Construcción de un Envejecimiento digno para todos y todas

Por Carolina Moraga Paredes. Académica Facultad de Medicina, Universidad Central

Este año, el Día Internacional de las Personas Mayores nos invita a reflexionar sobre el tema “Envejecer con dignidad”, destacando la importancia de reforzar los sistemas de apoyo y cuidado para mejorar la calidad de vida de las personas mayores en todo el mundo.

Desafortunadamente, en nuestra sociedad, muchas personas mayores enfrentan barreras que limitan su posibilidad de envejecer dignamente. Estas dificultades provienen de factores sociales, culturales, económicos y educacionales, tanto individuales como estructurales. El derecho a una vejez digna no siempre se ve garantizado, y en gran parte, esto se debe a la forma en que nuestra sociedad percibe y trata a las personas mayores.

Una de las grandes barreras es la discriminación por edad, también conocida como Edadismo. De acuerdo con el Informe Mundial sobre el Edadismo de la Organización Mundial de la Salud (OMS) de 2022, esta forma de discriminación no sólo reduce la calidad de vida de las personas mayores, sino que también aumenta su soledad y aislamiento, restringe su capacidad para expresar su sexualidad y eleva el riesgo de sufrir violencia y abuso. Estos factores afectan la salud mental y física de las personas mayores, pudiendo disminuir su esperanza de vida.

En este contexto, es fundamental que como sociedad tomemos medidas para combatir el edadismo. Una de las vías para lograrlo es a través de los medios de comunicación, que juegan

un papel clave en la construcción del imaginario colectivo sobre la vejez y el envejecimiento en la población. La forma en que los medios presentan a las personas mayores influye directamente en cómo la audiencia percibe el envejecimiento, en el fondo si solo se destacan imágenes de enfermedad y fragilidad, estaremos perpetuando estereotipos negativos, base para la exclusión social de la población mayor.

En Chile, hemos visto avances en la representación mediática de la vejez. Cada vez más, las teleseries incluyen personajes mayores en roles protagónicos, mostrándolos como sujetos plenos, con vidas activas y significativas. Además, en los últimos años, la prensa, los espacios radiales, cuentas de Instagram, podcasts, han comenzado a explorar relatos y experiencias de envejecimiento, contribuyendo a modificar esa imagen histórica que asocia la vejez con dependencia y enfermedad.

La Gerocomunicación, o comunicación sobre el envejecimiento, es clave para transformar la percepción social de la vejez. Al mostrar una imagen diversa y realista de las personas mayores, los medios no solo combaten estereotipos, sino que también respaldan políticas públicas inclusivas que reconocen la variedad de formas de envejecer. Reforzando la necesidad de sistemas de atención que respeten las particularidades de las diversas trayectorias de envejecimiento, asegurando que se reciban apoyos acordes a las necesidades y circunstancias.

Sólo si comenzamos a cambiar la narrativa, podremos construir una sociedad que no tema envejecer, que valore a la población mayor y garantice su derecho a una vida plena y digna. Es una oportunidad para reafirmar nuestro compromiso con un futuro en el que todas las personas envejezcan con dignidad, respeto y participación plena en la sociedad, hasta el final de su vida.