

Carta abierta de derechos y deberes de las personas mayores



Versión Lectura Fácil

Consejo Asesor de las Personas Mayores.
Departamento de Promoción de las Personas Mayores.
Dirección de Servicios de Infancia, Juventud y Personas Mayores.
Área de Cultura, Educación, Deportes y Ciclos de Vida.
Ayuntamiento de Barcelona.

Adaptación a lectura fácil: Mariona Carretero y Laia Vidal
(Asociación Lectura Fácil)

Maquetación: Carmen Guiral



El logotipo LF identifica que este texto sigue las directrices internacionales de lectura fácil de la IFLA (International Federation of Library Associations and Institutions) y de Inclusion Europe en cuanto al lenguaje, el contenido y la forma, con el objetivo de facilitar su comprensión. Lo otorga la Asociación Lectura Fácil (www.lecturafacil.net)

Índice de contenidos

1. Glosario	4
2. Prólogo	8
3. Derechos	12
3.1. Derecho a la igualdad y al buen trato	13
3.2. Derecho a la participación social y cultural	15
3.3. Derechos económicos y sobre el patrimonio	18
3.4. Derecho a la vivienda digna	19
3.5. Derecho a la atención sanitaria	20
3.6. Derecho a recibir recursos y servicios de cuidado y autocuidado	23
3.7. Derechos en situaciones de emergencia	24
4. Deberes	26

1. Glosario

Autonomía:

La autonomía personal es la capacidad de una persona para elegir, tomar decisiones y asumir sus consecuencias.

El concepto contrario a autonomía no es dependencia, sino **heteronomía**.

Significa vivir según unas reglas impuestas sin tener capacidad para decidir.

El derecho a la autonomía hace referencia a garantizar que todas las personas pueden tener un proyecto de vida propio y tomar decisiones cuando quieran.

Pero si una persona tiene problemas para decidir, lo pueden hacer otras personas mediante recursos de apoyo.

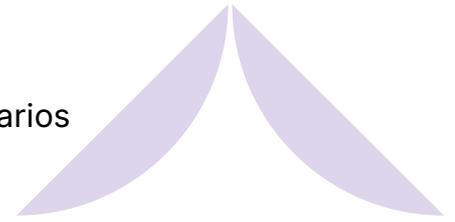
Atención integral centrada en la persona:

Es una manera de actuar teniendo en cuenta a las personas:

- ▶ Promueve que sean autónomas.
- ▶ Establece las condiciones para mejorar su calidad de vida y su bienestar.
- ▶ Respeta la dignidad, los derechos, los intereses y las preferencias.
- ▶ Cuenta con su participación.

Atención integral social y sanitaria:

Es un modelo para atender a las personas que se basa en que los profesionales y las organizaciones de los servicios sociales y de los sanitarios trabajan de manera colaborativa.



El objetivo es conseguir buenos resultados en salud y bienestar, utilizar de manera adecuada los recursos y ofrecer una buena experiencia de atención.

Así, se garantiza la **atención integral** y la **atención centrada en la persona**.

Este modelo implica que participen todas las partes: ciudadanos, profesionales, agentes comunitarios, gestores, y más, para ofrecer servicios orientados a las necesidades de las personas y de la comunidad.

Dependencia:

La necesidad de ayuda que tienen algunas personas para hacer las tareas de la vida diaria.

Lo contrario de dependencia es independencia.

Las personas mayores en situación de fragilidad o dependencia pueden tener una autonomía personal reducida.

Discriminación:

Según el Comité de Derechos Humanos de las Naciones Unidas, la discriminación es distinguir, excluir, restringir o tener preferencias por una persona según la raza, el color, el sexo, el idioma, la religión, la opinión política, el origen nacional o social, la posición económica, el nacimiento o cualquier otra condición social.

El objetivo o el resultado de estos actos es anular o perjudicar los derechos humanos y las libertades de las personas.

Edadismo:

Estereotipos y prejuicios que llevan a la discriminación de una persona por su edad.

Sobre todo para las personas mayores.

Envejecimiento saludable:

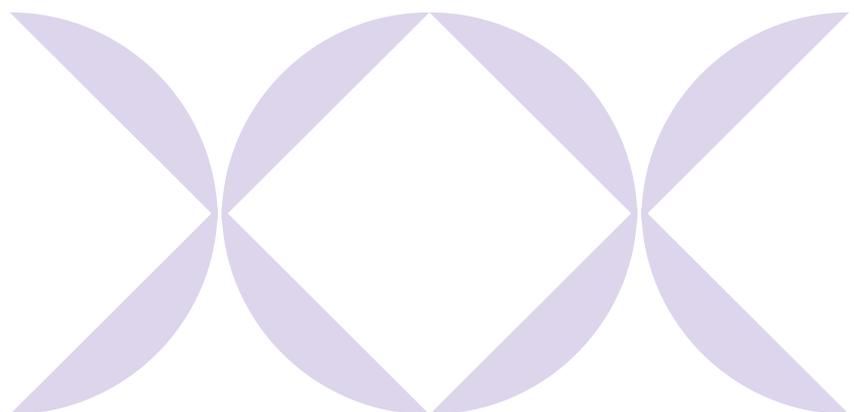
Fomentar y mantener la capacidad de las personas para que puedan hacer actividades que promuevan su bienestar. Eso permite que tengan bienestar cuando son mayores, y que sean y hagan lo que para ellas es importante.

Maltrato:

Hacer daño o angustiar a una persona mayor cuando hay una relación de confianza.

También se puede definir como:

Cualquier acto u omisión que sufra una persona mayor y que vulnere la integridad física, psíquica, sexual, económica, el principio de autonomía o un derecho fundamental del individuo, que la persona perciba o que perciba otra persona, sin que importe qué intención tiene ni en qué contexto pasa.





2. Prólogo

¿Qué implica el envejecimiento de la población?

En relación con el envejecimiento se han conseguido muchos derechos, pero todavía tenemos que conseguir más, y tenemos que poder aplicarlos.

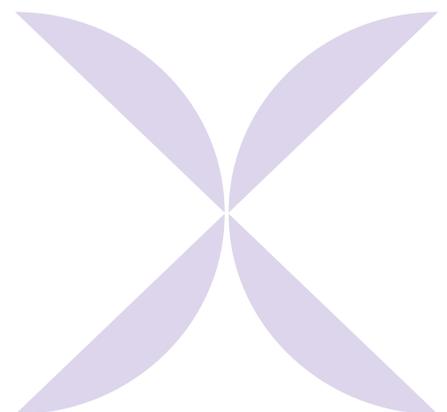
Cada vez hay más personas mayores, más mujeres mayores y más personas centenarias.

Esta realidad cuestiona el modelo social actual, basado en valores del individualismo y en una concepción de autonomía arraigada a la idea de juventud.

¿Qué valores hay que garantizar ante el envejecimiento de la población??

Una sociedad envejecida nos pide una ciudadanía corresponsable, con los siguientes valores:

- ▶ Igualdad.
- ▶ Equidad.
- ▶ Justicia.
- ▶ Solidaridad.
- ▶ Respeto por las diferencias.



¿Qué aporta la Carta abierta de derechos y deberes de las personas mayores?

Utilizar los valores mencionados para crear una sociedad sin discriminaciones, especialmente que se esfuerce por la eliminación del **edadismo**.

La crisis de la Covid-19 ha evidenciado que hay que luchar por nuestros derechos en contra de las discriminaciones.

¿Cómo construir un envejecimiento digno?

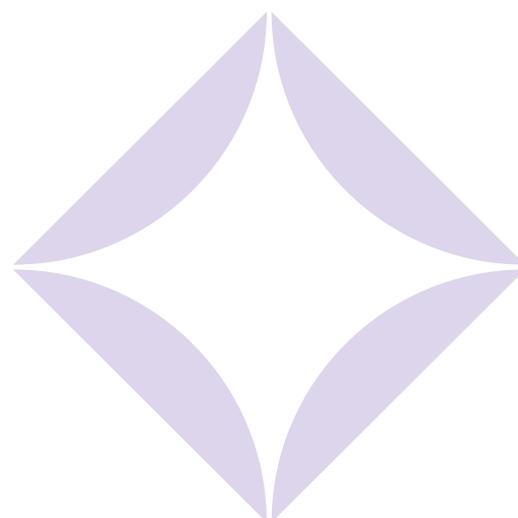
- ▶ Haciendo valer nuestras decisiones como personas mayores.
- ▶ Promoviendo espacios para hablar y decidir entre nosotros.
- ▶ Accediendo a recursos y servicios que dignifiquen nuestras vidas.

¿Cuál es el principio básico de las actuaciones hacia las personas mayores?

El buen trato es el principio básico.

Sobre todo respecto a las personas con **dependencia**, para que puedan ejercer sus derechos con igualdad, respeto y dignidad como ciudadanos y ciudadanas de pleno derecho.

Este principio aparece en los documentos anteriores que recogen los derechos de las personas mayores, que tienen como eslogan la frase «Buen trato en todo momento».



¿Cuál es el objetivo de la carta?

El objetivo de la carta es prevenir la **discriminación** y respetar y proteger los derechos humanos.

La Agenda 2030 para el desarrollo sostenible también forma parte de estos derechos para garantizar un envejecimiento digno.

También nos permite añadirnos al impulso por la realización de la Convención sobre los derechos humanos de las personas mayores que se promueve en las Naciones Unidas desde el 2011.

¿Cómo se creó la carta?

La carta es el resultado de un proceso participativo iniciado en el 2003 en los consejos de personas mayores de los distritos de la ciudad.

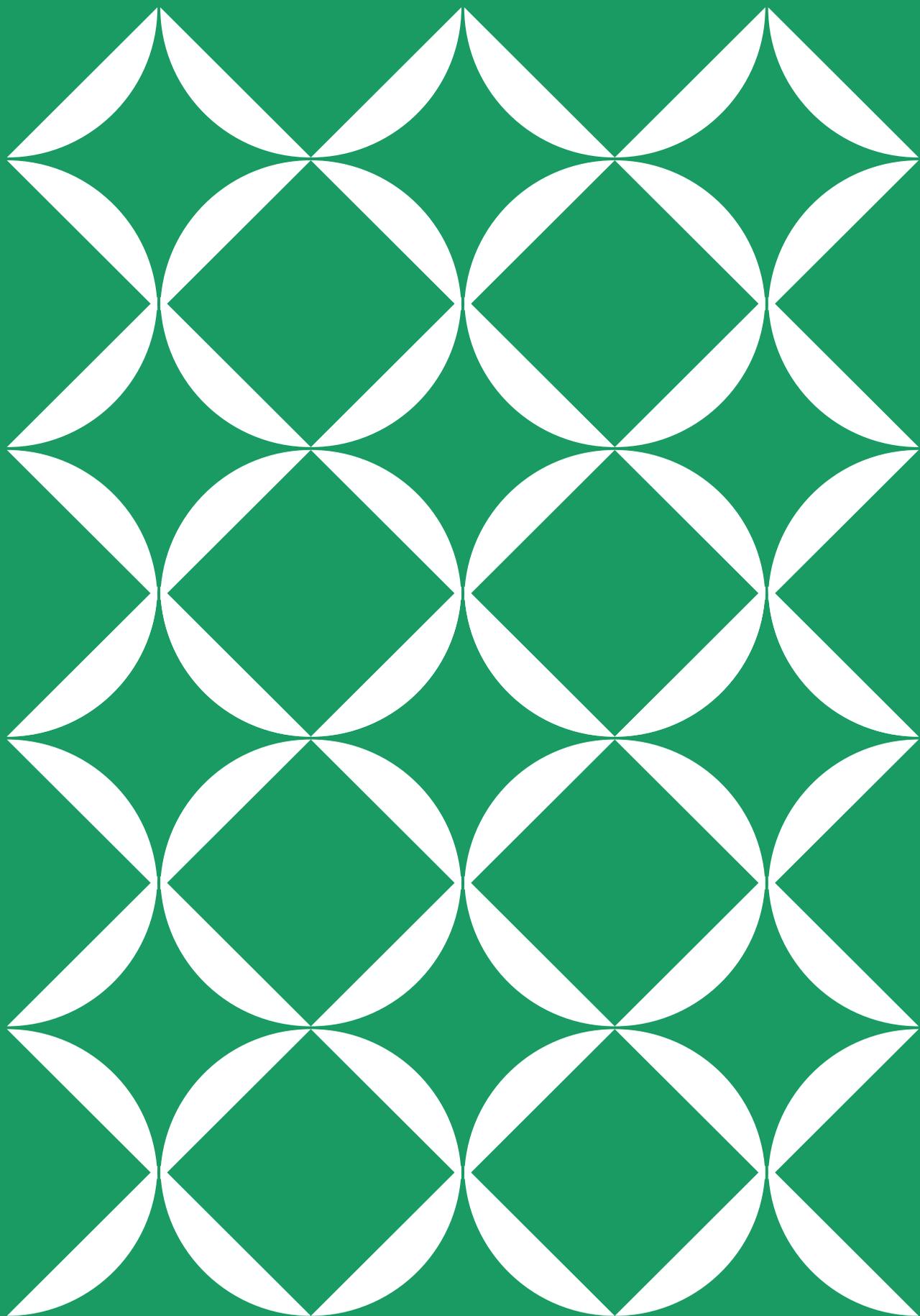
Primero se creó el Documento abierto de derechos y libertades de las personas mayores con **dependencia**.

Este documento se aprobó en la primera Convención llamada Las voces de las personas mayores, y se revisó varias veces hasta el año 2021.

¿Se puede actualizar esta carta?

Sí.

Es necesario revisar la carta de manera continuada para reflejar las reivindicaciones de los derechos de las personas mayores y, sobre todo, de las personas mayores con **dependencia**.



3. Derechos

El Consejo Asesor de las Personas Mayores de Barcelona ha desarrollado 7 ámbitos de derechos para poder envejecer con dignidad, de manera saludable y activa.

En total son 35 derechos que presentamos en los siguientes ámbitos:

- 3.1. Derecho a la igualdad y al buen trato.
- 3.2. Derecho a la participación social y cultural.
- 3.3. Derechos económicos y sobre el patrimonio.
- 3.4. Derecho a la vivienda digna.
- 3.5. Derecho a la atención sanitaria.
- 3.6. Derecho a recibir recursos y servicios de cuidado y autocuidado.
- 3.7. Derechos en situaciones de emergencia.



3.1. DERECHO A LA IGUALDAD Y AL BUEN TRATO

El buen trato significa tratar a las personas mayores con los mismos derechos que al resto de ciudadanos. También ayuda a construir comunidades amigables con las personas a lo largo de la vida.

Con los derechos que se presentan en esta carta queremos remarcar que luchamos contra las discriminaciones en todos los ámbitos de la vida y, sobre todo, por cuestiones de edad.

1. Derecho a no sufrir **discriminación** por razón de edad ni por cualquier otro motivo.
2. Derecho a que nos traten con igualdad, con las mismas oportunidades, respeto y dignidad, y que se fomente una cultura del buen trato en la ciudad.
3. Derecho a que nos protejan de cualquier forma de **maltrato** o abuso en los ámbitos afectivo, público y privado, asistencial y por parte de las administraciones públicas y los agentes privados.





3.2. DERECHO A LA PARTICIPACIÓN SOCIAL Y CULTURAL

En este apartado de derechos queremos remarcar la necesidad de que nos escuchen y de que se nos reconozcan las necesidades.

En especial, se desarrollan los derechos a la participación social, la formación a lo largo de la vida, a mantener relaciones intergeneracionales, a poder aprender herramientas digitales y a recibir atención presencial.

De esta manera se puede tener en cuenta la opinión de las personas mayores y se puede garantizar que participemos en la sociedad.

4. Derecho a promover que las personas mayores participemos en los diferentes ámbitos sociales y políticos.
5. Derecho a participar en los temas que afectan a las personas mayores y a toda la ciudadanía.
6. Derecho a que nos escuchen y a participar en todos los espacios ciudadanos, como, por ejemplo, en las reuniones de vecinos y vecinas, los consejos de participación o los movimientos sociales.
7. Derecho a la participación social de las personas con especiales dificultades y de las personas mayores con **dependencia**.
8. Derecho a participar de manera conjunta en igualdad de condiciones con personas de otras edades.
9. Derecho a recuperar nuestros saberes y nuestra experiencia a través de los voluntariados, las mentorías, los servicios a la comunidad, para transmitirlos a los más jóvenes.



10. Derecho a poder formarse a lo largo de la vida.
11. Derecho a acceder a recursos culturales y a participar en la programación o la planificación de acciones culturales.
12. Derecho a acceder a la formación continuada para aprender tecnologías de la información y la comunicación y poder aumentar el conocimiento digital.
13. Derecho a conocer el impacto de la inteligencia artificial en nuestras vidas en ámbitos como la salud, el acceso y la producción de información y conocimiento.
14. Derecho a recibir atención personalizada por parte de la Administración pública y del sector privado.





3.3. DERECHOS ECONÓMICOS Y SOBRE EL PATRIMONIO

Estos derechos van dirigidos a proteger los ingresos materiales y económicos para poder hacer frente a los gastos para vivir de manera digna.

15. Derecho a una protección jurídica adecuada, tanto de nosotros como personas como de nuestros bienes.
16. Derecho a acceder a pensiones dignas y equitativas que corrijan las diferencias de género, sobre todo, en los casos en que no se ha cotizado por cuidar de los familiares.
17. Derecho a mantener la gestión de nuestro patrimonio y nuestras rentas, sobre todo en situaciones de **dependencia**.
18. Derecho a trabajar si así se quiere, si nuestras condiciones de salud lo permiten, y si la legislación lo permite.



3.5. DERECHO A LA ATENCIÓN SANITARIA

Este bloque de derechos se centra en la importancia de poderse informar para tomar decisiones y acceder a recursos de salud.

También se remarca la necesidad de recursos especializados en la vejez y en la muerte digna.

22. Derecho a recibir información suficiente, detallada y en un lenguaje comprensible sobre el autocuidado y nuestro estado de salud para saber cuidarnos.
23. Derecho a recibir **atención integral** sanitaria, social y emocional centrada en la persona, que ofrezca recursos y servicios adecuados, y que tenga profesionales especializados en geriatría y gerontología.
24. Derecho a no sufrir **discriminación** por la edad en la atención en salud, ni en el momento del cribado, ni en el de las pruebas o los tratamientos, ni en situaciones de crisis sanitaria en particular.
25. Derecho al bienestar emocional y a la salud mental, y a tener acceso a servicios de apoyo, de prevención y de tratamiento.



26. Derecho a una muerte digna,
y a respetar la **autonomía** de cada persona,
para que pueda planificar sus decisiones
a través del Documento de voluntades anticipadas.

Derecho también a que se conozcan las leyes facilitadoras
de un final de vida digno
de acuerdo con los valores y las creencias de cada persona.

27. Derecho a recibir recursos y servicios
para compensar las carencias
que han perjudicado nuestro estado de salud
a lo largo de la vida y que se agravan en la vejez.





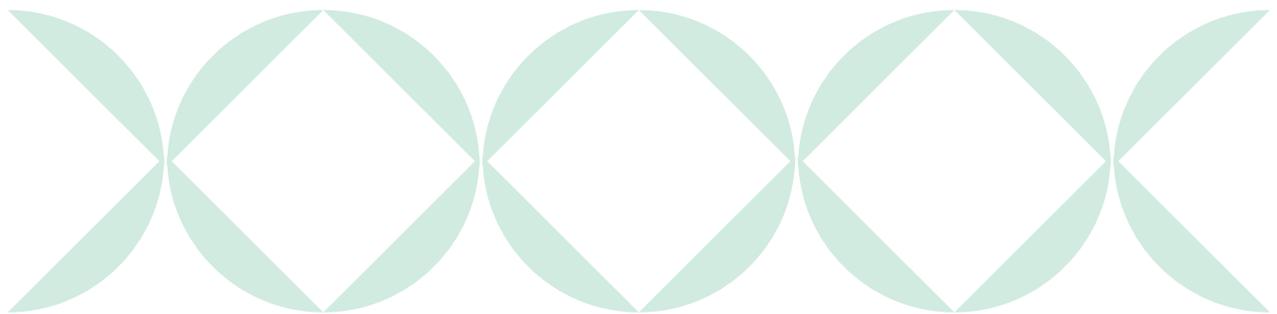
3.6. DERECHO A RECIBIR RECURSOS Y SERVICIOS DE CUIDADOS Y AUTOCUIDADOS

El cuidado y el autocuidado forman parte de la salud.

Se tienen que reivindicar porque hay una crisis en el ámbito de la salud.

Esta crisis ha sido provocada por aspectos como el cambio demográfico y las nuevas necesidades familiares y afectivas, como son la soledad, las carencias del apoyo familiar y afectivo, o la migración, por ejemplo.

28. Derecho a que haya suficientes servicios de cuidado y de autocuidado de larga duración para atender nuestras necesidades.
29. Derecho a que nos cuiden personas cualificadas que reciban formación de manera continuada y que alguien las supervise.
30. Derecho a decidir sobre los cuidados y a conocer y valorar las alternativas.
31. Derecho a recibir formación para mejorar nuestras capacidades para cuidarnos de manera adecuada.
32. Derecho a acceder a recursos de cuidado de proximidad en los que nosotros podamos participar de manera activa, en especial, las personas mayores con **dependencia** y las personas cuidadoras que las acompañan.



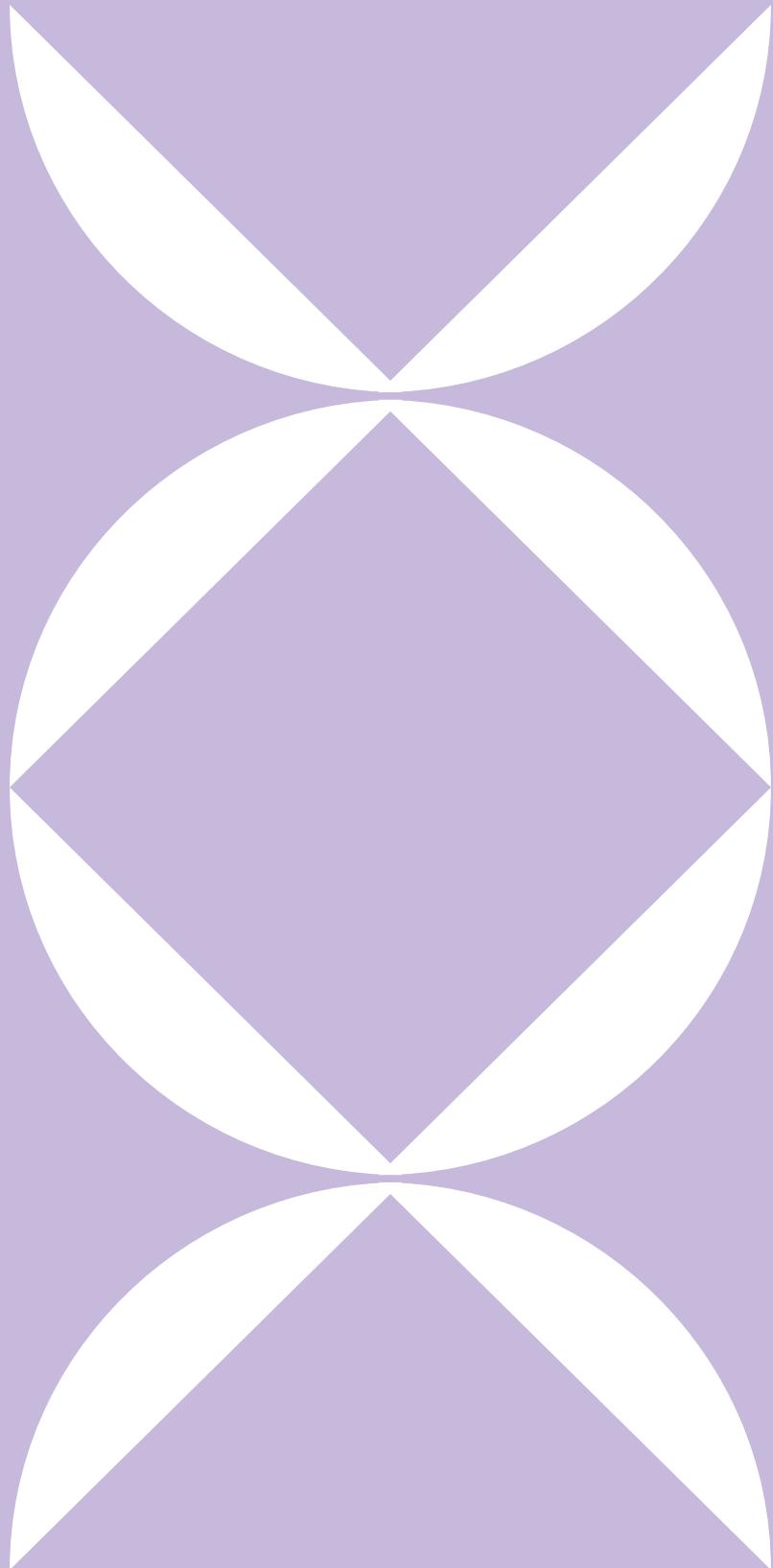
3.7. DERECHOS EN SITUACIONES DE EMERGENCIA

Estos derechos se han evidenciado con la crisis climática y la pandemia de la Covid-19.

También se reconocen las necesidades de las personas mayores que viven situaciones de desplazamientos por migración, exilio, refugio, o bien por emergencia climática, entre otros motivos.

33. Derecho a que nos escuchen y nos atiendan, con especial atención a nuestras demandas en situaciones de emergencias vinculadas al cambio climático y a posibles crisis sanitarias.
34. Derecho a que nos protejan del cambio climático y a recibir medidas de mejora que garanticen condiciones de vida saludables y confortables.
35. Derecho a recibir protección social en situaciones críticas, en el caso de las personas refugiadas, exiliadas o migradas.



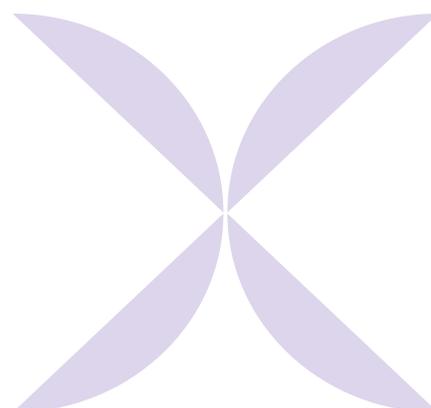


4. Deberes

En este apartado queremos remarcar que los deberes de las personas mayores son los mismos que los de cualquier otra persona ciudadana.

Pero destacaremos una serie de deberes imprescindibles para el mejor desarrollo de nuestras vidas y de nuestro entorno ciudadano:

1. Deber de respetar el interés general de la comunidad donde vivimos.
2. Deber de comprometernos a dejar un mundo más equitativo, solidario y sostenible a las generaciones siguientes.
3. Deber de reivindicar siempre la mejora de la calidad de vida de nuestra sociedad y, sobre todo, de las personas mayores más vulnerables.
4. Deber de respetar a las personas en cuanto a sus diferencias y promover el buen trato como una forma de vida en paz y con dignidad.
5. Deber de ser responsables del autocuidado de nuestra salud y del cuidado de las personas cercanas cuando podamos hacerlo.



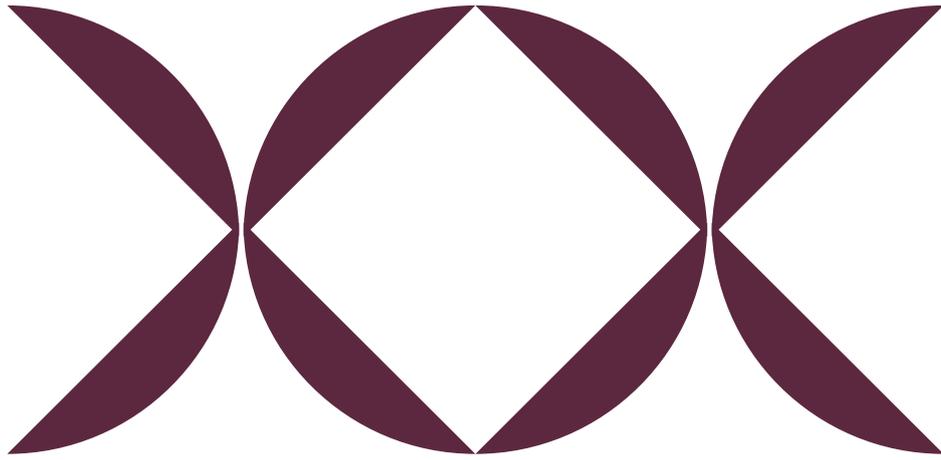


CONSELL ASSESSOR
DE LA GENT GRAN

PL. 2024

SR. ANTONIO LOPEZ / MARTIN

SRA. MARIA MARRUGAT



BCN + 65

barcelona.cat/consellgentgran
barcelona.cat/personesgrans