

Bătrânii și responsabilitatea față de calitatea propriilor vieți

Schimbarea paradigmei față de importanța acestui segment de populație este importantă și necesară în contextul demografic european actual. Conform statisticilor și raportului Eurostat, oamenii trăiesc din ce în ce mai mult, în timp ce rata fertilității este în scădere constantă în Europa. Astfel creșterea naturală a populației s-a oprit în unele țări, în jurul anului 2015, urmând ca, începând cu 2035, fluxurile migratoare să devină insuficiente pentru a contrabalansa sporul negativ al populației din unele țări. Pentru a rămâne sustenabile, sistemele de securitate socială trebuie să se schimbe.

Este un fapt că, creșterea duratei vieții va antrena costuri medicale și creșterea cererii pentru serviciile de sănătate, deoarece persoanele vârstnice se presupune a fi mai vulnerabile de a contracta boli cronice. Așadar implicarea vârstnicilor în sănătatea dimensiunii sociale este esențială. Pentru aceasta vârstnicul trebuie să-și asume responsabilitatea față de întreținerea calității vieții în toate sferele acesteia: fizică, psihică și emoțională.

Așadar îmbătrânirea populației nu este doar o problemă demografică, ci și una economică, socială, culturală, medico-sanitară și morală, aspecte care implică necesitatea unei abordări serioase a drepturilor persoanelor vârstnice în statele europene.

Organizația Mondială a Sănătății și alte organizații ale Națiunilor Unite, încurajează guvernele tuturor țărilor să includă în programele lor naționale următoarele principii, ori de câte ori este posibil:

- 1. Independența** - *Persoanele în vârstă trebuie să aibă acces la hrană, apă, adăpost, îmbrăcăminte și îngrijire medicală adecvate prin furnizarea de venituri, sprijin familial și comunitar și auto-ajutorare (Art. 1, Art. 34 și Art. 35); Persoanele în vârstă ar trebui să aibă oportunitatea de a lucra sau de a avea acces la alte oportunități generatoare de venituri (Art. 30 și Art. 31); Persoanele în vârstă ar trebui să poată participa la stabilirea momentului și a ritmului de retragere de pe piața forței de muncă (Art. 11, Art. 27, Art. 30); Persoanele în vârstă trebuie să aibă acces la programe educaționale și de formare adecvate (Art. 14); Persoanele în vârstă ar trebui să poată trăi în medii care sunt sigure și adaptabile preferințelor personale și capacităților în*

schimbare. (Art. 2, Art. 6) Persoanele în vârstă ar trebui să aibă posibilitatea de a locui acasă cât mai mult timp posibil (Art. 6, Art. 7).

2. **Participarea** - *Persoanele în vârstă trebuie să rămână integrate în societate, să participe activ la formularea și punerea în aplicare a politicilor care afectează în mod direct bunăstarea lor și să împărtășească cunoștințele și abilitățile lor cu generațiile mai tinere (Art.11, Art.12) ; Persoanele în vârstă ar trebui să poată căuta și dezvolta oportunități de servicii pentru comunitate și să servească drept voluntari în poziții corespunzătoare intereselor și capacităților lor (Art.11) ; Persoanele în vârstă ar trebui să poată forma mișcări sau asociații ale persoanelor în vârstă (Art.12).*

3. **Îngrijirea** - *Persoanele în vârstă ar trebui să beneficieze de îngrijire și protecție familială și comunitară în conformitate cu sistemul de valori culturale al fiecărei societăți (Art. 33); Persoanele în vârstă trebuie să aibă acces la asistență medicală pentru a le ajuta să mențină sau să-și recâștige nivelul optim de bunăstare fizică, mentală și emoțională și pentru a preveni sau întârzia apariția bolii (Art. 35); Persoanele în vârstă trebuie să aibă acces la servicii sociale și juridice pentru a-și spori autonomia, protecția și îngrijirea (Art. 34, Art. 47); Persoanele în vârstă ar trebui să poată utiliza niveluri adecvate de îngrijire instituțională care să ofere protecție, reabilitare și stimulare socială și mentală într-un mediu uman și sigur (Art. 26, Art. 34); Persoanele în vârstă ar trebui să se poată bucura de drepturile omului și de libertățile fundamentale atunci când locuiesc în orice adăpost, îngrijire sau tratament, inclusiv respectul deplin al demnității, credințelor, nevoilor și vieții private, precum și dreptul de a lua decizii privind îngrijirea și calitatea din viața lor (Art. 1, Art. 2, Art. 3 Art7).*

4. **Autoîmplinire** - *Persoanele în vârstă ar trebui să poată urmări oportunități pentru dezvoltarea completă a potențialului lor (Art. 25); Persoanele în vârstă trebuie să aibă acces la resursele educaționale, culturale, spirituale și recreative ale societății (Art. 11, Art. 14, Art. 25).*

5. **Demnitatea** - *Persoanele în vârstă ar trebui să poată trăi în demnitate și securitate și să fie libere de exploatare și de abuz fizic sau mental (Art. 1, Art. 2, Art. 3, Art. 4, Art. 25, Art. 35); Persoanele în vârstă trebuie să fie tratate*

corect, indiferent de vârstă, sex, rasă sau etnie, handicap sau alt statut și să fie evaluate independent de contribuția lor economică (Art.21).

Fiecare stat protejează drepturile și libertățile cetățenilor săi vârstnici în funcție de realitățile și particularitățile sale economice, sociale și culturale. Prin existența în realitatea organizațională a societăților moderne a asociațiilor și fundațiilor a căror scop este preponderant uman și social prin derularea programelor specifice, se oferă posibilități concrete de creștere a calității vieții vârstnicului prin programe specifice de suport și educație. A știi este echivalentul cu a avea posibilități de a alege. Ori a alege deja este prin definiție legat de puterea de a ne gestiona singuri viața.

Autonomia este foarte importantă în toamna vieții. Sentimentul inadecvării, al lipsei de utilitate , al poverii este adesea prematur și nedrept experimentat de către vârstnici. Desigur economia vieții se organizează implacabil pe baza legilor universale ale vieții atunci când, copiii, devenind adulți își construiesc propria viață plecând de lângă părinții săi ajunși adulți seniori. Dreptul la independență , este al oricărei ființe, nu este responsabilitatea copiilor să devină” părinții” părinților și săi îngrijească, mai ales atunci când sănătatea permite vârstnicului să se organizeze în funcție de propriile nevoi și de propriul ritm viața sa.

Participarea la programele oferite cu generozitate de către specialiștii implicați în proiectele destinate vârstnicilor, este necesitate elementară , care ar trebui să constituie o bună parte din conduita generală a vârstnicului și implică responsabilitate din partea vârstnicilor activi. Adesea schimbarea modului de a gândi despre o situație, aduce schimbare de perspectivă a întregii vieți și totodată conștientizarea resurselor personale în a genera în propriile lor vieți sentimental simplu și plăcut de a fi în bucurie și mulțumire. Prin cursuri de informare și întâlnirile de grup în care vârstnicii beneficiază de suportul grupului și de exerciții specifice de lucru individual, aceștia au posibilitatea conștientizării și împuternicirii în propriile vieți.

Prasinia Ilie/ psiholog