

# Guía para el desarrollo de un sistema integral de apoyo para el envejecimiento activo



1902-2002 Celebrando 100 Años de Salud

 Health Santé  
Canada Canada



**Organización Panamericana de la Salud**  
Oficina Regional de la  
Organización Mundial de la Salud



# Guía para el desarrollo de un sistema integral de apoyo para el envejecimiento activo



Preparado por  
Health Canada  
y la  
Secretaría de Salud de México



1902-2002 Celebrando 100 Años de Salud

 Health Santé  
Canada Canada



Con el apoyo de la

**Organización Panamericana de la Salud**

*Oficina Regional de la*  
Organización Mundial de la Salud



© Health Canada  
© Secretaría de Salud de México  
© Organización Panamericana de la Salud, 2002

Este documento no es una publicación formal de la Organización Panamericana de la Salud, y todos los derechos están reservados para las tres Organizaciones. El documento se puede reproducir, citar y traducir, en parte o en su totalidad, siempre que no sea para uso comercial o de lucro.

## **Tabla de contenido**

---

<b>Introducción</b>	5
<b>Dimensiones del envejecimiento de la población</b>	5
<b>Marco conceptual para el envejecimiento activo</b>	6
Visión	
Definiciones	
<b>Principios básicos de un sistema integral</b>	7
Seguridad y apoyo social	
Justicia, equidad y solidaridad	
Dignidad	
Independencia	
Participación	
<b>Pautas operativas del sistema integral</b>	9
Accesibilidad	
Centrado en la persona	
Coordinación de servicios	
Responsabilidades compartidas	
Equidad y sostenibilidad	
Calidad	
<b>Tipos de ayuda programas y servicios en un sistema integral</b>	11
Para personas adultas mayores independientes	
Para personas adultas mayores con discapacidad	
Para personas adultas mayores dependientes y al final de la vida	

## Introducción

Con este documento se propone estimular un diálogo entre los países panamericanos sobre los elementos básicos de una estrategia regional para el envejecimiento activo, y por medio de este diálogo llegar a un consenso de cómo fomentar la salud y el bienestar de las personas mayores. La **Guía de políticas para el desarrollo de un sistema integral de apoyos para el envejecimiento activo**, propone un sistema integral de oportunidades y protecciones para fomentar el envejecimiento activo y proporciona una ruta crítica que articula la relación de los diversos determinantes de la salud.

Los países en la región se encuentran en distintos momentos de la transición demográfica y epidemiológica; por lo tanto, la reorientación de los servicios sociales y de salud para la promoción, protección y atención de la salud y el bienestar de las personas mayores tiene un ritmo diferente de acuerdo a la situación de cada país.

Durante la 25a. Conferencia Sanitaria Panamericana (1998), el Consejo Directivo de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) instó a los Estados Miembros a formular políticas, planes y programas que promuevan el envejecimiento activo, considerando que:

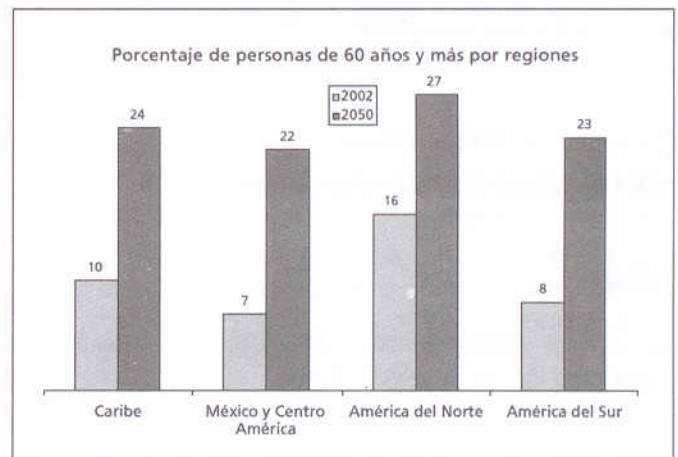
- La salud de las personas adultas mayores tiene repercusiones considerables tanto en el funcionamiento de las sociedades, como en diversas dimensiones del desarrollo, y exige un enfoque intersectorial guiado por instrumentos normativos y jurídicos, fundamentado en la investigación y apoyado en recursos humanos competentes y servicios de salud sensibles a las necesidades de las personas mayores.
- Es necesario fortalecer la capacidad del sector salud en materia de atención primaria para proporcionar una gama continua de servicios a lo largo del ciclo de vida.
- Es necesario reforzar la capacidad de las personas adultas mayores como un recurso para el desarrollo de ambientes sanos, la creación de una infraestructura para apoyar a los miembros de la familia que prestan asistencia a las personas de edad, el desarrollo de alternativas comunitarias en apoyo a la prestación institucional y la promoción de programas intergeneracionales.<sup>1</sup>

Esta guía se ha desarrollado como parte de la colaboración horizontal entre México y Canadá, con el apoyo técnico de la OPS. Esta guía complementa la guía de políticas, "El envejecimiento activo: un marco para las Políticas", publicada por la

Organización Mundial de la Salud con la colaboración de Health Canada. Ambos documentos en conjunto servirán de guía para la implementación en la Región del Plan Internacional de Acción de la Segunda Asamblea Mundial de Envejecimiento, Madrid 2002.

## El envejecimiento de la población en las Américas

En este documento utilizamos la edad de 60 años y más para definir a la población de personas mayores. En algunos países, tales como Canadá y Estados Unidos, se acostumbra usar la edad de 65 años para denominar a la población adulta mayor ya que la edad de jubilación ha estado tradicionalmente vinculada con el envejecimiento. Sin embargo, debido a que la edad de jubilación varía de país a país, la Organización de Naciones Unidas ha seleccionado la edad de 60 años para definir y hacer proyecciones respecto al envejecimiento de la población mundial.



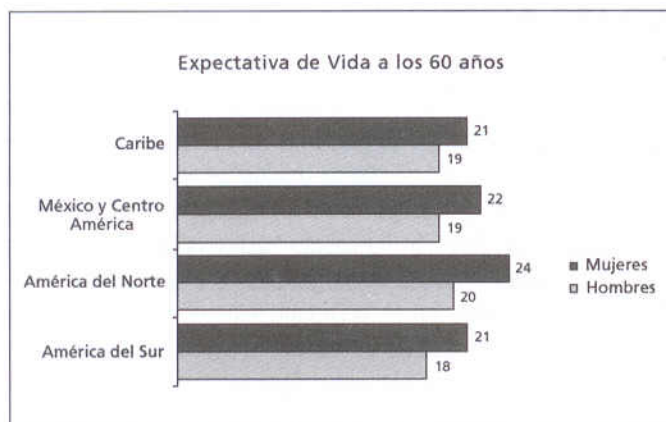
Fuente: UN: Population Ageing 2002

Conforme a las proyecciones en materia de población, se dice que una población ha envejecido cuando la proporción de personas de 60 años o más excede el 10 ó 12% de la población total. Actualmente, en Norteamérica, más del 15% de la población de Canadá y los Estados Unidos tiene más de 60 años. En el Caribe, ya el 10% de la población es mayor de 60 años, siendo Barbados (14%), Cuba (13%), Martinique (15%) y Puerto Rico (14%) los países con el porcentaje más alto de adultos mayores. En América Latina, sólo tres países, Argentina, Chile y Uruguay, tienen una población envejecida. Para el 2025, el 15% o más de la población en al menos veintidós países en las Américas tendrá 60 años o más, y en solamente en algunos países, Belice, Granada, Haití, Honduras, Nicaragua y Paraguay, menos del 10% de la población tendrá 60 años o más.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Plan de acción en salud y envejecimiento: Los adultos mayores en las Américas 1999-2002. Organización Panamericana de la Salud, Organización Mundial de la Salud, WDC.

<sup>2</sup> El envejecimiento de la población (1999) División de población, Departamento de Asuntos Económicos y Sociales. Nueva York: Naciones Unidas.

Esta tendencia tiene enormes implicaciones para la Región y ofrece oportunidades importantes para los Estados Miembros de anticipar y aprender de sus respectivas experiencias. Esta guía, le dará a las naciones herramientas y perspicacias importantes para desarrollar sus estrategias nacionales y políticas sostenibles para promover un aumento en la expectativa de vida con óptima salud y bienestar.



Fuente: UN: Population Ageing 2002

## Marco conceptual de envejecimiento activo

### Visión

*Un sistema integral de apoyo que fomenta el envejecimiento activo para mejorar la calidad de vida.*

#### 1. Sistema integral

Un sistema integral implica una gama de apoyos y servicios de varios sectores públicos que trabajan en concierto basado en un conjunto de principios comunes, pautas operativas y estrategias.

#### 2. Agentes de apoyo

Existen cuatro agentes importantes en la sociedad que desempeñan un papel crucial en la promoción del envejecimiento activo. Estos agentes son:

*El individuo.* La persona mayor desempeña un papel vital en su propio "envejecimiento activo". El individuo debe cultivar buena salud física, educación, destrezas de trabajo, recursos económicos, entornos de vivienda apropiados y relaciones sociales mutuamente beneficiosas. Los individuos deben buscar y utilizar información para tomar decisiones, adaptar su conducta personal para satisfacer las demandas de las circuns-

tancias y habilidades cambiantes y mantener su participación activa y significativa. Sin embargo, la responsabilidad individual de optimizar la calidad de vida sólo puede ser asumida cuando existen oportunidades, recursos y opciones viables, y cuando se tienen las habilidades necesarias para el autocuidado (por ejemplo, saber buscar y poder leer información sobre la salud y tener una educación básica respecto a la salud en el envejecimiento). Además las personas mayores deben propiciar que las nuevas generaciones adopten una cultura a favor del envejecimiento activo.

*La familia y los amigos.* La mayoría de las relaciones de familias y amigos a través de la vida se caracterizan por el intercambio mutuo de muchas formas de apoyo y servicios. Cuando las personas mayores comienzan a requerir mayor asistencia, reciben más servicios de esta red informal, especialmente de la familia. De hecho, la mayor parte del apoyo recibido por las personas mayores para mantener su independencia y calidad de vida es proporcionada por familiares y amigos. Sin embargo los familiares y amigos pueden no tener los recursos, el tiempo o los conocimientos necesarios para proveer toda la asistencia requerida por las personas adultas mayores y, también los cuidadores familiares requieren apoyo para sí mismos y períodos de descanso.

*La comunidad.* La comunidad tiene la responsabilidad de crear un ambiente de cuidado y apoyo que ayude a los individuos y a las familias a satisfacer sus necesidades. Los servicios comunitarios comprenden una amplia gama de agencias o asociaciones no gubernamentales y voluntarias, instituciones educativas, centros culturales y de deportes, agencias de servicio social y servicios ofrecidos por las iglesias. Los servicios incluyen personal asalariado y voluntario.

*El estado.* La familia, los amigos, los grupos voluntarios y aquellos sin fines de lucro, así como los sectores público y privado, desempeñan un papel crucial en asegurar que los individuos de todas las edades tengan la posibilidad de tomar acciones que les permitirán envejecer activamente. El estado promueve y asegura el envejecimiento activo y saludable de la población mediante lo siguiente:

- Un marco de políticas nacionales que definen el propósito, principios, valores y objetivos que sustentan la visión de un envejecimiento activo.
- Un plan nacional que define metas, brechas a reducir, plazos de tiempo, indicadores de monitoreo y evaluación.
- Políticas y programas sectoriales: seguridad social, salud, educación, vivienda, transporte, deporte y actividad física, cultura y recreación, justicia, seguridad pública, etc.
- Políticas y programas de los gobiernos locales (municipios) que complementan las políticas nacionales y estatales.

### 3. Envejecimiento activo

Conforme a la definición de la Organización Mundial de la Salud, el envejecimiento activo es "el proceso de optimizar las oportunidades para la salud, la participación y la seguridad de manera de realzar la calidad de vida a medida que las personas envejecen".<sup>3</sup>

### 4. Calidad de vida

La calidad de vida es "la percepción de un individuo de su posición en la vida dentro del contexto de la cultura y el sistema de valores en donde vive y en relación con sus metas, expectativas, estándares e inquietudes. Es un concepto de gama amplia, incorporando en forma compleja la salud física, estado psicológico, nivel de independencia, relaciones sociales y creencias y relaciones personales a los rasgos dominantes en su entorno".<sup>4</sup>

## Principios básicos de un sistema integral

*Un sistema integral de apoyo que fomenta el envejecimiento activo estará basado en los siguientes principios:*

1. Seguridad y apoyo social
2. Justicia, equidad y solidaridad
3. Dignidad
4. Independencia
5. Participación

Estos principios reflejan los valores fundamentales y las creencias subyacentes de un sistema integral de apoyo.

Para evaluar la aplicación de los principios se propone una serie de preguntas. El propósito de las preguntas es propiciar la discusión y evaluación del impacto de las políticas y programas en la situación actual de las personas mayores con relación a cada uno de los principios. Las preguntas pueden utilizarse para revisar las políticas, determinar si los programas existentes deberán continuar siendo apoyados, criticar las políticas propuestas, guiar los estudios sobre el impacto de los programas o desarrollar una respuesta en materia de políticas a algún tema o necesidad.

### 1. Garantizar seguridad y apoyo social

Un sistema integral de apoyo que fomenta el envejecimiento activo aseguraría, primero y como mínimo, que las personas

mayores tuvieran acceso a un ambiente saludable con las necesidades básicas de agua potable, electricidad y otras fuentes de energía necesaria, alimentación, seguridad física y protección contra el abuso, el maltrato y el crimen. Aseguraría que toda persona mayor tuviera un ingreso mínimo básico para satisfacer las necesidades básicas del vivir diario y acceso a servicios de salud, sociales y legales que responderían en forma apropiada a sus necesidades y circunstancias. A pesar de que el satisfacer las necesidades humanas universales es un requerimiento básico de cualquier sociedad, muy a menudo las necesidades específicas de las personas mayores son pasadas por alto.

### Preguntas para evaluar el nivel de seguridad y apoyo social de los adultos mayores:

- ¿Tienen acceso las personas mayores a los servicios básicos de salud?
- ¿Existen programas sociales para garantizar que toda persona mayor tenga acceso a un ingreso mínimo básico?
- ¿Existen políticas que garanticen acceso a los servicios públicos básicos (por ejemplo, agua potable, electricidad u otras fuentes energéticas imprescindibles para satisfacer las necesidades básicas y alimentación) para las personas mayores? ¿Y se aplican?
- ¿Existen políticas para asegurar ambientes seguros adaptados para personas con discapacidades en el trabajo, en las calles y en los edificios públicos? ¿Se aplican?
- ¿Existen códigos para la construcción de viviendas o para la modificación de las viviendas de las personas mayores?
- ¿Existe protección legal y social contra el abuso, el abandono o la explotación de las personas adultas mayores?

### 2. Ser justo, equitativo y solidario

Un sistema integral de apoyo que fomenta el envejecimiento activo mantendría los derechos humanos básicos y las libertades fundamentales para las personas mayores en todos los aspectos de sus vidas. Una sociedad es justa, equitativa y solidaria cuando asegura que las personas mayores tengan acceso equitativo a un continuo de servicios y recursos de calidad sanitarios, sociales, económicos y legales, cualesquiera sea su edad, sexo, clase social, raza, cultura, ingresos, entorno domiciliario y estado de salud, y que distribuye los recursos económicos del sector público equitativamente a lo largo de las etapas de la vida.

<sup>3</sup> OMS (2002) Envejecimiento Activo: Un marco para las políticas.

<sup>4</sup> OMS (1994) Definición preparada por el grupo de trabajo sobre Calidad de Vida de la OMS. Publicado en el Glosario de Promoción de Salud de la OMS 1998. OMS/HPR/HEP/98.1

### **Preguntas para evaluar si el estado es justo, equitativo y solidario con los adultos mayores:**

- ¿Existen y se aplican políticas y legislación para proteger los derechos humanos de las personas mayores?
- ¿Se garantiza en los servicios públicos los mismos derechos a todos sin discriminar por edad, sexo, nivel social, raza, cultura, ingresos, lugar de residencia y estado de salud?
- ¿Existen respuestas rápidas y adecuadas de parte de los servicios socio-sanitarios y legales para reducir los riesgos a la seguridad física y promover el bienestar de las personas adultas mayores?
- ¿Se le atribuye la misma importancia a mejorar, mantener y realzar el bienestar sanitario, psicosocial y económico de las personas mayores como el bienestar de las personas de otros grupos de edad?

### **3. Mantener la dignidad**

Un sistema integral de apoyo que fomenta el envejecimiento activo mantendría la dignidad y autoestima de las personas mayores. El sistema fomentaría una cultura de respeto por las personas mayores y por sus contribuciones a la familia, los amigos, la comunidad y la sociedad. Los servicios e intervenciones de apoyo serían flexibles y sensibles respecto a la diversidad de necesidades de la población de personas mayores, como también respetuosos de la privacidad, valores, preferencias y creencias espirituales de cada individuo.

### **Preguntas para evaluar si el sistema protege la dignidad del adulto mayor:**

- ¿Se manifiesta explícitamente en los servicios sociales, de salud y económicos el respeto por la dignidad y la heterogeneidad de las personas mayores y se asignan recursos para satisfacer las necesidades individuales?
- ¿Se consideran las necesidades, deseos y valores individuales de las personas mayores cuando se toman decisiones que les conciernen?
- ¿Se corrigen los estereotipos negativos y percepciones falsas respecto a las personas mayores y, a la inversa, se reconocen las contribuciones de los mayores y se fomentan imágenes positivas respecto a ellos?
- ¿Se respeta el derecho de las personas mayores a la confidencialidad, al acceso a información verídica sobre su estado de salud y a la privacidad?

### **4. Fomentar la independencia**

Un sistema integral de apoyo que fomenta el envejecimiento activo permitiría a las personas mayores asumir la responsabilidad por mantener su propia salud, por manejar sus vidas en un

entorno comunitario de acuerdo a sus preferencias y por buscar oportunidades para la satisfacción personal. Existirían entornos libres de barreras en forma amplia para satisfacer todo nivel de habilidad. Sería disponible la vivienda adecuada, incluyendo la vivienda que diera cabida a entornos compartidos o que proporcionara servicios de apoyo y servicios y productos públicos y/o comerciales accesibles y adaptados para niveles variantes de habilidades. La familia y la red de amigos se sentirían apoyados como para continuar asistiendo a sus familiares adultos mayores para que permanezcan lo más independientes posible.

### **Preguntas para evaluar si se fomenta la independencia y autonomía de las personas mayores:**

- ¿Están diseñados los entornos y ambientes físicos para el acceso a toda persona, cualesquiera sea su tipo o grado de discapacidad?
- ¿Se consideran las necesidades de las personas mayores en el diseño y desarrollo de productos y servicios para el consumidor mayor?
- ¿Se promueve y se hace accesible a las personas mayores la información necesaria para su autocuidado?
- ¿Están los trabajadores de salud y de los demás sectores de servicios capacitados para fomentar la independencia y autonomía de sus clientes de edad mayor?

### **5. Fomentar la participación activa**

Un sistema integral de apoyo que fomenta el envejecimiento activo buscaría involucrar e integrar a las personas mayores de una manera significativa en todos los aspectos de la sociedad. Les garantizaría acceso a recursos educativos, culturales, espirituales y recreativos así como a oportunidades para el trabajo pago y voluntario. Se identificarían y se eliminarían las barreras físicas, sociales, psicológicas o ambientales a la participación de las personas mayores. Se fomentaría la formación de asociaciones para las personas mayores, incluyendo grupos de abogacía pública, y se les alentaría a las personas mayores a participar activamente en la planificación, implementación y evaluación de las políticas y programas públicos que les conciernen. Se harían esfuerzos para lograr comunicación efectiva con las personas mayores para informarles acerca de estos programas y servicios.

### **Preguntas para evaluar si se fomenta la participación activa de las personas mayores:**

- ¿Existen oportunidades para que las personas mayores participen en trabajo con o sin pago y aprendizaje continuo, así como para que participen según deseen en actividades sociales, culturales y recreativas?
- ¿Se identifican y se eliminan las barreras a la participación activa de las personas mayores?



- ¿Se busca el aporte y la participación de las personas mayores en el desarrollo, implementación y evaluación de políticas y programas?
- ¿Se divulga ampliamente y por diversos medios la información respecto a programas y servicios públicos para las personas mayores?

## **Pautas operativas del sistema integral**

**U**n sistema integral de apoyo que fomenta el envejecimiento activo se caracterizaría por :

1. *Accesibilidad*
2. *Centrado en la persona*
3. *Coordinado*
4. *Responsabilidad compartida*
5. *Equidad y sostenibilidad*
6. *Calidad*

Estas pautas son los elementos operativos esenciales, o instrucciones, acerca de cómo poner en práctica los principios de un sistema integral de apoyo que fomenta el envejecimiento activo.

### **1. Sería accesible**

Un sistema integral de apoyo que fomenta el envejecimiento activo aseguraría que todos los recursos y oportunidades para fomentar el envejecimiento activo fueran accesibles para todas las personas mayores. Esto se lograría de la siguiente manera:

- a. Asegurando que la necesidad objetivamente evaluada sea el único criterio para acceder a los servicios públicos e impidiendo que otros factores, tales como ingresos, edad, raza y lugar de residencia, determinen el acceso a servicios básicos.
- b. Asegurando la participación de las personas mayores en el desarrollo, la implementación y la evaluación de programas y servicios que les corresponden.
- c. Eliminando las posibles barreras psicológicas, sociales, educativas o ambientales al acceso, y prestando atención especial a los grupos aislados.
- d. Asignando recursos públicos de una manera equitativa para satisfacer las necesidades de las personas mayores.

### **2. Estaría centrado en el individuo**

Un sistema integral de apoyo que fomenta el envejecimiento activo aseguraría que el individuo fuera el punto de enfoque

de la provisión de servicios. Los servicios responderían y serían flexibles como para ajustarse a las circunstancias individuales y serían adecuados a las necesidades profesionalmente evaluadas de los clientes y sus cuidadores familiares. Esto se lograría de la siguiente manera:

- a. Diseñar servicios que respondan de manera oportuna a las necesidades individuales, tomando en cuenta la edad, sexo, cultura, raza, idioma, religión, entorno domiciliario, valores personales, etcétera.
- b. Asegurando que los servicios sean disponibles y flexibles para los cambios en función de las necesidades y capacidades de las personas mayores a medida que envejecen.
- c. Reconociendo el derecho de las personas mayores a participar en las decisiones respecto a su cuidado así como su derecho a rechazar los servicios que se les ofrecen.
- d. Considerando a la persona mayor y a sus cuidadores familiares como socios en la toma de decisiones respecto a servicios.
- e. Ofreciendo apoyo según sea necesario a los cuidadores familiares, incluyendo información, capacitación práctica, apoyo emocional, apoyo económico y períodos de descanso.

### **3. Proveería una gama de servicios coordinados**

Un sistema integral de apoyo que fomenta el envejecimiento activo tendría una gama diversa de servicios ofrecidos en forma coordinada por los varios sectores y con un personal multidisciplinario. Este continuo de apoyo consta de servicios de salud, incluyendo la promoción de la salud (y educación en materia de salud), la prevención de enfermedades, el tratamiento, la rehabilitación y la atención de largo plazo y paliativa, así como subsidios de ingresos, para vivienda y transporte. El lograr una gama adecuada de servicios coordinados requiere:

- a. Desarrollar una evaluación estandarizada de las necesidades del cliente para proveer el tipo y nivel de servicios apropiados.
- b. Identificar un núcleo de servicios sociales y sanitarios para satisfacer las necesidades de las personas mayores.
- c. Coordinar todos los servicios de salud administrativa y económicamente, incluyendo promoción de la salud, prevención de enfermedades, atención primaria orientada al manejo y control de enfermedades crónicas, atención médica permanente y de urgencia, rehabilitación y atención paliativa, de manera que los recursos puedan desplegarse flexiblemente como para satisfacer las necesidades variables y cambiantes de las personas mayores y para asegurar un continuo de atención.

- d. Coordinar el acceso a programas y servicios económicos, de vivienda, sociales y de transporte que son importantes para mantener la salud, la independencia y el bienestar de las personas mayores.
- e. Hacer participar a todos los sectores en materia de políticas públicas para identificar brechas en los servicios, adaptar los servicios existentes y desarrollar nuevos servicios para responder a las necesidades de una población creciente de personas mayores.
- f. Establecer mecanismos efectivos para compartir información entre los diversos sectores y para facilitar el uso innovador y eficiente de recursos humanos, financieros y tecnológicos.

#### **4. Sería una responsabilidad compartida**

El desarrollo y la manutención de un sistema integral de apoyo que fomenta el envejecimiento activo sería una responsabilidad compartida de la sociedad. Existirían fuertes vínculos y coordinación entre los cuatro agentes de apoyo para el envejecimiento activo: entre los individuos, las familias y los agentes comunitarios; entre las agencias o los grupos comunitarios y los gobiernos locales y entre los distintos sectores de gobierno responsables por la salud y el bienestar social. Todos compartiríamos una visión común del envejecimiento activo y entenderíamos los roles y las responsabilidades de los diversos agentes para lograr esta visión. Existirían oportunidades para que todos pudieran contribuir a la identificación de necesidades y a la planificación, implementación y evaluación de programas. Se comunicaría claramente la información respecto a temas, inquietudes, logros y problemas. Se establecerían líneas claras de comunicación y responsabilidad y mecanismos de responsabilidad pública. El desarrollo de una responsabilidad compartida perteneciente a la sociedad puede lograrse de la siguiente manera:

- a. Involucrando a los representantes clave de los cuatro agentes de apoyo en los niveles local, regional y nacional para respaldar una visión común del envejecimiento activo y para identificar roles y responsabilidades individuales y comunes.
- b. Asegurando el apoyo político de todos los niveles de gobierno para una visión integral con planes de acción específicos para el envejecimiento activo.
- c. Estableciendo diferentes secretariados u oficinas responsables por los temas referentes a las personas mayores en cada nivel de gobierno, con un mandato y recursos para implementar los planes de acción dentro de sus respectivas jurisdicciones y para coordinar los esfuerzos con aquellos de sus contrapartes.
- d. Proporcionando apoyo para que las organizaciones de personas mayores, grupos de cuidadores o grupos comunitarios puedan actuar como defensores de los derechos de las personas mayores.

- e. Proporcionando una rendición de cuentas regular y pública sobre el progreso y los retos para lograr un sistema integral de apoyo para el envejecimiento activo.

#### **5. Sería equitativo y sostenible**

El éxito de un sistema integral de apoyo que fomenta el envejecimiento activo dependerá de la capacidad de respuesta a las necesidades de una población que está envejeciendo y a la capacidad del sistema para utilizar recursos públicos eficientemente, con costo efectividad y de acuerdo con las necesidades de la población adulta mayor. La viabilidad a largo plazo de este sistema requiere del apoyo público, que a su vez depende de la comunicación pública efectiva respecto al rendimiento de sus programas y a sus beneficios para la sociedad en su totalidad. Los medios para lograr la equidad y la sostenibilidad del sistema incluyen:

- a. Introducir el tema del envejecimiento en el portafolio de desarrollo del país.
- b. Asegurar que las propuestas de reforma incluyan una evaluación del impacto de estas reformas en los miembros más vulnerables del país.
- c. Basar en los principios de los derechos humanos la justificación para el financiamiento de los servicios y programas para el envejecimiento activo.
- d. Establecer mecanismos para la evaluación continua de la responsabilidad pública por la calidad, eficiencia y costo efectividad de los servicios.
- e. Garantizar el acceso a los servicios de acuerdo a necesidad.
- f. Aumentar la conciencia pública respecto a los beneficios reales para la sociedad de un sistema integral de apoyo para el envejecimiento activo.

#### **6. Proveería calidad**

Un sistema integral de apoyo que fomenta el envejecimiento activo aseguraría que los servicios para las personas mayores estuvieran basados en evidencia científica de prácticas efectivas que tendrían efectos positivos y que ampliarían la competencia de los proveedores de servicios. Requeriría investigación continua para informar el desarrollo y la evaluación de programas. La investigación y vigilancia formarían la base para la toma de decisiones y la evaluación en todos los sectores. Para fomentar y asegurar calidad, se debe:

- a. Desarrollar una capacidad de vigilancia con indicadores fiables para medir y monitorear la calidad, seguridad, competencia, satisfacción, accesibilidad, eficiencia, propiedad, efectividad y continuidad de los servicios.
- b. Financiar la investigación comparativa entre los países sobre los diferentes aspectos del envejecimiento activo, incluyendo la investigación multidisciplinaria.

- c. Establecer mecanismos para apoyar la síntesis de los conocimientos de la investigación, el análisis de las implicaciones respecto a políticas y la disseminación de evidencia a los tomadores de decisiones para informar el desarrollo y la evaluación de políticas y programas.
- d. Desarrollar y disseminar estándares de práctica profesional sobre la base de evidencias.
- e. Desarrollar capacitación y educación para los profesionales y cuidadores de los diversos sectores y para los cuidadores familiares o informales.

## **Tipos de apoyo, programas y servicios**

La promoción del envejecimiento activo requiere una estrategia multisectorial, multidisciplinaria y coordinada para facilitar la participación y la equidad. Por ejemplo, entre los facilitadores importantes para el envejecimiento activo están el vivir en una vivienda segura con alimentación apropiada, teniendo transporte apropiado, una red social, acceso a información y a los servicios básicos de salud y sociales.

El proceso de planificación para un sistema integral de apoyo considerará un número de variables importantes como son: sexo, ingresos, estado civil, educación, valores culturales, etnicidad y capacidad funcional. Además el proceso tendrá un enfoque integrado que promueva y contribuya a una meta común. El cuadro que sigue presenta una ilustración de varios sectores que contribuyen a la meta del envejecimiento activo.

<b>Sector</b>	<b>Relación con la promoción de salud y el envejecimiento activo</b>
Educación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formación y capacitación del personal requerido para la sociedad que envejece.</li> <li>• Promueve la alfabetización y el aprendizaje a lo largo de la vida para las personas adultas mayores.</li> </ul>
Vivienda	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Provee vivienda accesible y apropiada para promover la salud.</li> </ul>
Transporte	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Facilita el transporte personal para promover participación y movimiento.</li> </ul>
Trabajo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Facilita la integración de los trabajadores mayores a fuentes de trabajo apropiadas.</li> </ul>
Servicios sociales y legales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Garantiza los derechos humanos y da acceso a los servicios básicos para disminuir la pobreza.</li> </ul>
Salud	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Provee un sistema integral de promoción de salud, prevención, atención a la enfermedad y rehabilitación.</li> </ul>

Los tipos específicos de programas y servicios que necesitan las personas adultas mayores dependerán de su capacidad funcional. Por lo tanto, el proceso de planificación requiere indicadores epidemiológicos y funcionales de las personas adultas mayores, una comprensión de los recursos disponibles en su red social y recursos humanos capacitados en gerontología.

Además, el sistema integrado y coordinado de apoyo proveerá un sistema continuo y flexible ya que las personas adultas mayores pueden cambiar de un estado de independencia funcional a uno de fragilidad o dependencia y viceversa. Finalmente, el concepto del envejecimiento activo también incluye el derecho de recibir la atención paliativa necesaria para controlar el dolor y mantener la mejor calidad de vida posible en la etapa final de la vida.

Por lo tanto, un sistema integral incluiría los apoyos que asegurarían atención óptima y calidad de vida para:

### ***Las Personas adultas mayores independientes***

Apoyos para mantener su independencia, cuidar de su salud, prevenir enfermedades y controlar condiciones crónicas. Incentivos y oportunidades para participar en su propio desarrollo físico, mental, emocional, social y económico y continuar participando en actividades laborales o voluntarias.

### ***Las Personas adultas mayores con discapacidades***

Apoyos de base comunitaria para mantener la mayor independencia posible, rehabilitar o mantener la función, apoyar a los cuidadores familiares, controlar enfermedades crónicas y estimular la participación social y la actividad física y mental.

### ***Las Personas adultas mayores dependientes y en el momento final de vida***

Servicios diurnos para evitar la institucionalización prematura y apoyar a la familia, servicios domiciliarios (sociales, de salud y de apoyo a la familia) con equipo multidisciplinario de cuidadores, oferta de atención paliativa que incluye el manejo de síntomas y control del dolor. Residencias asistidas, reglamentadas y con estándares de calidad de atención para las personas que no pueden permanecer en su hogar. Servicios pastorales para atender las necesidades espirituales de la persona en el momento final de vida. ■

## PROGRAMAS PARA PERSONAS MAYORES INDEPENDIENTES

**Problemática:** Las iniciativas de desarrollo social y económico y los programas de salud siguen enfocados sobre las necesidades de la población más joven. La rapidez de los cambios demográficos y epidemiológicos requiere que los Estados Miembro preparen recursos humanos, reorienten sus servicios y promuevan nuevas estructuras de financiamiento para promover el bienestar y la salud de las personas mayores mientras que continúan mejorando la salud y el bienestar de la población joven con una perspectiva de ciclo de vida.

**Las políticas públicas para el envejecimiento activo** aseguran y promueven los derechos de las personas mayores; actúan para remediar las desigualdades en materia de salud; y promueven medidas específicas para mejorar el acceso a los servicios básicos garantizados por los gobiernos nacionales, incluyendo seguridad personal y protección contra la discriminación por edad.

### Apoyos a desarrollar por los diferentes sectores

EDUCACION	VIVIENDA	TRANSPORTE	TRABAJO	SOCIALES Y LEGALES	SAUD
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Alfabetización.</li> <li>2. Educación en materia de salud.</li> <li>3. Capacitación o reclaje para trabajos con o sin remuneración para los adultos mayores.</li> <li>4. Capacitación de maestros para la educación de los adultos mayores.</li> <li>5. Capacitación para el personal de salud y de servicios sociales para el trabajo con los adultos mayores.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reparación o acondicionamiento de la vivienda para personas mayores.</li> <li>2. Viviendas accesibles para personas mayores de bajos ingresos.</li> <li>3. Viviendas comunitarias, familias adoptivas o refugios para mayores en extrema pobreza y sin apoyo familiar.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Transporte accesible y amigable para personas mayores.</li> <li>2. Evaluación y educación continua para los motoristas adultos mayores.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Programas de empleo y oportunidades laborales para las personas mayores.</li> <li>2. Programas de empleo flexibles para la integración del trabajador mayor.</li> <li>3. Programas de cooperativismo o microempresas para personas mayores.</li> <li>4. Jubilación basada en la capacidad de trabajo y no condicionada a la edad.</li> <li>5. Sistema de pensiones sostenibles y garantizado por el</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Abogacía y promoción para una cultura positiva respecto al envejecimiento.</li> <li>2. Información y referencia para los servicios.</li> <li>3. Programas de actividad física, recreativos y culturales.</li> <li>4. Organizaciones o clubes de personas mayores.</li> <li>5. Protección legal contra el abuso, el maltrato o la explotación económica.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Información y promoción de salud física y mental.</li> <li>2. Prevención primaria y manejo de enfermedades agudas y crónicas.</li> <li>3. Centros de salud comunitarios amigos de las personas mayores.</li> <li>4. Grupos de autocuidado y apoyo para las personas mayores.</li> <li>5. Programas de vacunación para adultos mayores.</li> </ol>

## PROGRAMAS PARA PERSONAS MAYORES CON DISCAPACIDADES

**Problemática:** Las necesidades de los adultos mayores que tienen algún déficit sensorial, alguna discapacidad funcional física o mental o dificultad para desempeñar algunas de las actividades básicas o instrumentales del vivir diario requieren de programas o servicios elaborados con el propósito específico de facilitar la participación y apoyar al individuo a riesgo de perder su autonomía.

**Las políticas públicas para el envejecimiento activo** aseguran y promueven los derechos de las personas mayores con discapacidades; actúan para remediar las desigualdades en materia de salud; y promueven medidas específicas para mejorar el acceso a los servicios básicos de acuerdo a sus necesidades, incluyendo seguridad personal y protección contra el abuso y el maltrato.

### Apoyos a desarrollar por los diferentes sectores

EDUCACION	VIVIENDA	TRANSPORTE	TRABAJO	SOCIALES Y LEGALES	SALUD
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Material educativo diseñado para personas con poca visión o problemas auditivos o bajo nivel de educación.</li> <li>2. Capacitación del personal de salud y de asistencia social para trabajar con personas con discapacidades físicas o mentales.</li> <li>3. Capacitación para cuidadores.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Adaptación de viviendas para las necesidades de las personas mayores con discapacidades.</li> <li>2. Diseño de alternativas de vivienda asistida para personas con discapacidades.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vehículos y servicios de transporte adaptados para personas con discapacidades.</li> <li>2. Acceso a servicios de transporte que faciliten la participación social y productiva de personas mayores con discapacidades.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Oportunidades para la integración laboral de personas mayores con discapacidades.</li> <li>2. Creación de programas de empleo para cuidadores de personas mayores con discapacidades.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Protección legal para personas con discapacidades.</li> <li>2. Coordinación y gerencia de servicios comunitarios.</li> <li>3. Servicios diurnos para apoyar a las familias de personas mayores con discapacidades y evitar la institucionalización innecesaria.</li> <li>4. Servicios con base comunitaria de comedas a domicilio, de apoyo para el autocuidado y de rehabilitación.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Manejo de condiciones crónicas.</li> <li>2. Subsidios para medicamentos básicos.</li> <li>3. Atención de salud domiciliaria.</li> <li>4. Programas para la detección y el manejo de enfermedades mentales tales como la depresión y demencias.</li> <li>5. Programas para la prevención de caídas, desnutrición y complicaciones a causa de fármacos.</li> </ol>

## PROGRAMAS PARA PERSONAS MAYORES DEPENDIENTES O AL FINAL DE LA VIDA

**Problemática:** Los adultos mayores frágiles o dependientes necesitan atención a largo plazo en un ambiente familiar o rodeados de sus recuerdos, familia y amistades. Para el desarrollo de servicios a largo plazo se requiere crear programas y servicios nuevos que se adapten a las necesidades y deseos de las personas mayores y que sean sostenibles con los recursos disponibles. Al final de la vida, el paciente mayor necesita atención paliativa domiciliar o en residencias de atención a largo plazo para evitar hospitalizaciones largas innecesarias.

**Las políticas públicas para el envejecimiento activo** también incluyen las personas que han perdido la capacidad de atender sus actividades básicas del vivir diario. Las políticas y programas aseguran y promueven los derechos de las personas mayores dependientes; actúan para remediar las desigualdades en materia de salud; y promueven medidas específicas para proveer atención domiciliar a las personas que lo necesitan así como atención paliativa para el paciente mayor al final de la vida.

### Apoyos a desarrollar por los diferentes sectores

EDUCACION	VIVIENDA	TRANSPORTE	TRABAJO	SOCIALES Y LEGALES	SALUD
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Capacitación de personal de salud en geriatria.</li> <li>2. Desarrollar programas de capacitación en cuidados paliativos o tanatología.</li> <li>3. Programas de educación popular sobre: los derechos de las personas al final de la vida, la necesidad de preparar un testamento y, de dar directrices por adelantado para la toma de decisiones cuando la persona se encuentre impedida para hacerlo.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Adaptación de las viviendas para las necesidades de personas con grandes discapacidades y necesidades de atención a largo plazo.</li> <li>2. Acceso a programas de vivienda asistida para personas que ya no pueden vivir en sus hogares.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Transporte especializado para personas con grandes discapacidades.</li> <li>2. Transporte accesible para los cuidadores.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Estandarización de requisitos mínimos para los cuidadores de adultos mayores en hogares de vivienda asistida y en programas de salud domiciliares.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluación, coordinación y administración de servicios comunitarios para personas mayores discapacitadas con necesidades de cuidados a largo plazo.</li> <li>2. Apoyo legal, social y económico de protección contra el abandono, el abuso o el maltrato de las personas mayores.</li> <li>3. Consejería y apoyo psicosocial y espiritual.</li> <li>4. Previsión de gastos funerarios para las familias de bajos ingresos.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Disponibilidad y acceso a servicios domiciliarios de médicos y de cuidadores personales.</li> <li>2. Reglamentación y monitoreo de los estándares de la vivienda asistida y de las instituciones de atención de largo plazo.</li> <li>3. Calidad de atención y respeto a la persona en programas de atención a largo plazo.</li> <li>4. Cuidados paliativos que incluyan el manejo de síntomas y control del dolor.</li> </ol>

## Referencias

---

OPS/OMS (1999) Plan de acción en salud y envejecimiento: los adultos mayores en las Américas 1999-2002. División de Promoción y Protección de la Salud, Programa de Salud de la Familia y Población, Unidad de Envejecimiento y Salud. Washington, D.C.: Organización Panamericana de la Salud.

Naciones Unidas (1999) Population Ageing Wall Chart. División de Población, Departamento de Asuntos Sociales y Económicos. New York: Naciones Unidas.

Naciones Unidas (2001) World Population Prospects: The 2000 Revision. New York: Naciones Unidas.

OMS (2002) Active Ageing: A Policy Framework. Noncommunicable Disease and Mental Health Cluster, Noncommunicable Disease Prevention and Health Promotion Department, Ageing and Life Course. Geneva: Organización Mundial de la Salud.