

LA REVOLUCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO EN EL SIGLO XXI

Estos días España ha pasado del quinto lugar en vida “SANA”, al ser **el número uno del mundo**, un éxito de la sociedad, con una sanidad de altísima calidad y un programa de comunicación, formación en la alimentación y vida saludable, que ha partido, desde hace años, desde la infancia en los comedores escolares.

En el año 2050, según las previsiones que se están realizando, será el tercer país más viejo del mundo, detrás de Japón e Italia. Un país que envejece, que estará en primera línea y que seguirá envejeciendo en las próximas décadas; lo que se traduce en la presencia significativa de las personas mayores en la sociedad del siglo XXI. En el año 2050 seguramente tendremos la población más anciana, muy próxima a Japón. Será un país de mayores, lo cual supone la necesidad de una adecuación ajustada a los nuevos tiempos que, debe ser previsto en la actualidad.

En los últimos tres siglos se ha producido una evolución en la esperanza de vida y si queremos comprender esta «revolución demográfica» tenemos que situarnos en el siglo XIX, XX y el actual XXI

Las tres revoluciones del envejecimiento.

Siglo XIX, se caracterizó por un derroche de vida, **alta natalidad y alta mortalidad**.

Siglo XX, por la revolución de la longevidad: **dar más años a la vida**.

Siglo XXI, por compatibilizar la longevidad con la autonomía personal y calidad de vida:

DAR MÁS VIDA A LOS AÑOS.

Será primera vez en la historia que vivirán más personas mayores que jóvenes y esto nos obligará a cambios sociales, económicos, laborales, culturales y políticos, de tal magnitud, que nuestras sociedades resultarán irreconocibles. Se hará necesario desviar una ingente cantidad de recursos hacia los servicios de atención a las personas mayores.

El envejecimiento se plantea como una etapa más del crecimiento humano, diseñando para él, un proyecto de vida y no de muerte. Y ello como consecuencia de otras tres revoluciones: la demográfica, la del conocimiento y la de las expectativas de futuro de las personas mayores. En el futuro, la sociedad que proclama los valores relacionados con la juventud e identifica el envejecimiento con la decadencia y la marginación, se verá amenazada por el hecho de que las personas mayores serán cada vez más, y tendrán un mayor peso en todos los ámbitos; serán mucho más dinámicas, con mayor nivel cultural, mejor información, con más variedad de opciones de ocio y tiempo libre.

Vamos a significar una cuestión que, todavía, en los comienzos de la segunda década del siglo XXI, no ha sido resuelta de manera satisfactoria: la realidad del envejecimiento y la vejez, como proceso individual en el que influyen múltiples aspectos y donde aparece, para la gran mayoría de las personas, una etapa llena de posibilidades.

Es un hecho cierto que las personas viven más años, como consecuencia entre otras causas, de la mayor esperanza de vida al nacer y de la mejora que se está produciendo

en la sanidad, en los servicios sociales para mayores y en la calidad de la alimentación y en los hábitos de vida. Pero si a ello se le suma una disminución de la natalidad, es obvio que aumentará el porcentaje de personas mayores sobre el conjunto de población.

En las organizaciones de los alumnos de los Programas Universitarios de Mayores de las universidades españolas, somos conscientes de esta situación y estamos comprometidos a poner en valor nuestra formación, experiencia profesional y talento, para conseguir un formato de aprendizaje, con el objetivo de DAR MÁS VIDA A LOS AÑOS, apoyándonos en la formación continua a lo largo de la vida.

Si quieres comprender el envejecimiento intenta cambiarlo

Escribe Enrique Pozón Lobato en el **Libro Blanco de CAUMAS**:

“Cambiar es ganar y perder. Dejar algo antiguo y añadir algo nuevo. Si queremos cambiar una situación, debemos también cambiar nosotros, las percepciones que tenemos sobre esa situación, en nuestro caso, la de ser persona mayor”. “Como personas mayores, debemos continuar siendo activas en campos que pueden considerarse extensión de nuestras ocupaciones o aficiones anteriores. Y que la acción educativa tenga su base en la experiencia y en los conocimientos que ya poseemos”.

EL LIBRO BLANCO DE CAUMAS *“Asignatura pendiente en el siglo XXI”* Conocer el proceso del envejecimiento y la etapa de la vejez, nos permite situarnos en esta nueva etapa de nuestra vida, llena de ilusión, positiva, de futuro, con una agenda repleta de proyectos ilusionantes, para servir a la sociedad con nuestra formación, experiencia profesional y talento, que no podemos tirarlo o malgastarlo.

Decía Rosalyn Sussman Yalow (Premio Nobel en Fisiología y Medicina en 1977)

“La emoción del aprendizaje separa a la juventud de la vejez. Mientras estés aprendiendo, no serás viejo”

Alejandro Otero Davila

Alumno del PUM de la Universidad de Vigo

Graduado Superior Sénior del PUM de la Universidad de Vigo

Presidente de FEGAUS

Vicepresidente de CAUMAS y Responsable de Comunicación

Fuentes para realizar este texto:

El libro Blanco de CAUMAS. Asignatura pendiente en el siglo XXI. M-2953-2018