse, vestirse, ir al baño, movilidad funcional y acostarse.

Las AIVD posibilitan una vida independiente en comunidad, incluyen actividades como: preparar alimentos, mantenimiento y cuidado del hogar, cuidar

a otras personas o mascotas, manejo del dinero, pedir ayuda en caso necesario, entre otras.

Las AAVD dan oportunidad a los adultos desarrollar un papel social, incluyen actividades como: tener empleo, participar en actividades educativas o sociales, contar con actividades de entretenimiento o disfrute con amigos y familiares etc.

Lo que está en juego en las actividades básicas es la autonomía o dependencia para actuar y tomar decisiones de los adultos mayores, para muchos de éstos, la compañía de familiares o cuidadores, comúnmente mujeres, es de suma importancia, el papel de las cuidadoras y el tiempo destinado, así como el desgaste emocional nos da pauta para abordarlo en otro momento, por ahora solo recalcar la importancia de su función.

Para finalizar, es importante tomar en cuenta que la perspectiva de una vejez funcional no depende únicamente del adulto mayor o de su familia, sino también de factores estructurales y sociales, incluso de decisiones públicas que favorecen o no a este grupo poblacional, la atención a la salud, inclusión laboral, espacios sociales acorde a todos los grupos poblacionales, espacios de reflexión social que nos permitan trabajar sobre los estereotipos sociales que tenemos de la vejez, en nuestro discurso diario identificar el exceso de viejísimos introyectados, trabajar en un proceso que nos permita identificar la vejez como proceso privado y público.