

## Alcanzar la buena vejez, un proyecto colectivo

Gracias al aumento en la esperanza de vida, la edad media de la población cada vez es más alta en una etapa vital que no tiene por qué mirarse con negatividad o temor. No obstante, las personas mayores y las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo se ven obligadas a vivir en un mundo que a menudo les infantiliza, les trata con paternalismo y no les deja decidir por sí mismas.



*J.L. Corretjé. Plena inclusión España*

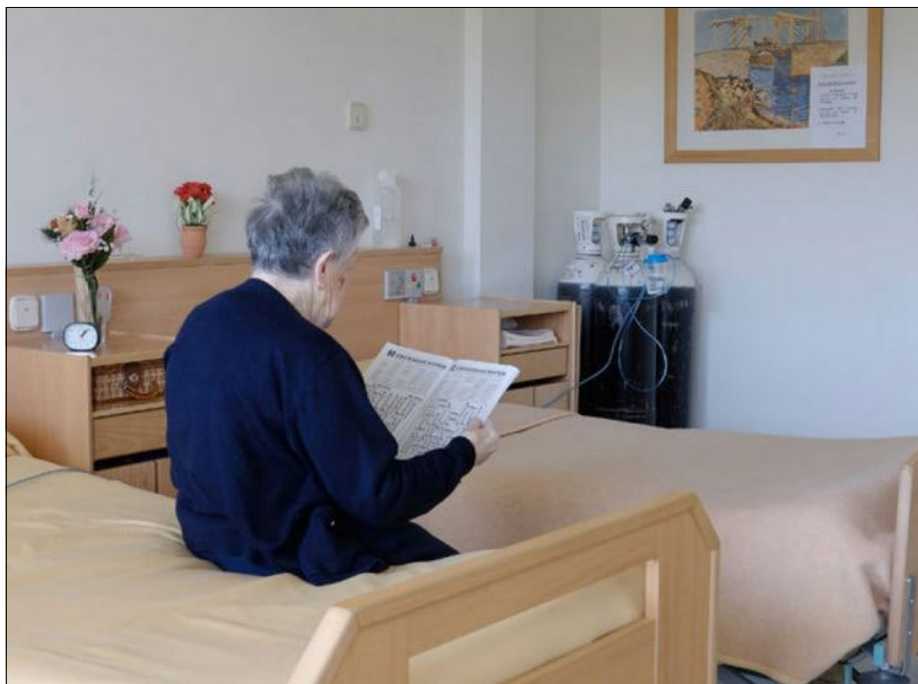
En muchos casos, ambos grupos humanos se enfrentan a incapacitaciones judiciales, a vivir en residencias o a que se les estigmatice socialmente con prácticas como el capacitismo o el edadismo. El 1 de octubre se celebró el Día Internacional de las Personas Mayores. En este reportaje queremos asomarnos a experiencias respetuosas con el proyecto vital de quienes envejecen.

“La crisis provocada por la pandemia de la COVID-19 ha tenido un impacto desproporcionado sobre las personas mayores y ha evidenciado una profunda crisis estructural en el sistema de cuidados de larga duración y en las residencias, así como una falta de respuestas adecuadas a sus necesidades y derechos por parte de los poderes públicos”, afirma el Manifiesto de la Mesa

**Las personas no nacen mayores. Tienen una biografía existencial y emocional muy rica que a veces no se tiene en consideración**

Estatal por los Derechos de las Personas Mayores, que se publicó el 1 de octubre en el que Plena inclusión también participó y suscribió.

Ante los retos que se plantean para todas las personas que alcanzan “el atardecer de sus vidas”, como decía San Juan de la Cruz, organizaciones sociales como Plena inclusión y muchas otras llevan años promoviendo programas de ‘buena vejez’ y ‘envejecimiento activo’. Enfocar la ancianidad como un tiempo de cosecha que les garantizan vidas plenas, sanas y elegidas supone un



mayor respeto de su voluntad. “Javier Tamarit, jugando con las palabras, habla de la necesidad de convertir las ‘vidas planas’ en ‘vidas plenas’. Y eso es lo que buscamos con los apoyos que les damos”, explica Rosa Pérez, técnica del Programa de Mayores de Plena inclusión España.

El propio Tamarit, quien a lo largo de su trayectoria en Plena inclusión ha hablado a menudo de cómo enfocar los proyectos con personas mayores con discapacidad intelectual, ya decía en 2014: “Las personas no nacen mayores. Tienen una biografía existencial y emocional muy rica que a veces no se tiene en consideración”. Y prosigue: “También llevan consigo su propia voz. Por eso debemos respetar su derecho irrenunciable a ser escuchadas y que sus decisiones sean tomadas en cuenta”.

En sintonía con estos principios, entidades del movimiento asociativo de Plena inclusión llevan años desarrollando proyectos que utilizan la Planificación Personal por Adelantado o la recuperación de la historia personal como técnicas de acercamiento a la voluntad de la

persona. Una de ellas es la Fundación Gil Gayarre, de Plena Madrid, que acumula en el último tiempo varios premios (solo en 2020 ya ha recibido tres: ABC Solidario,

**Todas las personas tienen derecho a expresar sus deseos. Y muchas veces este futuro deseado se puede hacer realidad**

Fund. La Caixa y Fund. EDP) como reconocimiento a la calidad y valor de las acciones que despliega.

“Todas las personas tienen derecho a expresar sus deseos. Y muchas veces este futuro deseado se puede hacer realidad”, defiende Mireya Gómez responsable del programa ‘Envejecer bien’ de la Fundación Gil Gayarre. Esto es lo que consiguieron en el caso de Santos (83 años, en la fotografía), que albergaba el sueño de montar en globo. O cómo lograron que se cumpliera la voluntad expresada por Ricardo de viajar a Roma para conocer al Papa (en

la foto de portada de este VOCES). Igual pasó con otros anhelos del más del centenar de personas mayores con discapacidad intelectual que participan en su programa envejecimiento activo.

Gil Gayarre lleva tiempo

desarrollando actividades en esta

línea que han mejorado la calidad de la vida de las 150 personas mayores a las que apoyan en sus centros de Pozuelo y San Sebastián de los Reyes (Madrid). “Hacemos un trabajo individualizado con técnicas que ponen a la persona en el centro de su vida. Pretendemos conseguir que todas las decisiones se basen en el respeto a su voluntad. Para conseguirlo, trabajamos con las familias para que entiendan que, pese a la edad y al proceso de deterioro, sus familiares tienen su valor y sus deseos”, argumenta Gómez.

Todas las personas a las que atendemos, independientemente de su condición y circunstancias vitales, tienen un proyecto respecto a cómo quieren acabar su vida. Lo importante es saber escucharlas para averiguarlo

## CUANDO EL FINAL ESTÁ CERCA

Plena inclusión también está junto a las personas cuando el final de la vida se acerca. La Fundación San Cebrián, junto a Asprodes y Plena inclusión Castilla y León desarrolla, desde febrero de 2019 el proyecto INTECUM, una iniciativa pionera en España de cuidados paliativos en el domicilio promovida y financiada por la Junta de Castilla y León. Aunque no se trata de una acción dirigida específicamente a las personas mayores, gran parte de las beneficiarias tienen edades avanzadas. “Todas las personas a las que atendemos, independientemente de su condición y circunstancias vitales, tienen un proyecto respecto a cómo quieren acabar

La Fundación San Cebrián, con una trayectoria de 40 años de compromiso con las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo, ha asumido el reto de abrirse a trabajar con otros colectivos

su vida. Lo importante es saber escucharlas para averiguarlo”, asegura Eva del Río, directora de la Fundación San Cebrián.

El proyecto de atención domiciliaria y apoyo al duelo, que va a dirigido a personas con enfermedades incurables que han pasado por

cuidados paliativos en centros hospitalarios, les permite contar con todo el apoyo que necesitan para finalizar su vida junto a los suyos. En la práctica totalidad de los casos se ha logrado un alto grado de satisfacción en familias y usuarios por lo que esta experiencia, que se ha iniciado solo en la provincia de Palencia, terminará extendiéndose como buena práctica a otros lugares del Estado.

La Fundación San Cebrián, con una trayectoria de 40 años de compromiso con las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo, ha asumido el reto de abrirse a trabajar con otros colectivos “porque apoyar un proyecto de vida, entendemos que es igual para todas las personas”, señala su directora, Eva del Río.