

## MANIFIESTO BUEN TRATO A LAS PERSONAS MAYORES CON DECALOGO ELABORADO CON LAS APORTACIONES DE PERSONAS USUARIAS DEL PROGRAMA DE PROMOCION DE LA AUTONOMIA

El 15 de junio ha sido señalado por las Naciones Unidas, como el día internacional de “toma de conciencia del abuso y del maltrato a las personas mayores”, un problema social global de salud pública y de vulneración de derechos que afecta a millones de personas en el mundo.

Comenzar a sensibilizar y educar a la sociedad sobre la cultura del buen trato a las personas mayores, desde una perspectiva positiva es probablemente la estrategia preventiva más eficaz para combatir las situaciones, a veces invisibles otras veces muy evidentes, de maltrato, discriminación, o trato inadecuado, que sufren de forma cotidiana las personas mayores.

El buen trato es universal, se basa en el respeto de los derechos y la dignidad de las personas independientemente de las diferencias personales (sexo, raza, edad...), es una forma positiva de relacionarse que proporciona bienestar y se hace desde la consideración, el respeto y el reconocimiento del otro. (Sociedad Española de Geriátrica y Gerontología)

Hablar de buen trato a las personas mayores, es simplemente hablar de ofrecerles el trato digno que merecen como personas, haciendo hincapié en que **dignificando la vejez estamos enriqueciendo nuestra sociedad. Un trato adecuado y respetuoso con las personas mayores nos hace mejores como sociedad**, de ahí la importancia de promover en nuestra ciudad **la cultura del buen trato a las personas mayores** a través de la sensibilización y el diseño de estrategias transversales que lleguen a todos los ámbitos de la sociedad desde los que las personas mayores reciben un trato discriminatorio: político/institucionales, profesionales, familias, medios de comunicación, modelos de atención y de cuidados, diseño de espacios públicos y privados....

Es cierto que en muchas ocasiones la línea divisoria entre un trato adecuado e inadecuado a las personas mayores es muy sutil, y nos pasa desapercibida, eso hace que todos en algún momento y desde diferentes ámbitos, sin ser consciente de ello, hayamos dado un trato inadecuado a alguna persona mayor. Por ejemplo, **como familiares**, cuando decidimos por ellos, no tenemos en cuenta sus valores y preferencias sobre cómo quieren vivir y morir, los despojamos de su rol en la familia, de su autoridad.... son comportamientos que naturalizamos, que realizamos sin consciencia de que estamos vulnerando su derecho a un trato digno, con la convicción en muchos casos de que lo hacemos con afán de proteger y cuidar. **Desde el ámbito político/institucional**, la situación de pandemia por Covid 19 ha evidenciado claramente el trato discriminatorio que se les ha dado a los mayores, también ha puesto en evidencia la insuficiencia de recursos de atención para el mantenimiento de la autonomía de las personas mayores durante el confinamiento. **Como profesionales**, cuando prejuzgando la capacidad de la persona mayor para entender la información que le atañe respecto a su salud, o la elección de recursos que apoyo que necesita, hablamos y damos la información mirando y dirigiéndonos al familiar acompañante ignorando la presencia de la persona mayor. **Los Medios de Comunicación**, también contribuyen a ese trato no respetuoso con su dignidad, transmitiendo una imagen homogénea y estereotipada generalmente con connotaciones negativas de fragilidad, dependencia, ausencia de valor social y productivo, consumidores de recursos sociales y sanitarios.... suelen presentar el envejecimiento de la población no como una conquista social sino como un grave problema, una carga, una amenaza para la sociedad del bienestar. Y así podríamos seguir añadiendo y señalando

ámbitos (urbanismo, participación social...) desde los que de alguna manera se está vulnerando el derecho de las personas mayores a ese trato digno que merecen.

Además de concienciar a la sociedad en general sobre la cultura del buen trato, también desde este “acto” **queremos alentar el compromiso de las personas mayores con la cultura del buen trato, como protagonistas principales, como sujetos activos capaces de identificar, y expresar el desacuerdo** con aquellas situaciones que suponen una vulneración de sus derechos, de su identidad, reforzando su capacidad para gestionar estas situaciones para crear y favorecer relaciones positivas de consideración y respeto.

Desde esta intencionalidad, en la conmemoración de este 15 de junio día del Buen Trato a las personas mayores, se pretende **darles el protagonismo** que merecen en la **defensa de su derecho** a un trato digno y también de señalar su **responsabilidad** como miembros activos de la sociedad, **imprescindibles** para favorecer la cultura del buen trato, **las personas mayores que participan en el Programa de Autonomía Personal del Ayuntamiento de Albacete han elaborado un decálogo**, en primera persona en el que nos señalan situaciones de su vida cotidiana en las que no se sienten respetados como adultos/as mayores. Este decálogo pretende ser simplemente una llamada de atención, un señalamiento, que nos interpele a todos (a los más jóvenes, niños, adolescentes, hijos/as, cuidadores, profesionales...), nos suscite una reflexión y nos haga conscientes de estas actitudes, comportamientos y prejuicios que nuestra sociedad ha naturalizado pero que son contrarios a la consideración, el respeto y el reconocimiento del otro que definen la cultura del buen trato.

## ***DECÁLOGO DEL BUEN TRATO A MAYORES***

1. Cada persona envejecemos de forma diferente. Evita generalizar y aceptar una imagen negativa de la vejez. También se está juzgando tu futuro.
2. Déjame tomar mis decisiones y seguir teniendo el control sobre mi vida. Pregúntame si necesito ayuda pero no des por hecho que yo no puedo; eso me invalida.
3. Respeta mis valores personales, mis creencias y mis pensamientos. Son los que han guiado mi vida y quiero que lo sigan haciendo incluso en mi despedida.
4. Si hablamos de mi salud, dirígete a mí y confirma que he comprendido la información. A nadie le importa mi salud más que a mí y tengo derecho a vivir más y mejor.
5. Déjame seguir decidiendo cómo organizar mi espacio y cómo usar mis pertenencias. Respeta mis costumbres, mis hábitos, mi ritmo y mi intimidad; en ellos encuentro la comodidad y la seguridad que necesito.

6. Facílitame las gestiones y trámites con un trato respetuoso y adulto, recuerda que yo no nací en la era digital. Procura que las limitaciones en el uso de nuevas tecnologías no me resten autonomía.
7. Escucha, da sentido y valora mis emociones y preocupaciones. Las vivo con la misma intensidad que tú.
8. Regálame algo de tu tiempo y yo prometo regalarte algo de mi sabiduría. No me excluyas de la conversación, busca la manera en la que yo también pueda participar; seguro que la encuentras.
9. Valora mi tiempo tanto como valoras el tuyo, no me mantengas a la espera como si no tuviera nada que hacer. Y si necesitas de mi tiempo, me ofrezco a planificarlo conjuntamente.
10. Si en algún momento tienes que cuidarme y esto te sobrepasa, pide ayuda, pero no añadas más sufrimiento a mi situación.

***Y si pierdo capacidades, te pido que me cuides recordando siempre quien soy y el trato que merezco. Perder capacidades nos hace personas más vulnerables, pero no menos dignas.***

***“Dignificar la vejez nos enriquece como sociedad”***

