

# EL POTENCIAL DE FOMENTAR EL ENVEJECIMIENTO SALUDABLE Y LA PREVENCIÓN<sup>1</sup>

Por: Dr. Miguel Ángel Cabra de Luna, Consejero del CESE en  
representación de CEPES

## **A. INTRODUCCIÓN: ENTORNO SOCIO POLÍTICO Y ECONÓMICO**

Quiero comenzar por agradecer la participación a todas las personas que nos acompañan en este acto, tanto las que están aquí presentes como las que están conectadas por *streaming*, a todas las entidades que participan, así como a todas las personas que han estado involucradas en la organización de esta Conferencia.

Cómo se está debatiendo, y desde el CESE venimos señalando en nuestros dictámenes sobre este tema, **es importante encontrar un consenso político y un impulso institucional** para cimentar las políticas en apoyo a las personas mayores con visión de futuro, más allá de la dimensión puramente asistencial.

Desde esta perspectiva en nuestro dictamen «Hacia un nuevo modelo de atención a las personas mayores: aprender de la pandemia de COVID-19» (SOC/687), se hizo hincapié, en su recomendación 27 a que “en las políticas y las acciones orientadas al acompañamiento y cuidado de personas mayores se **elaborarán estrategias de prevención de amplio espectro**” y en este sentido irá mi intervención de hoy.

Además abordaré algunas pinceladas prospectivas. Mientras que muchas de las acciones para alcanzar esos objetivos recaen en la esfera nacional o incluso regional, dependiendo de la división competencial de los

---

<sup>1</sup> Conferencia “La Estrategia Europea de Cuidados: retos y camino a seguir”, celebrada en el CESE el 7 de diciembre de 2022

Estados miembros, no hay duda de que la Unión Europea debe jugar un papel de liderazgo, como ha jugado en otros ámbitos similares. Estoy pensando por ejemplo en el papel clave que Bruselas ha jugado durante los últimos 25 años en el ámbito de las personas con discapacidad.

### **Contexto demográfico**

Es una conclusión generalmente compartida que, junto al cambio climático y la revolución tecnológica vinculada a la inteligencia artificial, **el reto demográfico** es una cuestión central en la reconfiguración del futuro de nuestras sociedades.

**Un reto, y, añadido, una oportunidad**, que pronostica cambios profundos en la humanidad que conocemos. De acuerdo con las proyecciones demográficas de la ONU hasta 2100, la población mundial va a incrementarse en 2.000 millones alcanzando en esa fecha un pico de 10.000 millones de habitantes (el pasado mes de noviembre llegamos a 8.300 millones). A partir de entonces, comenzará a decrecer, como consecuencia de dos factores que se vienen acentuando desde hace décadas: la prolongación del envejecimiento y la caída de la natalidad.

Tenemos que ser conscientes del impacto que estas tendencias tendrán en la estructura económica y demográfica de nuestra sociedad. Estamos hablando de que la población entre 0 y 24 años que en la actualidad representa el 40,7% de la población pasaría a representar el 28,1% en 2100; mientras que la franja poblacional de más de 60 años que, este año, suman el 13,9% de la población mundial, en 2100 pasarán, según las previsiones, a ser el 29,8%. Puesto una manera más cercana: en 2050 los habitantes de 151 de los 195 países del mundo estarán en fase de reducción de su población.

A la reducción de las franjas de población que de forma tradicional se consideraban las más productivas hay que sumarle el aumento de la longevidad y, por ello, del potencial económico de nuestros mayores. En 2050 habrá en China más de 438 millones de personas mayores de 65 años (más que la actual población de EEUU y cercana a la que tiene la UE). En Japón (un país que es un laboratorio, tanto en longevidad como en baja natalidad y en la adopción de medidas para afrontar este fenómeno demográfico) una de cada cinco personas tendrá, en esa fecha, más de 80 años

**Ante estos cambios de la estructura misma de nuestra necesidad es necesario revisar, como instituciones encargadas de las políticas del futuro, nuestro relato sobre el envejecimiento.**

Sin duda, la prolongación de la vida a la que estamos asistiendo es uno de los más extraordinarios logros de la humanidad. Aun así, tenemos que superar la idea de que todos los mayores suponen una carga para los sistemas económicos y sociales. Muy al contrario, teniendo en cuenta os retos demográficos a los que ya hacemos frente, tenemos que desarrollar todos los mecanismos necesarios para fomentar la participación activa de los mayores en el desarrollo económico, utilizando un potencial que hasta ahora ha sido relegado a la dimensión asistencial.

Como hemos debatido (y acordado) en numerosas ocasiones, nuestra responsabilidad es empeñarnos en construir un nuevo futuro, acorde con el planeta, con nuevas tecnologías, con la prolongación de la edad, transformaciones que, puestas al servicio del ser humano, pueden mejorar nuestras vidas.

Seamos claros, **no hay contradicción entre los intereses de los jóvenes y los de los mayores. La generación de empleo para jóvenes**

**no está reñida con el mantenimiento en activo de las personas mayores.**

Más allá de adoptar nuevos indicadores sobre personas mayores y envejecimiento – yendo más allá de conceptos obsoletos como la llamada Tasa de Dependencia de la Edad Avanzada (TDEA) - tenemos que seguir incidiendo en nuestro trabajo para elaborar medidas y políticas que reconozcan el valor de la “economía plateada”, desde sus aportaciones como fuerza de trabajo experimentada y cualificada como para tener en cuenta la capacidad de gasto – y por ello de inversión - de las personas mayores.

Como he dicho antes, tenemos que hacer visible que el envejecimiento no es sólo un desafío, **es también una oportunidad**. La financiación de las políticas destinadas a las personas mayores es una inversión que tiene múltiples retornos: en reducción de externalidades negativas que implicaría el no hacerlo, en el apoyo a las familias, en la conciliación de muchas de ellas, en la creación de millones de puestos de trabajo, en el consumo y por lo tanto en el crecimiento, en la transmisión afectiva y de memoria, en el aumento de los ingresos fiscales con su contribución fiscal, en el emprendimiento productivo.

De la misma manera que con el desafío climático o la revolución que supone la emergencia de las tecnologías digitales, ante el logro del envejecimiento tenemos que asumir que solucionarlo dependerá, como siempre ha sido a lo largo de la historia de la humanidad, del ingenio humano para encontrar nuevas soluciones para adaptar las tecnologías, los descubrimientos científicos, las formas de vida o de trabajo, a las necesidades humanas.

Así como la transición ecológica tiene que ir asociada a la transición social, el reto y la oportunidad del aumento de la esperanza de vida tiene

que basarse en un pacto intergeneracional que tenga como objetivos fundamentales **el acceso a una educación de calidad para todos, al empleo regulado y con trabajos dignos y a sistemas de protección social desarrollados de carácter global que incluyan los cuidados de larga duración**. Por ello, el pacto de cooperación entre generaciones es un cimiento básico para la renovación del contrato social europeo. La transformación de la sociedad que está en curso sólo será posible con el vínculo entre generaciones.

Ante este contexto cambiante, como responsables políticos, representantes de la sociedad civil y de los sectores sociales, **debemos de comprometernos con nuevas iniciativas e instrumentos políticos**.

Permítanme ser más preciso: **necesitamos una “Estrategia Europea para las personas mayores”**. Esta futura estrategia tiene que incluir una amplia y ambiciosa agenda a la que deben contribuir todos los niveles de gobierno, empresas, agentes sociales y sociedad civil.

Como instituciones europeas tenemos que asumir un papel fundamental a este respecto, movilizándolo una amplia gama de instrumentos políticos para respaldar y reforzar acciones más determinantes en todos los Estados miembros para la inclusión activa de las personas mayores.

Esta **futura Estrategia europea** será fundamental para garantizar que **la solidaridad intergeneracional pueda superar la prueba del cambio demográfico y el envejecimiento de la población**. Necesitamos una agenda propia para comprometernos con nuevas iniciativas en los próximos años.

Si bien los contenidos están por determinar, siguiendo ejemplos en otros ámbitos sociales – como las distintas estrategias sobre personas con discapacidad que se llevan elaborando desde la Declaración de Madrid

de 2002 – la nueva Estrategia deberá tocar distintas áreas de intervención para asegurar una dimensión completa de envejecimiento. Entre otras muchas que espero debatamos en el futuro, a día de hoy me permito sugerir:

## **B. ÁREAS DE INTERVENCIÓN PARA UNA ESTRATEGIA EUROPEA PARA LAS PERSONAS MAYORES**

### **1. Prevenir para conseguir una longevidad activa y saludable.**

La prevención de la pérdida de autonomía y/o dependencia de las personas mayores debe de ser un factor esencial para afrontar el envejecimiento y para hacer posible el bien vivir.

Para ello, precisamos de cambios transformadores en los sistemas y modelos de atención sociosanitarios, centrados en las personas, en lugar de sistemas basados únicamente en la enfermedad.

#### **1.1. En lo sanitario**

La prevención primaria, secundaria y terciaria, y, en particular el uso adecuado de la formación y la información pertinentes, la detección precoz, la prevención y un seguimiento adecuado de las enfermedades no transmisibles habría que incluirlas en **las estrategias de cuidados**, si quieren ser integrales.

Conveniente sería, en este sentido, que, como ya existe en algunos países, se establecieran planes nacionales de prevención de la pérdida de autonomía para una prevención holística, fijando un marco de objetivos. Y estableciendo disposiciones preventivas de morbilidades específicas (atención médica y paramédica en casa si se precisa, plan bucodental, código de buenas prácticas y deontológico para las personas mayores, plan sobre la depresión y prevención del suicidio, plan sobre

enfermedades cardiovasculares, plan sobre el Alzheimer y enfermedades neurodegenerativas, plan sobre el cáncer, ...).

## **1.2. En lo laboral**

Si el estado de las personas mayores es, en general, el reflejo de su vida anterior, las condiciones de trabajo tiene una gran importancia en ello. Por lo tanto, la organización del mismo (ritmos, horarios, tiempos de trabajo, prevención, remuneración...) influyen, positiva o negativamente sobre la satisfacción y la salud para llegar a una vejez saludable. La atención médica de los trabajadores, la evaluación de riesgos y de exposiciones a los que están sometidos, la aplicación de las normas de salud y seguridad en el trabajo, son, asimismo, imperativos para prevenir la pérdida de autonomía de las personas mayores.

Como mencionaba antes, muchas personas mayores se sienten con capacidades para mantenerse en activo más allá de las edades de jubilación que les son impuestas. Sin querer entrar en el debate sobre estas edades máximas o mínimas – cuya decisión pertenecen a cada Estado miembro – es importante **aprovechar este potencial a través de políticas de mantenimiento en activo de las personas mayores, si lo desean.**

Ya sea por el poder de transmisión de experiencias y know-how a las generaciones más jóvenes, por mantener su contribución a los sistemas de seguridad social, o su capacidad de generar nuevas actividades económicas, las personas mayores han de poder mantenerse como miembros activos del tejido laboral y empresarial dentro de la UE. Y esto de forma sistemática, sin que sean una mera anécdota limitada a directivos de grandes empresas.

### **1.3. En las rupturas en las distintas etapas de la vida**

A su vez, las rupturas (desempleo, separaciones, transiciones profesionales jubilaciones) producen efectos importantes sobre la salud y el bienestar, en sus dimensiones físicas, sociales y mentales. Tales cambios deberían, igualmente, ser tenidos en cuenta, anticipados y acompañados. Igualmente, si al aumento de la edad se le añaden desigualdades sociales que afectan a muchas personas mayores - por ejemplo a raíz de una discapacidad sobrevenida -, se acrecienta el riesgo de la pérdida de autonomía. Actualmente, con los estereotipos negativos profundamente arraigados en las empresas sobre el rendimiento y la motivación de los mayores, se pierde mucha experiencia y talento productivo, se pierden ingresos para la seguridad social y se obstaculiza el pensar en qué debe de consistir envejecer.

Por tanto, **las medidas** para asegurar un envejecimiento saludable **deben adoptarse a lo largo de todas las etapas y fases del ciclo vital**, de acuerdo con un enfoque basado en el curso de la vida que promueva la salud, así como la satisfacción de las necesidades de las personas en momentos cruciales.

## **2. Prevenir las desigualdades en el acceso a los cuidados.**

Prevenir también implica identificar a las personas mayores más vulnerables para afrontar situaciones específicas (enfermedades neurodegenerativas, depresión y riesgo de suicidios, cánceres..) o con dificultades de acceso a cuidados y a los dispositivos de prevención.

Las desigualdades se producen, igualmente, en los territorios menos poblados. Lo que debería promocionar la nueva Estrategia es fortalecer la capacidad de ofrecer cuidados a las personas mayores con pérdida de autonomía, acrecentando la oferta de cuidados de proximidad. Por otra

parte, es necesario tener en cuenta el ambiente en el que viven las personas mayores. La proximidad de comercios, de transportes y de servicios reduce el riesgo de aislamiento vinculado al envejecimiento. De igual manera, las viviendas participativas, intergeneracionales, de cooperativas de convivencia, etc pueden ser eficaces en términos de mejora de la vida social y del bienestar, como se ha demostrado en algunos países, sobre todo en territorios rurales.

No podemos perder de vista que los entornos comunitarios adaptados a las personas mayores son mejores lugares para crecer, vivir, trabajar y envejecer. Para crear estos entornos, hay que eliminar los obstáculos físicos y sociales, introduciendo políticas, sistemas, servicios, productos y tecnologías que promuevan la salud y el mantenimiento de la capacidad física y mental. Entornos, en definitiva, que permitan a las personas seguir haciendo las cosas que valoran y promuevan sus relaciones y su participación social, incluso cuando empiecen a perder capacidad.

En este particular, la hora de elaborar **la nueva Estrategia sobre personas mayores** deberíamos buscar inspiración en todas las medidas que nuestras instituciones llevan años apoyando en favor de la accesibilidad de las personas con discapacidad. Si bien se trata de dos colectivos distintos con necesidades específicas se pueden encontrar claros paralelos.

### **3. Prevenir con una vida activa y relacional**

La familia, los amigos, la vida social, las amistades más estrechas y prolongadas son, como se ha dicho muchas veces las que tienen consecuencias más positivas y profundas en las trayectorias vitales. Y, por supuesto, en una vejez activa y saludable. Ya que nuestras relaciones con los demás crean sentido de pertenencia y apreciación.

Por ello hay que abordar medidas para que también los mayores, dispongan de acceso a actividades sociales, comunitarias, de formación, de cooperación, en definitiva, de participación en la sociedad.

#### **4. Prevenir es invertir en recursos para ahorrar después**

Dado que dos terceras partes de las personas mayores con necesidades de cuidados de larga duración no pueden acceder a ellos por diversas razones, como la falta de recursos suficientes o de parientes que les puedan cuidar, este es un tema esencial.

Como ha señalado una reciente Resolución del Parlamento Europeo, “el sector de los cuidados necesita una inversión, unos recursos y una reforma significativos”. En 2018, el déficit de inversión anual estimado en infraestructura social de Europa ascendía a entre 100 mil. millones y 150mil millones de euros. Y en el Informe sobre el Envejecimiento activo de 2021 estimaba que el aumento del gasto público necesario para cubrir los costes de cuidados y el apoyo de larga duración en hasta el 2,9% del PIB al año en 2070, respecto al 1,7 en 2016. Si bien un escenario de “envejecimiento saludable” podría reducir de forma significativa este coste. También destaca la Resolución que “la necesidad de velar por que los cuidados no se conviertan en un producto mercantil”

#### **5. Prevenir es también abordar los cuidados desde una perspectiva de género**

Las necesidades de cuidados de larga duración afectan especialmente a las mujeres de edad avanzada, representan a la mayoría de la población que requiere de esos cuidados. Las mujeres son las que tienen más dificultades para cubrir los gastos, debido a varios hechos: brechas salariales y de pensiones como consecuencia la segregación en el

mercado laboral, de tener más interrupciones en su carrera profesional, contratos precarios o a tiempo parcial.

Cuestión que también afecta al sector de cuidados, ya que en los de cerca de 50 millones de cuidadores no profesionales, la gran mayoría son mujeres, lo que obstaculiza la igualdad de género y puede limitar la posibilidad de trabajar profesionalmente.

Sesgo de género que también se da en los cuidadores profesionales, la inmensa mayoría de ellos mujeres y, en un porcentaje significativo, sin contratos regulados.

Precisamente el reto hoy es construir un modelo que conjugue conciliación, igualdad y cuidado en un nuevo marco que a la vez permita desarrollar las potencialidades de las personas y asumir sus limitaciones. Porque cabe recordar que tanto las situaciones de vulnerabilidad y dependencia, que conllevan atención y cuidado, como la aspiración a la autonomía son parte consustancial de la vida.

### **C. CONCLUSIONES**

1. Una vez compartido este análisis acompañado creo de propuestas concretas, y voy acabando, creo que es importante volver al punto que indicaba al principio de mi intervención sobre el papel que pueden jugar los distintos “stakeholders” para conseguir un enfoque holístico a la problemática de los mayores.

Por un lado, no quiero ni voy a caer en la tentación de decir que toda la responsabilidad recae en los poderes públicos. Muy al contrario, necesitamos la involucración de todos los actores, públicos y privados, empezando por las empresas, los agentes sociales y toda la sociedad civil organizada, representada en esta casa que nos acoge.

Un sector que tiene especial potencial y legitimidad para jugar un papel central es la economía social, en tanto que sector que desde hace décadas viene intentando dar soluciones a las necesidades de las personas mayores, inspirados en principios como la inclusión o la no discriminación sin guiarse por el beneficio como criterio principal. Ya sea a través de canalizar y aprovechar la actividad y experiencia de los mayores a través de iniciativas de voluntariado de asociaciones y fundaciones, la creación de cooperativas de vivienda (cohousing) respondiendo a las necesidades específicas de mayores o de centros ocupacionales o residencias de mayores, por poner distintos ejemplos.

Pasando a **las administraciones públicas** la responsabilidad debe ser compartida por los distintos niveles. Como decía anteriormente, si bien una gran parte de las competencias recaen en las administraciones nacionales o regionales, **la UE** está llamada a jugar un papel central, como promotor y garante del modelo social europeo que no puede dejar al lado **al 20% de su población**- hoy representado por 1 de cada 5 ciudadanos, en el 2030 1 de cada 4 y que en el año 2040 serán 1 de cada 3 ciudadanos- Para ello deben **promover un marco estratégico europeo que permita e incite a los Estados miembros a avanzar en la dirección correcta, llevar a cabo las reformas necesarias y el aprendizaje mutuo.**

2. También la **financiación europea** debe ser parte de ese mix. El próximo verano comenzará la revisión a medio término de las perspectivas financieras plurianuales, lo que es a mi modo de ver una buena ocasión para poner este tema sobre la mesa. Es importante tener en cuenta que **la economía plateada** (los mayores manejamos **el 40% de la riqueza de la UE**, que debe ser movilizada) **es parte del mercado interior y como tal debe recibir atención.** Debemos evitar que se creen

barreras innecesarias para la libre circulación de las personas mayores (tampoco podemos olvidarnos del papel tan significativo de las personas mayores en **el sector turístico** y su impacto positivo en las economías de muchos de los estados miembros de la UE)

3. En este contexto, creo que el siguiente paso es que la Unión Europea adopte una **Estrategia Europea para las personas mayores que sea ambiciosa, y que lo haga más pronto que tarde.**

Asimismo, abogo por que **2024 sea designado Año Europeo de las Personas Mayores.** Qué mejor homenaje a nuestros mayores y a este grupo de la sociedad que ha sufrido tanto estos últimos años de confinamiento.

4. Finalmente, tal como propuse en mi dictamen, debemos seguir empujando por la creación de un **Observatorio Europeo del Envejecimiento.**

5. Espero haber aportado contexto e ideas a una temática tan pertinente y de tanta actualidad, y desde aquí **enfatico nuestro compromiso en avanzar en la consecución de una Europa inclusiva para todos los ciudadanos, incluidos los mayores.**

De estos y otros temas tratará el Dictamen exploratorio que desarrollaremos **desde el CESE a petición de la Presidencia española a lo largo de 2023**, y que concluirá en una **Conferencia que estamos planteando para finales de 2023, auspiciada por el CESE a petición de la Presidencia Española.**

Muchas gracias.