

“ENSAYO LITERARIO SOBRE EL
ENVEJECIMIENTO Y LOS DERECHOS
HUMANOS, ¿NOS ESTAMOS
PREPARANDO
PARA ELLO?”.

COLEGIO DE BACHILLERES DEL ESTADO DE CAMPECHE.

PLANTEL 10 CHICBUL.

NOMBRE: EMTA.

FECHA: 12 DE JUNIO DEL 2023

SEUDÓNIMO: " LA RETRATISTA DE LA REALIDAD"

Índice:	Página:
Introducción.	2
"Envejecimiento y Derechos Humanos: ¿nos estamos preparando para ello?".	4
Mitos y Estereotipos causantes de las ideas erróneas sobre el envejecimiento.	4
Edadismo cómo discriminación.	5
La discriminación limita el acceso a los derechos humanos.	6
En conclusión.	7

Introducción:

El envejecimiento es considerado una etapa en la que al llegar a una cierta edad hay una transformación física y biológica irreversible del organismo, en el cual las funciones del cuerpo se ven alteradas por el paso del tiempo. Para la gran mayoría de las personas adultas y jóvenes envejecer es algo grave e incluso triste porque para ellos es llegar a una etapa en la cual ya no serán productivos, en la que necesitarán depender de alguien. Esto se debe a que la sociedad se ha encargado de crear una gran cantidad de mitos y estereotipos que afectan gravemente la manera de ver a los adultos mayores, considerándolos como una carga social y económica. Sorprendentemente la mayoría de estos adultos se encuentran en situación de abandono, ya que sus familiares no se ocupan de cuidarlos, sino con ello solo continúan violando los derechos del adulto mayor, inclusive sufren de maltratos y discriminación. En este caso ¿Nos estamos preparando para envejecer?

Personalmente creo que aún nos falta más conocimiento acerca de este tema, ya que aún tenemos ideas erróneas, porque aún no aceptamos que también nosotros envejeceremos con el paso del tiempo. Considero que como seres humanos decidimos y tenemos la capacidad de no maltratar, discriminar e incluso poder respetar al adulto mayor, ya que nosotros llegaremos a esa etapa y, nos tocará lidiar con lo que nosotros continuamos que es la intolerancia, falta de respeto y aceptación de los adultos mayores.

Todo esto se podría erradicar si entendiéramos que nosotros causamos este problema, nos pasamos etiquetando a aquellos que consideramos desagradable sin darnos cuenta que arruinamos nuestro futuro. No nos ponemos a pensar en la gravedad de este problema, pareciera que no somos humanos, ya que ni siquiera sentimos consideración, sensibilización y respeto cuando vemos a un adulto mayor siendo maltrato física y psicológicamente

“Envejecimiento y Derechos Humanos: ¿nos estamos preparando para ello?”.

El envejecimiento es una etapa natural por la cual el ser humano tendrá que llegar y aceptar que envejecer no es un problema ni una enfermedad, ya que para lograr un envejecimiento pleno y activo es importante tener hábitos saludables e incluso tener información acerca del cuidado durante la vida de un adulto mayor, pero también se debe educar a la población acerca de la vejez exponiendo su cuidado y los derechos que tienen por obligación.

Mitos y estereotipo causantes de las ideas erróneas sobre el envejecimiento

A medida que las personas envejecen, la sociedad en general suele asumir algunas suposiciones sobre el envejecimiento que son erróneas. Hoy en día la gran mayoría de las personas creen en la gran cantidad de mitos y estereotipos sobre la vejez que son producto del cómo ven ese proceso desde afuera, y en muchos casos ofrecen una idea errónea sobre lo que representa hacerse mayores.

Algunos mitos y estereotipos sobre el envejecimiento son referentes a la idea de que los adultos mayores son incompetentes, inproductivos, malhumorados y que toda persona mayor experimentara enfermedades como la pérdida de memoria, la demencia o el Alzheimer que comúnmente crea frases como ¿Qué me queda hacer cuando llegue a la tercera edad?, es entonces cuando decidimos creer en lo que hemos escuchado por generaciones, todo esto conlleva a tener miedo a llegar a esa etapa y con ello a preocuparnos lo cual nos afectara psicológicamente Sin embargo la especialista en geriatría, Dr. Marcela Martí del Hospital Clínica Bíblica considera que el concepto de la vejez ha ido cambiando, gracias a los avances de la ciencia moderna y aumento en la expectativa de vida, que han hecho que existan muchas personas en el mundo con más de setenta años de edad y con buena salud.

No obstante, para lograr un envejecimiento pleno y activo es importante cultivar hábitos saludables desde edades tempranas.

Sin embargo, gran parte de la sociedad aún se niegan aceptar que se llegará a envejecer e incluso aceptar que sé es un adulto mayor, puesto que en la actualidad existe una gran cantidad de estereotipos y mitos sobre éste tema. Para María José Gálvez, psicóloga clínica de la Sociedad de Geriatria y Gerontología de Chile “las personas mayores son muy diferentes entre sí y existen muchas maneras de envejecer, influenciadas por factores personales, sociales y culturales, por tanto, es importante y razonable pensar que estereotipos tan afianzados como la dependencia, el aislamiento social o la mala memoria puedan afectar negativamente a la propia vivencia del envejecimiento”.

Esto conlleva a vivir el envejecimiento solitario y triste en el cual se vuelven más vulnerables, ya que tendrán que depender de su familia o de la propia sociedad para poder sobrevivir.

El edadismo como discriminación:

El edadismo (o discriminación por motivos de edad) es el conjunto de estereotipos y prejuicios que presuponen que todas las personas de una determinada edad piensan y se comportan de igual manera .Son comportamientos edadistas ,por ejemplo excluir o invisibilizar alas personas mayores,infantlizarlas en trato o presuponerlas fragiles o menos capaces simplemente por tener una determinada edad.Según la OMS el edadismo impacta negativamente en la salud y el bienestar de las personas ,en el caso de las personas adultas mayores tienen impactos en ,menor esperanza de vida ,menor bienestar , mayor aislamiento , incremento de la pobreza y mayor riesgo de sufrir casos de violencia y abuso . Algunas estrategias de transformación que tendríamos que poner en práctica serían el fortalecimiento de las leyes que garanticen los derechos humanos y los de las personas mayores ,poner en marcha iniciativas educativas que ayuden a mejorar la empatía y reducir los prejuicios existentes y fomentar la interacción entre

personas de distintas generaciones para generar respeto, tolerancia y reconocimiento.

Es imposible ignorar que esto lo causa la propia sociedad, al no respetar en todos los ámbitos los derechos y necesidades de los adultos mayores siendo esto una violación al Código Penal de la CDMX, que establece en el artículo 156: "Quien abandone a una persona incapaz de valerse por sí misma, incluyendo a las personas adultas mayores y/o con discapacidad, teniendo obligación de cuidarla, se le impondrán de tres meses a tres años de prisión". Cabe señalar que gran cantidad de adultos de la tercera edad que han sido víctimas de maltrato no reciben justicia e incluso cuando estos casos llegan a la justicia comúnmente son dejados en el olvido.

Sin embargo existen instituciones que se encargan de proteger los derechos del adulto mayor como son el ISSSTE, INAPAM, DIF entre otros, estos se encargan de proteger gran parte de los derechos de la población adulta mayor como lo dice la Ley de los Derechos de la Personas Adultas Mayores en artículo 6: "el estado garantizará las condiciones óptimas de salud, educación, nutrición, vivienda, desarrollo integral y seguridad social a las personas adultas mayores con el fin de lograr plena calidad de vida para su vejez". Estos son de gran importancia para comenzar a preparar un futuro mejor para el adulto mayor, ya que todo ser humano llegará a esa etapa.

La discriminación limita el acceso a los derechos:

La discriminación limita el acceso a bienes, intereses y libertades indispensables para tener una vida digna y poder participar en la conformación política de la comunidad a la que se pertenece, por tanto el artículo 26 se establece: "Todas las personas son iguales ante la ley y tienen derecho sin discriminación a igual protección ante la ley. Al respecto, la ley prohibirá toda discriminación por motivos de raza, color, sexo, idioma, religión, opiniones políticas o de cualquier índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición social."

Lamentablemente, aunque existan instituciones que brinden apoyo, existen aún casos de adultos mayores que sufren de maltratos físicos y psicológicos, ya que una gran cantidad se encuentran en una situación de abandono por parte de su propia familia pasando necesidades alimenticias y económicas.

De acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística y Geografía, en México hay 10.1 millones de personas adultas mayores. En nuestro país, un millón de hogares están habitados por adultos mayores solos.

Además el Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (INAPAM), señala que, los casos de violencia hacia este sector de la sociedad viven en silencio y raramente llegan a la justicia por la desinformación y temor a su agresor el cual puede tener un parentesco con la víctima y solo se detecta el maltrato cuando es muy evidente.

Personalmente he presenciado casos de adultos mayores a los cuales se les prohíben salir, opinar e inclusive son despojados de sus apoyos económicos dejándolos vivir en situaciones de abandono desfavorables, teniendo ellos que tratar de sobrevivir con lo poco que se les otorga ,que comúnmente solo es alimento y un lugar donde poder descansar esto llevándolos al límite de vivir en la propia calle y tener que pedir dinero para sobrevivir en una sociedad la cuál a olvidado lo que es la sensibilización así a un adulto mayor el cual podríamos ser nosotros en el futuro si no cambiamos la manera en que la sociedad discrimina al adulto mayor .

Considero que una solución a este problema sería la distribución de información a través de campañas a los sectores más vulnerables para generar conciencia para no continuar discriminando y así dar a conocer cada uno de los derechos y obligaciones los cuales les permitan crear nuevas alternativas para su cuidado, integración, participación y aprendizaje para ellos.

En conclusión

Lo anterior nos lleva a pensar que cuando discriminamos la vejez, describimos nuestro futuro, etiquetamos, creamos estereotipos durante nuestra vida que nos afectarán con el paso del tiempo. Nosotros mismos creamos el problema de la discriminación por edad, esto podría ser un problema menos, ya que algún día llegaremos a ese momento y nos tocará vivir con esas circunstancias.

Es importante erradicar la desigualdad de Derechos Humanos hacia el adulto mayor, solo si las personas se sensibilizarán y crearán conciencia ante este problema y se iniciará un gran cambio para que todos tengan un futuro mejor con el objetivo de garantizar a toda persona que al llegar a la vejez tendrá una buena calidad de vida.

Respetemos al adulto mayor y respetemos sus derechos.

Bibliografía:

L'Hois, Jacqueline , Experiencia y persepcion de la discriminación de las personas mayores en el Distrito Federal de la Ciudad de México 2014 tomado de :

<https://hdl.handle.net/11362/39593>

Lorena García ,10 mitos sobre el envejecimiento CENIE, mayo 4 ,2023 ,5:00 pm , tomado de :<https://cenie.eu/es/blog/10-mitos-sobre-el-envejecimiento>

Marcela Vázquez Mellado,RAE término 'edadismo ' 6 México firma, Convención de Derechos de Personas Adultas Mayores, jueves 29 de Diciembre del 2022 , tomado de: <https://ibero.mx/prensa/rae-reconoce-rae-re-termino-edadismo-y-mexico-firma>

Diario Oficial de la Federación:DECRETÓ por el que se reformará y adicionará diversas disposiciones de la Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores ,24/01/2020 tomado de:https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5584&fecha=24/01/2020#gsc.tab=0

EL UNIVERSAL De10.mx,10 organizaciones que brindan apoyo ala tercera edad, tomado de:https://www.de10.com.mx/vivir_bien/10-organizaciones-que-brindan-apoyo-personas-de-la-tercera-edad

Fundación Pasqual Maragall,Hablemos del Alzheimer Fundación Pasqual Maragall, Edadismo: qué es y cómo combatirlo, 01-feb-2023,8:00:0 tomado de :<https://blog.fpmaragall.org/edadismo-que-es>

Indigo Staff,¿Cuántos años de cárcel son por maltratar a personas mayores en la ciudad de CDMX?., Publicado el 11 de Febrero del 2021 tomado de: www.reporteindigno.com

Pensis, XIII Edición ¿Estamos preparados para envejecer?, tomado
de :[https://www.tec.ac.ct/pensis/articulos/estamos -preparados -para-envejecer](https://www.tec.ac.ct/pensis/articulos/estamos-preparados-para-envejecer).