

II JORNADAS SOBRE DISCAPACIDAD Y ENVEJECIMIENTO ACTIVO
BUENAS PRÁCTICAS DE APOYO A LA AUTONOMÍA E
INDEPENDENCIA PERSONAL

Madrid, 20 y 21 de Septiembre de 2007

UN NUEVO PARADIGMA DE ENVEJECIMIENTO ACTIVO

Lourdes Bermejo García
Dra. en CC de la Educación. Diplomada en Gerontología Social
Experta en Intervención Social Integral

Envejecimiento Activo

CONTENIDOS

1.- El Envejecimiento Activo.

- * Una visión plural y compleja
- * Implicaciones del EA

2.- Discapacidad y Gerontología: ¿Dos mundos opuestos? Buscando el enriquecimiento mutuo.

Lourdes Bermejo

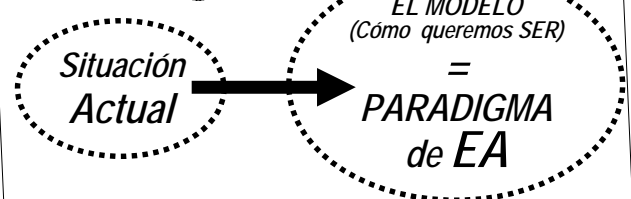
Envejecimiento Activo

¿ESTAMOS
satisfechos?

lourdésbermejo.com

Envejecimiento Activo

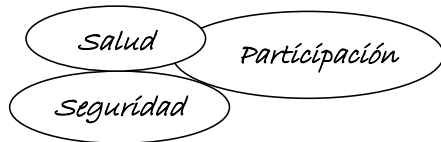
PARA MEJORAR



- ✓ ¿TENEMOS UN REFERENTE DE LO QUE QUEREMOS?
- ✓ LA NECESIDAD DE **CONSTRUIR** Y **COMPATIR** UN PARADIGMA
- ✓ HAY QUE **DESEAR** Y **PLANIFICAR EL CAMBIO**

Lourdes Bermejo

OPTIMIZAR Oportunidades



MEJORAR Calidad de Vida

Calidad de Vida

Multidimensional:

Es bienestar subjetivo, bienestar psicológico, desarrollo personal, etc.

Personal y

subjetivo Es lo que las personas interpretan, lo que da sentido a sus vidas en su contexto cultural y de valores y en relación a sus propios objetivos en la vida.

- ✓ **Sustituye la planificación estratégica** basada en necesidades (que contemplaba a los mayores como objetivos pasivos)
- ✓ **Se basa en los Principios de las Naciones Unidas** (independencia, participación, dignidad, asistencia y realización de los propios deseos).
- ✓ **Se basa en el reconocimiento de los derechos humanos** de los mayores ofreciendo igualdad de oportunidades y de trato en todos los aspectos de la vida.

LA OPINIÓN DE LOS PROTAGONISTAS

ENVEJECER ACTIVAMENTE

- Mantenerse activo física y mentalmente.
- Mantener la autonomía.
- Tener relaciones sociales.
- Convivir con pareja.
- Divertirse-disfrutar.
- Tiempo libre: uso positivo.
- Buscar nuevas.... Aprender, descubrir.
- Seguridad.
- Tener PROYECTOS VITALES

LOS MAYORES

EL MOVIMIENTO ASOCIATIVO

La Administración

¿Quién tiene la **responsabilidad** respecto al **Envejecimiento Activo?**

La Sociedad
(Sector Mercantil, Sector voluntario)

Los Profesionales

Lourdes Bermejo.com

La actividad

...Independientemente de que pueda materializarse en acciones y realizaciones con gran nivel de concreción, **es un *posicionamiento vital implicado***.

Mecanismo a través del cual la persona asume las riendas de su vida en un *hacer pro-activo* y no meramente receptivo-pasivo.

Este "*ser activo*" se refleja en una responsabilidad de la persona hacia su persona y hacia los demás.

Jose Javier Miguel de la Huerta

Lourdes Bermejo

La actividad

Las realizaciones concretas han de vivirse de forma intrínsecamente motivada, priorizando en ellas elementos que las hagan singulares y significativas para la persona y por tanto han de formularse en clave participativa, integral, flexible, de calidad, evaluable, sostenible e innovadora.

J.Javier Miguel de la Huerta

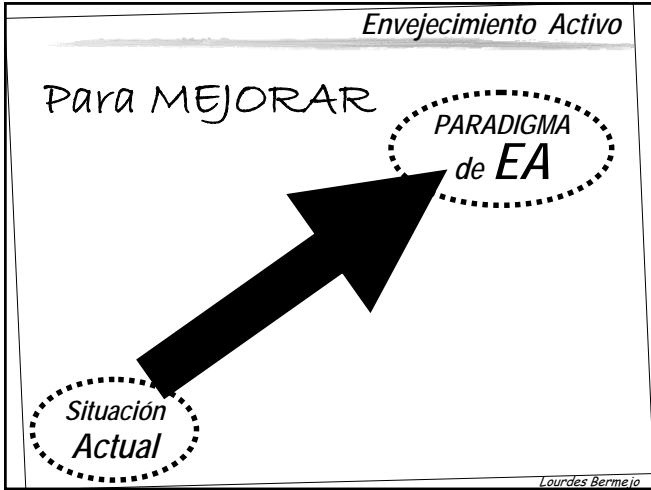
Lourdes Bermejo

¿QUE NO ES ENVEJECIMIENTO ACTIVO?

Promover

- *matar* el tiempo libre
- el *activismo*
- hacer *cosas políticamente correctas...*

Lourdes Bermejo.com



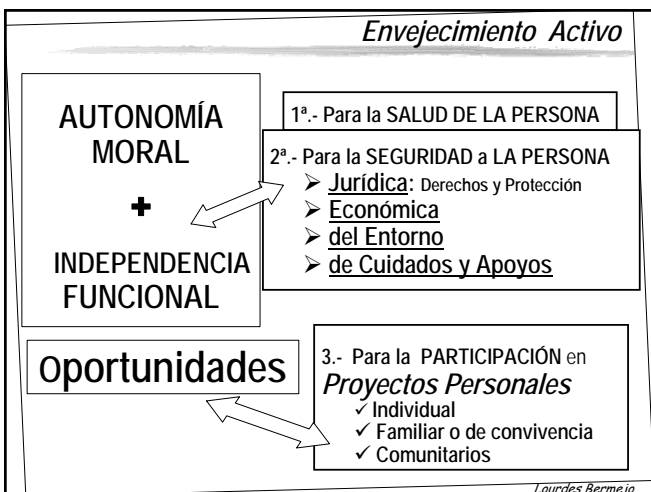
Envejecimiento Activo

Propuestas de Avance

1.- Propiciar las mejores condiciones para que cada persona disponga de la mejor reserva de **AUTONOMÍA MORAL** e **INDEPENDENCIA FUNCIONAL**

2.- Generar oportunidades (pluralidad de espacios, entornos, situaciones, grupos) y cada persona decida cómo quiere comprometerse con la vida

Lourdes Bermejo



Envejecimiento Activo

Propuestas de Avance

Prevenir

LA DEPENDENCIA +

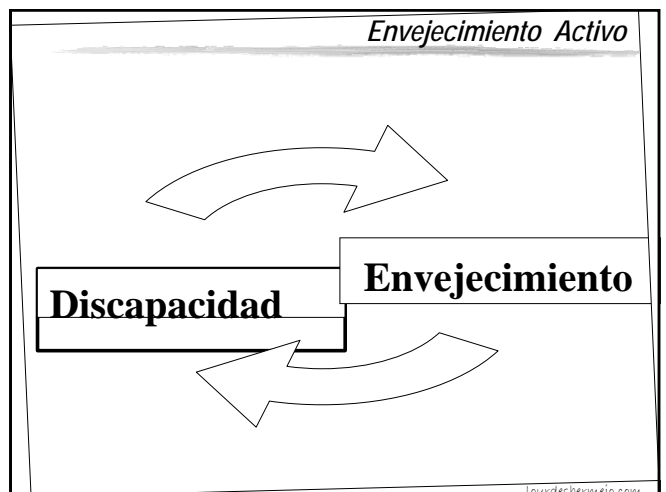
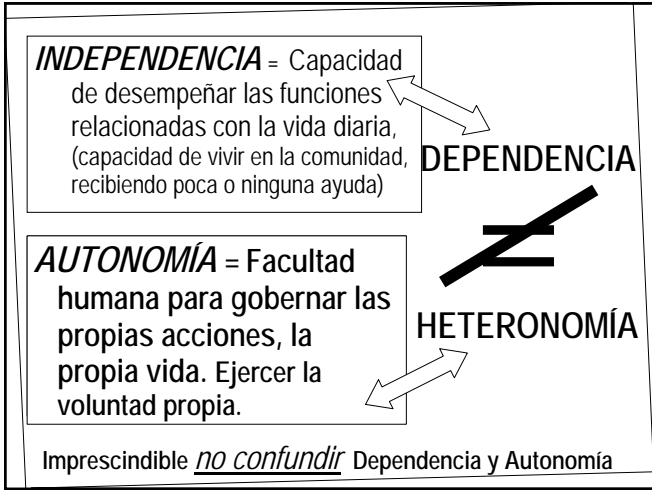
LA HETERONOMÍA =

Propiciar

LA INDEPENDENCIA FUNCIONAL + LA

AUTONOMÍA MORAL

Lourdes Bermejo





Envejecimiento Activo

- **Es útil** (ayuda a alcanzar el potencial de calidad de vida y significación de la vida propia)
- **Es para todos/as**
- **Es un proceso:** Dinámico, Plural, Complejo, Multidimensional y Holístico
- Requiere una perspectiva **Transversal y Transdisciplinar**
- **Implica cambio**

LourdesBermejo.com

Envejecimiento Activo

"Nada ocurre sin ser, antes, un sueño."

Carl Sandburg

Gracias

www.lourdesbermejo.com