

PROPUESTAS DEL GRUPO MOTOR DE PERSONAS MAYORES¹

Setiembre 2025

Educación, envejecimiento y vejez²

Partimos del derecho a la educación hasta el final de la vida de todas las personas y en el caso de las personas mayores entender la educación como un elemento de disfrute de la vida, de construcción de autonomía, de promoción de la salud y un motor de la participación social.

Consideramos relevante pensar en la educación formal y no formal, presencial y virtual, con metodologías participativas y de educación popular, que reconozcan, valoren y pongan en diálogo los distintos saberes de las personas mayores. Una educación que se vincule con el entramado comunitario y lo fortalezca, desarrollando también actividades intergeneracionales.

En tal sentido proponemos:

- Generar una base de datos abierta, accesible, de ofertas educativas para las personas mayores por territorio y por temática.

- Alfabetización digital y acceso a dispositivos

En un contexto de digitalización cada vez mayor de la sociedad y la comunicación, el Programa Ibiraitá es central en los procesos educativos (y de salud). La experiencia muestra que la educación digital tiene efectos muy positivos para las personas mayores, pero requiere continuidad y avances así como articulación con otras opciones educativas. De los diferentes encuentros con colectivos sociales surge que las tablet resultaban más accesibles y amigables que los celulares para la mayoría de las personas mayores. Es necesario generar adaptaciones para personas ciegas y/ o de baja visión, así como personas sordas y/o con hipoacusia.

- Ampliar las propuestas de formación de Facilitadores Digitales para que las personas mayores puedan apropiarse de la herramienta (lo cuál requiere continuidad en las propuestas formativas).

- Generar cursos de formación de Agentes Comunitarios, o Promotores Comunitarios, tomando en cuenta la amplia experiencia existente de formación para las personas que quieren asumir un rol activo en relación con su comunidad. En esta formación de agentes se incluirá la formación en cuidados y la formación en elaboración de proyectos (diagnósticos y planes concretos).

Salud y vejez

Desde el enfoque de derecho, las prioridades de salud para personas mayores se centran en mantener la funcionalidad, la independencia y la calidad de vida, abordando las necesidades físicas, mentales y sociales. Esto incluye la prevención y manejo de enfermedades crónicas, promoción de salud integral y el acceso a servicios de salud adecuados. En general, los sistemas de salud están mejor diseñados para tratar los problemas graves a nivel individual que para atender las necesidades de salud más complejas y crónicas que tienden a surgir con la edad.

Prioridades de la Década del Envejecimiento Saludable³

Prioridad 1 - Iniciar el cambio para un Envejecimiento saludable conectando personas e ideas de todo el territorio, a través de una plataforma virtual accesible a todos.

Prioridad 2 - Crear, articular políticas y cumplir normativas que permitan a las personas vivir vidas largas y saludables (evitar situación de calle, problemas de adicciones, manejando la diversidad).

1 El "Grupo motor de Personas Mayores" está integrado por representantes de la Organización Nacional de Jubilados y Pensionistas del Uruguay (ONAJPU), Red Nacional de Organizaciones de Personas Mayores (REDAM), Red de Municipios y Comunidades Saludables (MCS), Universidad de la República (Programa Apex, Facultad de Enfermería), Asociación de Licenciados en Enfermería del Uruguay (ALENFUR), Movimiento de Familiares y Residentes de Establecimientos de Larga Estadía para Personas Mayores (Movimiento ELEPEM), Redes de Personas Mayores por Municipio y Banco de Previsión Social (Programa Ibiraitá), entre otros actores.

2 Éste documento es una síntesis de un documento más amplio presentado en Inmayores. La división en ejes responde a las Mesas de Diálogo propuestas por el Ministerio.

3 (a) <https://www.isglobal.org/-/cuales-son-las-prioridades-de-salud-de-las-personas-mayores-en-tiempos-de-pandemia>
b) <https://www.isglobal.org/-/sdgs-and-global-health>

Desde el Tercer Plan de Envejecimiento articular y concretar las distintas planificaciones existentes (Objetivos Sanitarios Nacionales, Cuidados, Salud Mental, Drogas, Vivienda, etc.) implementando planes locales adecuados a cada territorio basados en la articulación de todos los actores .

Prioridad 3 -Recopilar datos actualizados y organizados sobre el Envejecimiento Saludable. Medir lo que se hace. Visibilizar y rendir cuentas públicamente en base a indicadores, con la participación de los actores y retroalimentando los planes.

Prioridad 4 - Promover la realización y difusión de investigaciones que aborden las necesidades actuales y del futuro de las personas mayores, en articulación con la Academia. Investigaciones de carácter interdisciplinario y transdisciplinario, abordando las problemáticas de salud, sociodemográficas, habitacionales, sociales, psicológicas, etc. promoviendo su aplicación práctica en técnicas y dispositivos que contribuyan al envejecimiento saludable.

Prioridad 5 -Alinear los sistemas de salud con las necesidades de las personas mayores. Las personas mayores deben obtener la atención sanitaria dónde y cuándo la requieran.

Prioridad 6 -Sentar las bases para un sistema que combine cuidados con prevención y atención de salud a largo plazo en todo el país mediante Redes de Salud y Cuidados. Las personas mayores y sus cuidadores deben recibir la atención que necesitan para vivir con dignidad y disfrutar de sus derechos. Aplicar correctamente y hacer cumplir el Consentimiento Informado.

Prioridad 7 -Asegurar los recursos humanos necesarios para la atención integral. Existen personas capacitadas para proporcionar servicios de salud de calidad y cuidados a largo plazo a las personas mayores y es necesario profundizar en la formación curricular para que nuevas personas se formen en tal sentido y desarrollar planes de formación continua a lo largo de todo el desempeño laboral. La Udelar y la Universidad del Trabajo del Uruguay (UTU) tienen un rol fundamental y también el entramado de propuestas comunitarias de formación.

Prioridad 8-Emprender una campaña nacional para combatir la discriminación por edad, para cambiar la forma de pensar, sentir y actuar sobre la edad y promover el envejecimiento digno y saludable. Podemos ayudar a que esto suceda, a nivel nacional y por áreas de atención.

Prioridad 9- Definir el contexto económico para invertir. Comprender mejor los costes y las oportunidades del envejecimiento saludable es el punto de partida para diseñar soluciones sostenibles, equitativas y eficaces.

Prioridad 10-Mejorar los entornos que habitamos, ampliando los espacios públicos y las condiciones de transporte, apuntando a una red de ciudades y comunidades adaptadas también a las personas mayores y sus proyectos de vida, promoviendo el “Buen Vivir” de las Personas Mayores.

Propuestas operativas

- Reducción de los tiempos de espera para la atención. Asegurar condiciones adecuadas y confortables. Reconocer como interlocutor a la persona mayor.
- Valoración integral en consulta preventiva cada 6 meses o cuando lo requiera, por el equipo de referencia, tanto en el servicio de salud como en la comunidad. Incluyendo visita con entrevista domiciliaria para evaluar tratamiento de patologías, así como condiciones y forma de su cumplimiento. Realizar exámenes de salud regulares permite detectar problemas a tiempo y recibir el tratamiento adecuado.
 - Llevar registros en Historia Clínica Electrónica (HCE) incluyendo principales patologías y tratamiento. Digitalizar el Carnet de Personas Mayores e incentivar su uso (facilitando una copia del mismo al usuario/a). Optimización de la HCE para su utilización como guía de la atención de las personas, obteniendo datos epidemiológicos para orientar las prestaciones y acciones territoriales. Operativizar los sistemas de alerta y promover su uso .
 - En casos de internación realizar seguimiento posterior en domicilio con enfermera de enlace en la primera semana y al mes de la internación. Vínculo fluido entre segundo nivel y primer nivel de atención.
 - Creación de grupalidades en el primer nivel de atención con énfasis en las personas mayores que aborde la educación para la salud, el autocuidado, el cuidado mutuo y el cuidado comunitario con un equipo técnico interdisciplinario de apoyo. En donde entre otros temas se aborde la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) y temáticas vinculadas a salud mental. Creación

de una meta asistencial referida a la creación de grupos (propuesta del Frente Social).

Propuestas sobre Soluciones Habitacionales, Vivienda y hábitat

La vivienda refiere al espacio físico en donde desarrollamos nuestra vida diaria, en donde dormimos, comemos y nos protege de las inclemencias. El hábitat es mucho más, es el entorno socio cultural, que incluye la vivienda, pero también los espacios de construcción de vínculos y actividades con otras personas, no solo con las que habito.

Pensar alternativas habitacionales para personas mayores implica trascender la segmentación etaria, la convivencia intergeneracional es fundamental para el desarrollo de la comunidad y el apoyo mutuo.

Proponemos:

- Promover la integración de personas mayores en futuros espacios habitacionales, lo que implica un trabajo con el colectivo.
- En lo que refiere a la construcción de viviendas contemplar las futuras limitaciones que pueden surgir en el transcurso de la vida (en la marcha, en la visión). Destinando algunas viviendas con ese objetivo, lo cuál implica trabajar con los colectivos la flexibilidad habitacional necesaria.
- Diseñar espacios que promuevan el intercambio y la socialización

El acceso a la vivienda es un derecho humano fundamental, es necesario pensar alternativas habitacionales para quienes habitan en calle y/o en situaciones de extrema precariedad. Espacios que contemplen las necesidades de cuidado y atención de las personas mayores. Así como también la situación de las personas mayores que viven en el medio rural.

Los complejos para personas mayores no resuelven los problemas sociales relacionados a la personas mayores, pues no sólo se necesita de apoyo técnico, sino de otras franjas etarias que vivan con ellos, que su vida no esté atada a las personas mayores con que vive. El apoyo técnico debe ser para respaldar el necesario surgimiento de propuestas en espacios comunitarios multi etarios. Nuestra propuesta es que se desarrolle una campaña sobre la importancia de la inclusión de las personas mayores en las actividades comunitarias donde las haya: cooperativas, espacios barriales, clubes. Que el apoyo pase por destinar técnicos y recursos, para que trabajen con los colectivos en el desarrollo de estas miradas y no solo al trabajo con personas mayores.

Estas propuestas y miradas hacia las Vejeces y envejecimiento tienen una perspectiva de género desde una plataforma de derechos, que permita pensar, sentir y actuar con lógicas de cuidado, con la democratización como horizonte y como estrategia, bajo la lupa de integralidad: inclusiva e incluyente, equitativa e interseccional.