

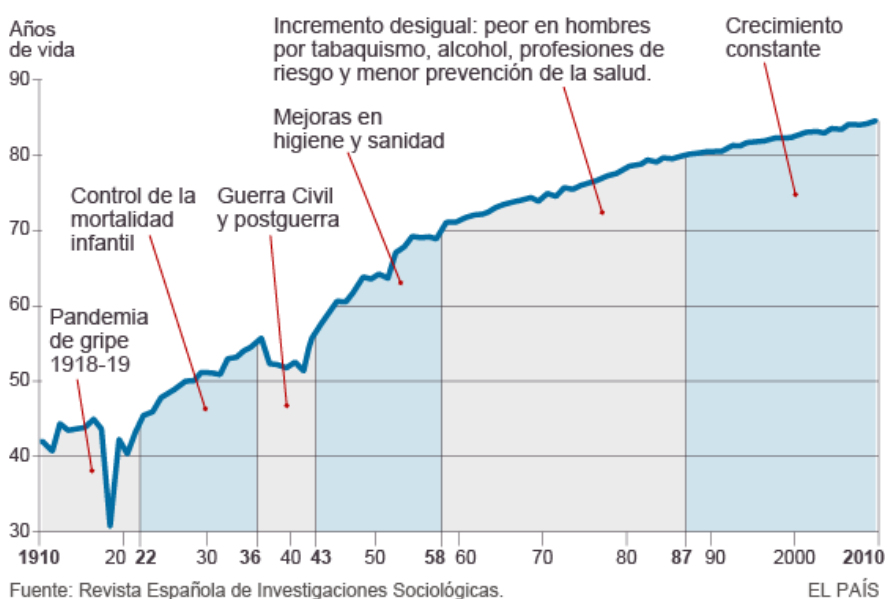
Asignatura Pendiente en el Siglo XXI.

La Federación Galega de Asociacions Universitarias Sénior (Feguas), consciente de nuestra responsabilidad de prevenir a los futuros gallegos que, después de su jubilación disponda de más de un tercio de su vida por delante; han editado un libro de texto para la formación de estas personas en el conocimiento de su Proceso del Envejecimiento y la etapa de la Vejez.

El envejecimiento como proceso y la vejez como etapa comprende casi la tercera parte de nuestra existencia, por lo que es útil reflexionar, investigando y propagando los cambios que se están produciendo en Galicia para que conozcamos los rasgos más destacados con una información objetiva sobre el potencial real de las personas mayores.

La sociedad de mayores gallegos debe adquirir una mentalidad abierta, supere prejuicios y actitudes negativas respecto a este segmento de la población. Se ha de pasar del modelo tradicional de persona mayor en Galicia, deficitaria, en donde todo es pérdida y deterioro, un ser pasivo que solo espera la muerte, **al nuevo modelo de persona mayor, satisfactorio, activo, en formación, que muestra las limitaciones, pero también las posibilidades y ganancias**, y que se adapta a los cambios que se vayan produciendo en la sociedad, transmitiendo a las generaciones siguientes, sus experiencias y conocimientos. No debemos olvidar nunca que la comprensión que una sociedad muestra hacia la persona mayor es un indicador muy sensible sobre el grado de mayoría de esa sociedad.

ESPERANZA DE VIDA AL NACER EN ESPAÑA



Si observamos la grafica del incremento de la esperanza de Vida, y en una reunión de amigos en 1913 tomando café, antes del comienzo de la primera Guerra Europea, cuando la esperanza de vida alcanzaba los 45 años y un tertuliano diera una previsión que, a finales del siglo, la esperanza de vida se duplicaría y pasaríamos a tener una esperanza de 84 años, me imagino que las carcajadas se escucharían en el exterior de establecimiento. Que unido a la pandemia de gripe del 1918, aquella previsión sería un dislate.

La esperanza de vida de los españoles se ha duplicado en apenas cuatro generaciones. Entre 1910 y 2009 la ganancia de un recién nacido ha sido de más de 40 años respecto a la expectativa que tenía su bisabuelo cuando era un bebé. Estos 40 años son el doble de la vida media de una persona hace un siglo. El avance ha sido mayor en mujeres (creció 42,6 años hasta los 84,5) que en hombres (38,8 hasta los 78,4), según un estudio que analiza las causas de este espectacular incremento hasta la primera década de este siglo.

Albert Esteve, director del centro de estudios demográficos en la universidad autónoma de Barcelona. **(El ritmo de aumento anual de la expectativa de vida se mantiene constante en torno a los tres meses y medio o cuatro meses)** Más allá de los años que analiza el trabajo, en la segunda década del siglo XXI “el ritmo de aumento anual [de la expectativa de vida] se mantiene constante en torno a los tres meses y medio; **de forma que cada cuatro años se gana uno**”

Hay quienes defienden que el límite de la expectativa de vida humana está cercano, aunque Esteve se alinea con demógrafos como el estadounidense James Vaupel, muy conocido por sus trabajos en la materia, más optimistas respecto a la extensión de los límites de la existencia humana. **“Si durante los últimos 100 años hemos conseguido vivir unos 40 años más ¿Por qué no vamos a ganar otros 40 en el próximo siglo?”**, se pregunta.

El envejecimiento activo es un campo cuya meta final está en conseguir que cada persona mayor realice su potencial de bienestar a lo largo de su vida. Para ello se ha de sustituir la planificación de atención a la vejez “basada en las necesidades” que contempla a las personas mayores como objetos pasivos en otra **“basada en sus derechos”**. El paradigma del envejecimiento activo reconoce los derechos de las personas mayores, considerando la igualdad de oportunidades para ejercer su participación en procesos políticos, sociales y en otros aspectos de la vida comunitaria.

Todo esto es lo que aportamos en el Libro Blanco de CAUMAS, una formación a lo largo de toda la vida y que los Programas de Mayores de las Universidades Gallegas, nos permiten entrar en este nuevo mundo de FORMACIÓN Y CONOCIMIENTO.

Gregorio Marañón, con 72 años, se expresaba así:

“Vivir no es solo existir sino existir y crea saber gozar y sufrir y no dormir sin soñar, descansar es empezar a morir”.

Alejandro Otero Davila
Alumno del Programa de Mayores de la Universidad de Vigo
Graduado Superior Sénior de los Programas de Mayores
Presidente de FEGAUS
Vicepresidente de CAUMAS.

Fuentes para realizar este texto:

El libro Blanco de Caumas

Albert Esteve Estudios demográficos de la universidad autónoma de Barcelona.