

MANIFIESTO POR UN ENVEJECIMIENTO DIGNO

En aproximadamente 30 años, se ha duplicado el número de personas mayores de 65 años en España gracias a unas mejores condiciones sanitarias y una mayor calidad de vida. Al mismo tiempo, nuestra tasa de natalidad también ha cambiado; el índice de fecundidad es de 1,3 hijos, una cifra insuficiente para que se produzca el relevo generacional. Como resultado de estas dos tendencias, **se está incrementando el envejecimiento de la población que, aunque es un fenómeno generalizado y global, resulta especialmente llamativo en el caso español.**

El envejecimiento es un proceso natural que afecta a todos los organismos vivos y que supone un deterioro continuado de sus funciones vitales. Teniendo todos estos factores en cuenta –mayor esperanza de vida, envejecimiento poblacional, estancamiento demográfico-, es el momento de re-plantearnos la importancia y el valor de un envejecimiento digno y vital.

La Organización Mundial de la Salud define el envejecimiento activo como el proceso por el que se optimizan las oportunidades de salud, participación y seguridad a fin de mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen. **Desde la Sociedad Española de Medicina Estética queremos reivindicar la importancia que tiene para toda la sociedad, más allá del envejecimiento activo, el derecho a un proceso de envejecimiento digno que tiene por objetivos proteger la calidad de vida de cada individuo, el valor y capital humano que nos ofrecen nuestros mayores, y que pone el acento en un nuevo concepto de salud que implique un estado de bienestar general y no sólo de ausencia de enfermedad.** Es decir, reivindicamos el derecho de cualquier ser humano a poder cuidar de su salud física y psíquica –con todo lo que ello implica- para poder seguir siendo un activo importantísimo para la sociedad también en la ancianidad, garantizar en la medida de lo posible su independencia, presente y futura, y revalorizar las aportaciones que ofrecen a la sociedad, en general, los miembros de la tercera edad.

Al fin y al cabo, cuando hablamos de envejecimiento “digno”, estamos hablando de un envejecimiento correspondiente y proporcionado al mérito que todos merecemos, ya que todos trabajamos por crear una sociedad mejor y somos causa de los desarrollos y avances de nuestra propia historia: trabajadores –tanto empresarios como empleados-, familias, amos de casa, políticos, funcionarios y activistas.

Por todo ello, manifestamos que:

1º En una sociedad como la española, donde el relevo generacional ya no está garantizado, debemos prestar especial atención a cómo proteger y cuidar a nuestra población joven y de mediana edad. Aquí, hay que tener en cuenta nuestra propia idiosincrasia como estado, la alta tasa de desempleo junto con la actual crisis económica -que ha empeorado el poder adquisitivo de la población joven y de mediana edad y retrasado un programa político por la conciliación laboral y familiar, así como el de la búsqueda de igualdad entre varones y mujeres- hace que muchas personas que optarían por la maternidad y la paternidad como parte de su proyecto de vida, vean dificultades a la hora de alcanzar este objetivo, ya sea por la falta de empleo o por un concepto de vida laboral difícilmente compatible con otros proyectos; resaltando, además, que un alto porcentaje de las personas y parejas que deciden finalmente iniciar un proyecto de familia deben contar con la ayuda imprescindible de sus progenitores (abuelos) para hacer viable el proyecto. Estas mismas variables empeoran la calidad de vida de toda nuestra población activa y empleada debido a la falta de tiempo y de recursos, dificultando una vida saludable que implica la realización regular de ejercicio, una alimentación sana, descanso apropiado y un nivel de estrés soportable para garantizar estabilidad emocional.

Por eso, nuestra primera petición va dirigida hacia los organismos públicos, partidos políticos, gobiernos –de todos los niveles de administración- y asociaciones de empresarios. Demandamos un nuevo avance en las políticas de conciliación laboral, y hacemos un llamamiento a todos los movimientos –institucionalizados o no- que estén luchando por una mejora de estas condiciones a unirse a este manifiesto; nuestro objetivo es favorecer una vida más vital, activa y saludable en todos los sentidos para mejorar las condiciones del proceso de envejecimiento y creemos que esto, sólo se puede lograr, si comenzamos por mejorar nuestra forma de vida desde la base.

Estamos seguros de que una mejor conciliación pactada de la vida laboral y familiar, mejorará las condiciones de vida de la población disminuyendo el nivel de estrés y permitiendo un mejor aprovechamiento del tiempo de ocio para practicar una vida más sana física y emocionalmente, además de otras muchas ventajas sociales que tienen que ver con promover nuevos proyectos empresariales, creación de empleo y, desde luego, mejora de la productividad global.

2º Después de la reforma de 2011, que aumenta la edad de jubilación a 67 años y los años de cotización para cobrar la máxima pensión, y teniendo en cuenta la gran crisis económica en la que nos hemos sumergido desde hace años y que, a pesar de las aparentes mejoras, sigue afectando a millones de personas que están forzosamente desempleadas, **demandamos una Política de Estado con miras a largo plazo y que implique un consenso y un pacto entre las principales fuerzas políticas. Un pacto que no solo valore el impacto económico presente sino que permita paliar, también, el impacto futuro. Para ello, creemos necesario una apuesta, en firme, por la investigación biomédica para profundizar en el conocimiento de los procesos íntimos del envejecimiento con el objetivo de mejorar sus efectos más adversos e incrementar el bienestar y la calidad de vida de nuestros mayores, ya que son un bien imprescindible y particularmente vital para nuestra sociedad.** Al fin y al cabo, nuestros mayores han sido actores imprescindibles para frenar los efectos de esta crisis, no solo económicamente, sino también con el cuidado de los nietos y qué duda cabe de que lo seguirán siendo, y aún más, en un futuro en el que la edad de jubilación superará el comienzo de la tercera edad y en el que muchos pensionistas deberán seguir trabajando para poder subsistir y dar apoyo a los miembros más jóvenes de sus familias.

3º Por último, en los últimos años, fruto de la investigación y de los nuevos valores sociales, han ido surgiendo un importante número de disciplinas bio-sanitarias que ponen el acento en la prevención. Todas ellas fundamentales para garantizar el bienestar de las personas y mejorar sus formas de vida.

Los médicos estéticos cubrimos un vacío importante en salud, ya que uno de los objetivos de esta disciplina es mejorar los efectos del envejecimiento y el futuro de nuestros pacientes e, incluso, prevenir futuras enfermedades, ya que, al tratar los problema estéticos presentes (imposibles de asumir por el Sistema Público de Salud) y siendo imprescindible para su mejora, consolidación y prolongación de resultados, el asesoramiento y re-educación sobre hábitos de vida saludable, contribuimos a la prevención del desarrollo de graves patologías como el cáncer o las enfermedades cardiovasculares. Al igual que nuestra disciplina, otras muchas han aparecido en los últimos años como entidades diferenciadas, cubriendo nuevas necesidades como son la podología, la fisioterapia, la odontología y la psicología, por ejemplo.

Consideramos que, teniendo en cuenta precisamente las nuevas necesidades sobre un proceso de envejecimiento digno, debe reevaluarse el marco del sistema sanitario español para incluir y regular estas ramas de la medicina con el fin de dar acceso a toda población a estos servicios, con total garantía de eficacia y seguridad, no sólo de tratamiento sino también, como prevención hacia un envejecimiento saludable que posibilitará una mejora de la calidad y sostenibilidad del Sistema Nacional de Salud. Lo que reclamamos en estas líneas es que se abra un debate tanto por parte de las instituciones públicas, como en la sociedad para reevaluar nuestro modelo sanitario de cara a garantizar un envejecimiento digno.