

COMUNICADO DE PRENSA

15 DE XUÑO. DÍA INTERNACIONAL DE TOMA DE CONCIENCIA DO ABUSO E MALTRATO NA VELLEZ

**Grupo de Traballo de Psicoloxía do Envellecemento
Consejo General de la Psicología**

«No ha de ser dichoso el joven, sino el viejo que ha vivido una hermosa vida» Epicuro de Samos (341 AC-270 AC) Filósofo Griego.

Santiago de Compostela, 13 de xuño de 2017- A Organización Mundial da Saúde (OMS) calcula que para o 2025 a poboación de persoas maiores de 60 anos superará os 1200 millóns de persoas, esperando que para o 2020 supere o 20% da poboación do planeta e recorda que o maltrato das persoas maiores é un problema social mundial que afecta da comunidade internacional, de feito considérase non só vixente, senón en proceso aínda de implantación o Plan de Acción Internacional de Madrid Sobre o Envellecemento publicado a raíz da segunda Asemblea Mundial sobre o Envellecemento celebrada en Madrid en 2002.

Este maltrato non sempre é evidente senón que en moitas ocasións pode pasar inadvertido e pode agocharse detrás de comportamentos negligentes e de abandono que provocan, de forma invisible e silenciosa, exclusión e incluso enfermidade non só física, senón tamén mental, de aí que o propio concepto de maltrato sobre os maiores inclúa non só os actos violentos sobre etas persoas, senón que ten en conta a falta de medidas axeitadas para evitalo.

É responsabilidade de todos favorecer a visualización deste problema global e actuar para evitalo, en primeiro lugar, axudando ás persoas a destruír mitos e a tomar consciencia dun problema do que, se non se fai nada, a poboación que o pode chegar a sufrir será cada vez máis numerosa, e é por elo que o Consejo General de la Psicología de España propón o seguinte:

MANIFESTO

O bo trato é universal, é o resultado do respecto dos dereitos, da dignidade da persoa, o bo trato non ten idade e implica recoñecer ao outro de igual a igual.

Algúns dos **principios fundamentais** do bo trato:

1. **Dereito a decidir.** Evitar que os outros decida por el ou por ela, aínda que a veces, a decisión que tome sexa contraria ao que pensan as persoas coas que convive e aman ao maior. **Decidir é un principio e un dereito, non unha elección que dependa dun terceiro.**
2. **Dereito a opinar.** A persoa maior ganouse na súa vida algo tan elemental como o dereito a poder emitir unha opinión e a que esta teña o mesmo peso que o de outros membros do seu ámbito social, familiar ou comunitario.

3. **Dereito a aprender.** A idade non é unha limitación para o aprendizaxe, manter o desexo de aprender é unha fortaleza que mostra curiosidade polo mundo que o rodea, ilusión e motivación para seguir con elo ata o final do camiño emprendido co nacemento.
4. **Dereito a namorarse.** As emocións en moitas ocasións son incontrolables. A persoa maior ten dereito a amar incluso cando haxa enviuvado , sen sentirse axuizado, sen sentirse culpable polo mero feito de amar.
5. **Dereito a expresar as emocións e os sentimentos.** Favorecer a expresión emocional das persoas maiores valorando os seus sentimentos e posibles sufrimentos.
6. **Dereito a denunciar.** Entender que é denunciabile calquera situación de maltrato, negligencia ou sinxelamente trato inadecuado nos seus múltiples perspectivas ou lugares, ámbito familiar ou institucional.
7. **Dereito a xestionar o seu patrimonio.** O patrimonio acumulado é froito do traballo de toda unha vida e soamente a persoa maior debe decidir sobre o mesmo sen delegar en ninguén, sen ser coartado, condicionado ou manipulado por terceiros, ben sexan do ámbito familiar ou do ámbito social.
8. **Dereito a vivir máis e mellor.** A idade non está inexorablemente ligada ao sufrimento, a persoa maior ten dereito a vivir nunhas condicións dignas, dereito a unha asistencia psicolóxica, sanitaria e social axeitada as súas necesidades e procurando con elo mellorar a calidade de vida.
9. **Dereito a acceder ás novas tecnoloxías.** As persoas maiores poden integrarse e formarse nas TIC. É unha obriga da sociedade facilitar o acceso ás persoas maiores, tendo en conta as capacidades de acceso ás mesmas.
10. **Dereito a gozar da súa sexualidade.** A sexualidade é unha expresión humana independentemente da idade, de si se ten parella ou non e de se se vive de forma independente ou nun contorna residencial. É acceso a unha sexualidade libre, digna e positiva ten que ser universal nas persoas maiores.
11. **Dereito a decidir sobre a súa propia morte.**
 - A vontade sobre o dereito a unha morte digna das persoas será respectada mediante a elaboración dun testamento vital no caso de perda das facultades intelectuais froito dalgunha demencia ou de outros problemas neurodexenerativos ou vasculares.
 - Dita vontade poderá articularse a través dunha lexislación que vele, ademáis de por o dereito a morrer dignamente, polo dereito a garantir ás persoas unha sanidade de acceso libre, gratuíta e dunha calidade que asegure a saúde dos individuos independentemente da súa idade.
12. **Dereito a preservar a identidade persoal e a dignidade.** Dereito á liberdade, á autonomía, a ter un trato acorde a súa historia de vida, a ser respectado nas

decisións, a que se lle dea a información sobre o estado de saúde e decidir que fai con ela.

13. Dereito a non ser tratado de maneira infantil. Respecto a situacións como:

- Falar demasiado lento, como se non fora capaz de comprender o que se lle está dicindo.
- Falar co volume moi alto, porque dáse por sentado que está xordo.
- Utilizar frases e vocabulario infantil: “meu amor”, “ceo”, “cariño”, alcumes (“bo/boa chico/a”), termo de ancián/a, avó/avoa, abueliño/a, “meus nenos”.
- Uso de tuteo sen permiso da persoa.

14. Dereito a intimidade (hixiene, soidade, sexo, etc). Non acceder aos espazos privados sen chamar, nin utilizar as chaves do domicilio familiar aínda se sexa familiar directo, non abrir as súas cartas recibidas por correo posta, non acceder aos seus enseres persoais. Este dereito esta especialmente vulnerado nas residencias de persoas maiores onde hai que ter en conta que as portas están para ser pechadas sobre todo cando a persoa ten algún problema cognitivo.

15. Dereito a elixir libremente. Desde cuestións sinxelas ata cuestións complexas, en función á capacidade cognitiva, elixir o que comer, beber ou facer e non ser forzado a actuar dunha maneira que impida a capacidade de elección.

16. Dereito a promover o empoderamento. Todas as persoas precisan sentirse útiles e esa utilidade está relacionada coa dignidade, a autoestima e o sentido da vida. Se “xa non” son capaces de facer as cousas como as facían antes xa non valen para nada. Frases como “eu xa non podo facelo”, “eu xa non son capaz”, provocan sentimentos negativos e de inutilidade.

17. Dereito a ter o control. As persoas maiores deben ter control sobre as súas pertenzas, cartilla bancaria, correspondencia, teléfono, pensión. Eles son autosuficientes para dicir cómo queren xestionalas e qué queren facer con elas. Poden decidir en qué gastar os seus cartos e esta decisión debe ser respectada en todo momento aínda que non se estea de acordo con ela.

18. Dereito a non ser inmovilizado.

- As subxeccións das persoas mediante elementos de fixación física en caso de ter algún tipo de demencia, este tipo de elementos xeran forte sensación de malestar e multitude de efectos negativos sobre a saúde física e psicolóxica.
- Os tratamentos farmacolóxicos que anulan a capacidade de mobilidade das persoas poden ser substituídos por técnicas psicolóxicas que preveñen das contraindicacións dos medicamentos e que preservan a dignidade das mesmas.

19. Dereito a non ser polimedicado innecesariamente. A unha avaliación competente por parte do/a profesional sanitario axeitado, a recibir o tratamento menos invasivo, a que non se acumulen fármacos innecesarios, a non ter

efectos secundarios que alteren as capacidades funcionais da vida diaria como consecuencia do abuso dos fármacos.

¿Qué se pode facer?

1. Promover campañas de sensibilización sobre o valioso das persoas maiores.

- Partindo da base de que as persoas son valiosas independentemente da súa idade e do seu estado. A experiencia e sabedoría acadada pola idade é un punto positivo e debe ser tido en conta.
- Promover a participación en actividades sociais, de ocio, culturais.

2. Promover a participación das persoas maiores na sociedade.

- Desde as distintas comunidades, concellos ou deputacións, poñer en marcha programas que promovan actividades destinadas ás persoas maiores, para que poidan compartir as súas experiencias. Un anciá que non comparte as súas experiencias é porque ninguén lle pregunta sobre a súa vida, o cal lles leva á depresión e morrer antes de tempo porque se senten inútiles.

3. Eliminar a linguaxe estigmatizante.

- Evitando expresións como por exemplo “clase pasiva”, “asistido”, “enfermo de”. As súas achegas, en moitos casos permiten o sostén da sociedade actual.

4. Fomentar as relacións sociais.

- Evitando o illamento social, que é un dos principais problemas da poboación maior independentemente de que vivan no seu propio domicilio ou nun ambiente máis institucionalizado como pode ser unha residencia de maiores ou vivendas tutelares.

5. Promover servizos específicos destinados ao Maltrato á persoa maior.

- Servizos similares ao 016 ou á lei de violencia de xénero que asegure e protexa á poboación maior vítima de maltrato físico, psicolóxico ou económico. Evitando desta maneira o aproveitarse das persoas maiores.

6. Promover un coidado axeitado.

- Formación específica nun bo trato ao maior, coidados centrados na persoa, na súa historia de vida, nos seus aspectos como a alimentación, vestido, hixiene ou outros aspectos persoais. Eleccións propias e individuais e coa súa participación.

7. Promover un bo deseño ambiental.

- Logrando contornas saudables, accesibles, cómodas, seguras e significativas; manifestando de diferentes formas como instalacións eléctricas seguras, mobiliario axeitado, habitacións coa temperatura axeitada, casa acolledora e limpa, iluminación suficiente, eliminación de barreiras arquitectónicas.

8. Coidar a persoa coidadora.

- Poñendo en marcha campañas de sensibilización cara as persoas que, (xa sexa dentro ou fóra do ámbito familiar ou de maneira profesional, familiar ou voluntaria), coidan destas persoas, aportándolles servizos de apoio psicolóxico para aliviar a sensación de sobrecarga que aparece froito do estrés dos coidados.

9. Promover o bo trato nos medios de comunicación.

- Evitando a estigmatización das persoas maiores, as imaxes que xeran e potencian os tópicos e os estereotipos, que deixen de ser noticias cousas tan sinxelas como os maiores que fan cousas completamente normais como bailar, facer turismo, casarse ou acabar unha carreira universitaria como se fora un logro case imposible de conseguir.

10. Potenciar os servizos de atención psicolóxica para as persoas maiores.

- Para que poidan traballar as súas emocións, os seus sentimentos, os seus anhelos, os seus desexos, proxectar un futuro, facilitar a súa toma de decisións, o seu desenvolvemento persoal e afectivo, en definitiva, para seguir sendo o que cada un de nos somos desde o mesmo momento de nacer ata o último día da nosa vida, o da nosa morte. O dereito a ser considerado e tratado como unha persoa en todas e cada unha das súas facetas.

Saúdos,

Se desexan **ampliar a información**, contacten co **departamento de comunicación** do Colexio Oficial de Psicoloxía de Galicia:

981 534 049 / 699 908 968

comunicacion@copgalicia.gal