

Las ideas sobre la vejez están llenas de estereotipos edadistas de los que no somos conscientes. Este hecho no solo perjudica a las personas mayores, sino que supone una pérdida para la sociedad en su conjunto, ya que de esta manera no podemos disfrutar de las aportaciones de las personas discriminadas y no podemos permitirlo, dado que en Galicia tenemos casi un 30 % de personas de más de 50 años de edad. ¿Vamos a desperdiciar a tantas personas?

El edadismo recoge tanto la vulneración de derechos por razones de edad como la invisibilidad con la que viven dentro de los procesos de toma de decisiones sobre su propia vida y la que les rodea.

Esta diferenciación puede adoptar muchas formas: prejuicios y políticas que la perpetúan, además dificultan el vínculo intergeneracional, dañan la salud y la dignidad individual, perjudica a las economías ya las sociedades, niega a las personas sus derechos humanos y su capacidad para alcanzar su máximo potencial; y como sabéis, la herramienta más poderosa de Ategal son las personas, "mezcladas", "juntas" y en las que solo hay un valor: las ganas de conocer, compartir y aprender. No debemos olvidar que la gente joven también sufre del edadismo. En definitiva, el edadismo no solo es injusto socialmente, sino también profundamente incoherente si tenemos en cuenta la situación demográfica gallega, española y europea. No debemos olvidar que la gente joven también sufre del edadismo.

En definitiva, el edadismo no solo es injusto socialmente, sino también profundamente incoherente si tenemos en cuenta la situación demográfica gallega, española y europea. No debemos olvidar que la gente joven también sufre del edadismo.

### **1. Efectos del edadismo**

Según un reciente informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS), el edadismo tiene consecuencias graves y de gran alcance para la salud, el bienestar y los derechos humanos de las personas.

1. Se asocia con una menor esperanza de vida, una salud física y mental más deficiente, una recuperación más lenta y deterioro cognitivo. De hecho, hay numerosos estudios que afirman que una percepción positiva de la vejez incrementa en 7 u 8 años la esperanza de vida.

2. El edadismo reduce la calidad de vida de las personas adultas mayores, aumenta el aislamiento social y la soledad (ambos asociados a graves problemas de salud).

3. Restringe su capacidad para expresar su sexualidad y puede aumentar el riesgo de violencia y abuso contra las personas mayores.

4. Contribuye a la pobreza ya la inseguridad económica de las personas.

## **2. Líneas de trabajo, pongámonos las gafas plateadas o grises para:**

1. Reconocer que el maltrato a las personas en función de la edad es un problema social a combatir: es una de las principales causas de discriminación en el mundo.

2. Desarrollar un trato bueno y adecuado a las personas, independientemente de la edad que tengan. Promover buenas prácticas contra la edad: educarnos contra el edadismo en nuestro día a día, en nosotros mismos, en las personas que nos rodean (tanto mayores como jóvenes).

3. Comprender que la discriminación por edad no es normal. Ante cualquier situación de discriminación por edad, intentemos ponerle fin.

4. Reconocer el papel en la sociedad de las personas en cada etapa de su vida: sus capacidades, su buen hacer

5. Cambiar los estereotipos sobre las personas mayores, favorecer una convivencia intergeneracional inclusiva.

6. Respecto a la diversidad: no tratar a los mayores de forma infantil o paternalista, ni tratar a la juventud como si no tuviesen madurez ni comprensión

7. Concienciar sobre la normalidad del envejecimiento: forma parte de un proceso vital universal que no se debe invisibilizar ni despreciar

8. Potenciar el papel de los medios de comunicación en la lucha contra la edad: promover el respeto, la visibilidad y la importancia de las personas en sus diferentes etapas vitales en todos los ámbitos (política, cultura, ocio, etc.)

9. Implicar a las instituciones para luchar contra las injusticias que provoca el edadismo: Impulsar, tanto en el ámbito público como en el privado, políticas y acciones dirigidas a la lucha contra el edadismo