

Únete al movimiento, ¡la edad no nos define!



El edadismo es la forma en la que pensamos, sentimos y actuamos frente a la edad y el envejecimiento. Aunque puede afectar a personas de cualquier edad, es más común que se presente la discriminación contra personas mayores.

Te presentamos algunas manifestaciones del edadismo y cómo evitarlas:

1. Creencia de que la vejez es incapacidad:
Creer que las personas adultas mayores son frágiles e incapaces de aprender cosas nuevas o realizar sus tareas diarias.

¿Qué hacer?

Promueve la autonomía del adulto mayor, permite que se exprese, tome sus decisiones y se involucre en la sociedad y en las actividades que disfruta.

2. Discriminación laboral:
Esta surge debido a suposiciones sobre su capacidad para realizar tareas que se le asignan o adaptarse a nuevas tecnologías.

¿Qué hacer?

Busca oportunidades para interactuar y aprender de personas de todas las edades. Si tienes un negocio o estas a cargo del reclutamiento de empleados, ofrece oportunidades de trabajo a personas mayores con destrezas acorde a lo que necesitas.

3. Limitación de acceso a la atención médica:
En ocasiones, los profesionales de la salud pudieran dar poca prioridad a los síntomas que experimenta un adulto mayor.

¿Qué hacer?

Aboga por la equidad y el respeto a las personas adultas mayores. Si eres un proveedor de salud, edúcate sobre atención equitativa centrada en la persona sin importar su edad.

4. Aislamiento:
Debido al estigma asociado con el envejecimiento y falta de oportunidades de interacción, ciertas personas mayores podrían experimentar aislamiento social.

¿Qué hacer?

Ofrece tu apoyo y amistad a personas mayores, y bríndales, ayuda y compañía cuando así lo acuerden. Identifica intereses que compartas con personas de otras edades, reconoce sus logros y capacidades en todo momento.

5. Negligencia y abuso:
Pueden enfrentar negligencia, abuso físico, emocional o financiero debido a actitudes negativas hacia la vejez.

¿Qué hacer?

Busca información sobre el edadismo y su impacto en la salud y el bienestar, y compártelo con quienes conoces.