

# Envejecimiento activo y saludable

---

Esperanza Uribe Álvarez



GOBIERNO DE  
**MÉXICO**

**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR

# Objetivo de la sesión

Revisar el planteamiento del Envejecimiento activo y saludable, para desde este marco, contribuir al bienestar de las personas mayores mediante el fortalecimiento de las acciones que realizan los servidores de la nación

# Primera Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento, Viena 1982

Foro de inicio a fin de impulsar un programa internacional de acción para garantizar la seguridad económica y social de las personas mayores, así como oportunidades para que estas personas contribuyan al desarrollo de sus países.

Consecuencias económicas del envejecimiento de las poblaciones y necesidades especiales de las personas de edad avanzada.



Organización de las Naciones Unidas. Conferencias Envejecimiento.  
<https://www.un.org/es/conferences/ageing/vienna1982>

# Plan de Acción Internacional de Viena sobre el Envejecimiento

Fortalecer la capacidad de los gobiernos y la sociedad civil para abordar eficazmente el envejecimiento de la población y abordar el potencial de desarrollo y las necesidades de dependencia de las personas de edad.

Incluyó como áreas sectoriales:

- Salud y nutrición
- Vivienda y medio ambiente
- Familia
- Bienestar social
- Seguridad de ingresos y empleo

## PLAN DE ACCIÓN INTERNACIONAL DE VIENA SOBRE EL ENVEJECIMIENTO

ASAMBLEA MUNDIAL SOBRE EL  
ENVEJECIMIENTO  
26 julio a 6 de agosto de 1982  
VIENA, AUSTRIA

# Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento, Madrid 2002



Garantizar que las personas mayores puedan seguir haciendo una contribución substancial a la sociedad lo mejor que puedan

---

- Declaración Política
- Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el Envejecimiento



**Conferencia Regional  
Intergubernamental sobre  
Envejecimiento y Derechos de las  
Personas Mayores en América Latina y el  
Caribe**

- 1<sup>a</sup>. Santiago, Chile, 2003**  
Estrategia Regional de implementación para América Latina y el Caribe del Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el Envejecimiento
- 2<sup>a</sup>. Declaración de Brasilia. Brasil, 2007**  
Hacia una sociedad para todas las edades y de protección social basada en derechos
- 3<sup>a</sup>. San José de Costa Rica, 2012**  
Carta de San José sobre los Derechos de las Personas Mayores de América Latina y el Caribe

- 4<sup>a</sup>. Asunción, Paraguay, 2017**  
**Derechos de las personas mayores: retos para la interdependencia y la autonomía**
- 5<sup>a</sup>. Santiago, Chile, 2022**  
**Envejecimiento en América Latina y el Caribe. Inclusión y derechos de las personas mayores**



## Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores

## Envejecimiento activo y saludable

Proceso por el cual se optimizan las oportunidades de bienestar físico, mental y social, de participar en actividades sociales, económicas, culturales, espirituales y cívicas, y de contar con protección, seguridad y atención, con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable y la calidad de vida de todos los individuos en la vejez, y permitirles así seguir contribuyendo activamente a sus familias, amigos, comunidades y naciones.



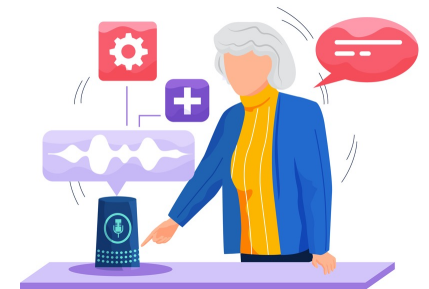
# Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento, Madrid 2002

---

Este marco político pretende aportar información al debate y a la formulación de planes de acción que promuevan la salud y el envejecimiento activo.



- Ayudar a las personas para que sigan siendo independientes y activas a medida que envejecen
- Reforzar las políticas de promoción y prevención de la salud, sobre todo las dirigidas a las personas ancianas
- Mejorar la calidad de vida en la edad avanzada
- Contar con sistemas sanitarios y sociales
- Distribución y acceso a cuidados para quienes necesitan asistencia
- Reconocer y apoyar el papel de las personas mayores en el transcurso de su vejez.



## Envejecimiento activo

Es el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad a fin de mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen



**Individuos y grupos de población**



**Bienestar físico, social y mental**



**Participar en la sociedad**

# Envejecimiento activo y saludable

## Activo

Participación continua en las cuestiones sociales, económicas, culturales, espirituales y cívicas.

## Salud

Bienestar físico, mental y social. Mantener la autonomía e independencia es fundamental, así como la interdependencia y solidaridad intergeneracional.

# Envejecimiento activo

Reconocimiento de los derechos humanos de las personas mayores.

Principios de Naciones Unidas:

- Independencia
- Participación
- Dignidad
- Asistencia
- Realización de los propios deseos.

## Sujetos de derecho





Salud



Mercado  
de trabajo



Empleo



Educación



Sanitarias

# Envejecimiento activo

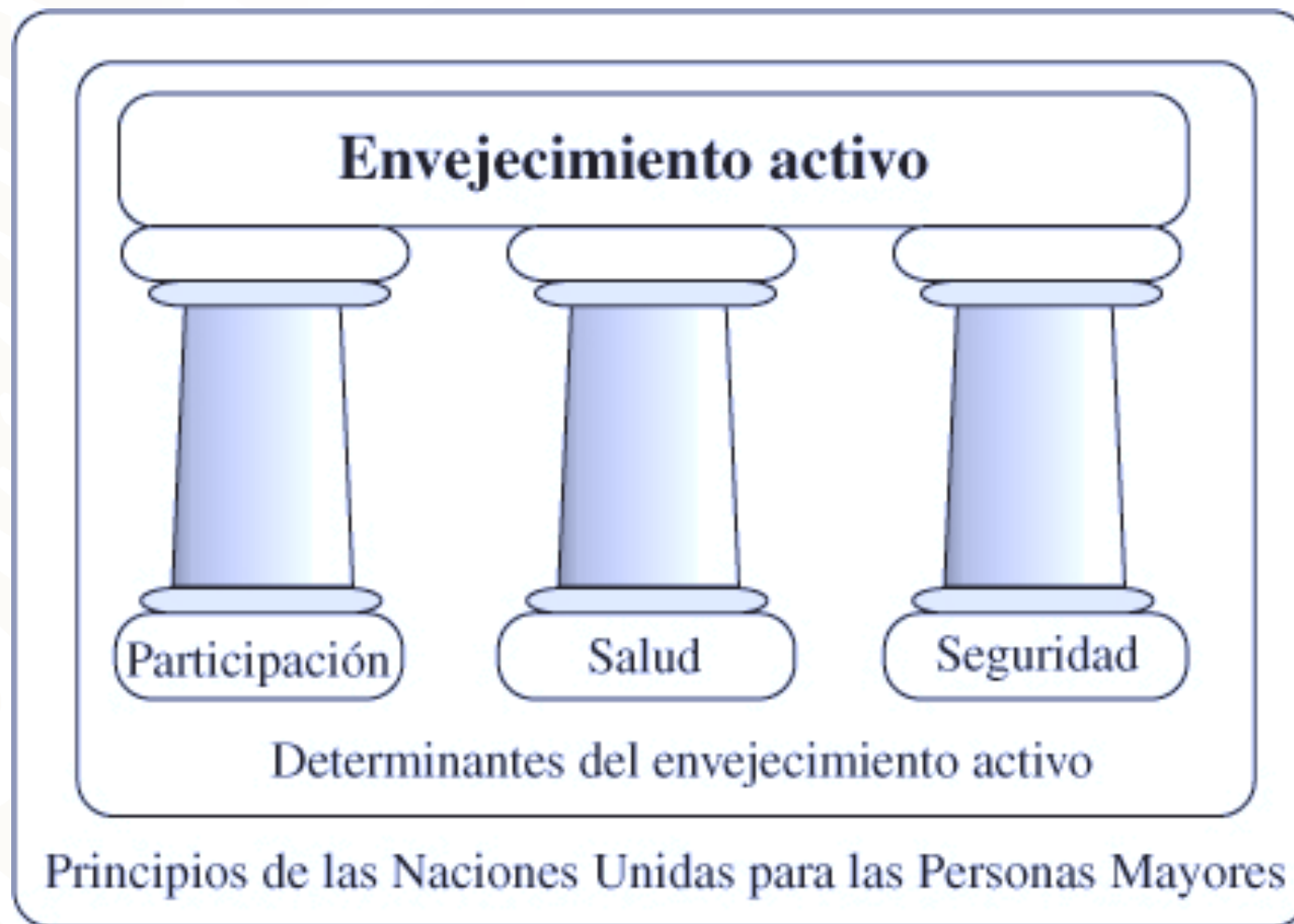
Las personas mayores son un grupo heterogéneo

## Determinantes

- Transversales: cultura y género
- Sistemas sanitarios y servicios sociales: promoción de la salud, asistencia de larga duración, salud mental
- Conductuales: actividad física, alimentación sana, salud bucal, tabaquismo y alcoholismo
- Personales: genética
- Entornos físicos: ambiente: seguridad de la vivienda
- Entorno social: apoyo, educación, violencia y abuso
- Económicos: ingresos, trabajo, protección social.



## Envejecimiento activo





## Participación

Contribución de las personas en actividades socioeconómicas, culturales, espirituales

## Salud

Factores protectores elevados frente a niveles bajos de factores de riesgo

## Seguridad

Políticas y programas responden a necesidades sanitarias, sociales, económicas y de seguridad física

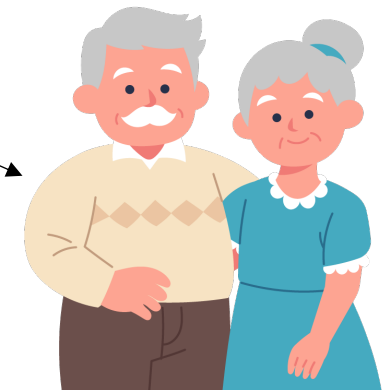
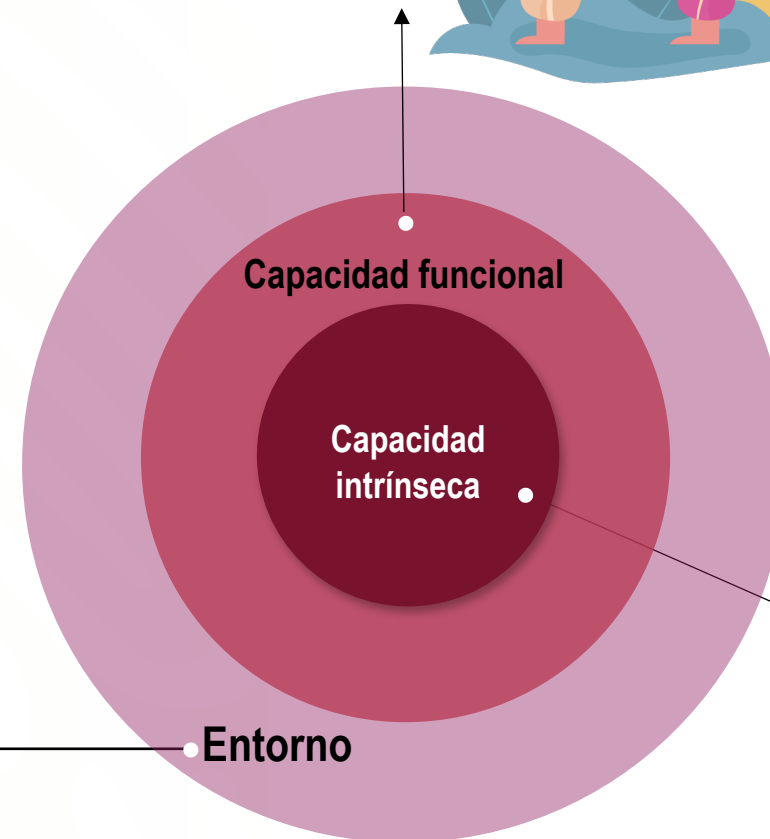
## Autonomía

Capacidad para la toma de decisiones sobre la propia vida

## Independencia

Capacidad para desempeñar sin ayuda sus propios actos para la vida

# Envejecimiento saludable: oportunidades para la acción



# Década del Envejecimiento Saludable, 2021-2030

---

Esta estrategia fue declarada por la ONU, en el año 2020, a fin de construir una sociedad para todas las edades.



# Década del Envejecimiento Saludable, 2021-2030

- Estrategia y plan de acción mundiales sobre el envejecimiento y la salud 2016-2020 de la Organización Mundial de la Salud,
- Declaración Política y Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el Envejecimiento de las Naciones Unidas
- Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas.

# LAS 4 ÁREAS DE ACCIÓN DE LA DÉCADA



**1. Cambiar la forma en que pensamos, sentimos y actuamos hacia la edad y el envejecimiento.**



**2. Asegurar que las comunidades fomenten las capacidades de las personas mayores.**



**3. Ofrecer atención integrada centrada en la persona y servicios de salud primaria que respondan a las personas mayores.**



**4. Brindar acceso a la atención a largo plazo para las personas mayores que la necesitan.**



GRACIAS POR SU ASISTENCIA  
Y PARTICIPACIÓN



GOBIERNO DE  
**MÉXICO**

**BIENESTAR**  
SECRETARÍA DE BIENESTAR