

Un objetivo de todos: adultos mayores logrando una vejez digna e íntegra



“La vejez es un tirano que prohíbe, bajo pena de muerte, todos los placeres de la juventud.”

François de la Rochefoucauld

A partir de la primera Asamblea Internacional sobre Envejecimiento realizada por la Organización de las Naciones Unidas (ONU) en agosto de 1982 empezó a tomar relevancia internacional la conversación sobre la necesaria atención a los adultos mayores.

En el caso de México fue hasta 1988 que se declaró al 28 de agosto como el Día Nacional del Adulto Mayor para contribuir a erradicar la visión estereotipada de la vejez, sin estigmas ni discriminación.

¿Qué es el envejecimiento humano?

El envejecimiento humano es un proceso complejo que involucra cambios biológicos y psicológicos vinculados con la vida en sociedad, factores económicos, culturales y ecológicos.

Durante la vejez, los cambios no son lineales ni uniformes y su vinculación con la edad de una persona en años es más bien relativa. Algunos septuagenarios disfrutan de una excelente salud, otros necesitan ayuda considerable.

Gradualmente se van acumulando limitaciones, pérdidas, cambios y necesidades que conduce a un descenso paulatino de las capacidades mentales y físicas, un incremento considerable del riesgo de enfermedad y para concluir con el fin de la vida.

Derechos de las personas adultas mayores

Actualmente en diversos lugares del mundo, los adultos mayores se enfrentan a un complicado nivel de vida, como consecuencia de la falta de oportunidades de trabajo, poca inclusión en las actividades sociales y culturales, así como la constante exclusión tanto de la sociedad como de sus familias.

Continuamente se pasa por alto el hecho de que las personas mayores son integrantes de la sociedad y portadores de derechos, con garantías que los facultan para ejercerlos.

En el año 2002 en México se expidió la *Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores* con el fin de asegurar una vejez digna para personas mayores de 60 años.

De dicho ordenamiento se desprende que los adultos mayores tienen derechos como:

- A la integridad, dignidad y preferencia.
- Certeza jurídica.
- Salud, alimentación y familia.
- Educación.

- Trabajo.
- A la Asistencia social.
- A la participación.
- Derecho a la denuncia popular.
- Acceso a los servicios.

En aras de dar cumplimiento a esta política nacional de desarrollo integral creó el Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. El objetivo es una vejez digna:

- Sin violencia, discriminación y libre de explotación.
- Con acceso a los alimentos, bienes y servicios necesarios para su persona.
- Acceso a educación.
- Con oferta de trabajo digno y bien remunerado.
- Atención preferente y condiciones óptimas en los establecimientos públicos que garanticen su comodidad y seguridad.

Porque es responsabilidad de todos informarnos sobre todo lo que implica la vejez para tratar a los adultos mayores dignamente, sin discriminación y exclusión.