

Manifiesto de la Plataforma de Mayores y Pensionistas

Día Internacional de las Personas Mayores

“Preparar los sistemas para la nueva longevidad: un compromiso presente y futuro”

Hoy, 1 de octubre, Día Internacional de las Personas Mayores, alzamos la voz desde la Plataforma de Mayores y Pensionistas (PMP) y las organizaciones que la integramos para recordar que el aumento de la esperanza de vida no es un problema socioeconómico, sino el mayor logro demográfico del siglo XXI. La nueva longevidad nos exige adaptar nuestras instituciones, nuestras economías y nuestros servicios para garantizar el derecho a envejecer con dignidad, seguridad y participación plena.

El lema elegido por Naciones Unidas para 2026, *‘La era de la longevidad: replantear los sistemas para una vida más larga’*, resume bien este desafío: vivir más años es una conquista social, pero también una responsabilidad colectiva que exige nuevos derechos, transformar nuestras políticas, nuestros servicios y nuestros entornos. Porque no basta con vivir más años. Hay que poder vivir mejor y seguir decidiendo sobre la propia vida.

Las personas mayores y particularmente las personas con discapacidad mayores en las que converge discapacidad y edad, no somos meras espectadoras de este cambio, sino un pilar fundamental de la cohesión social y económica de nuestro país. Por ello, reafirmamos nuestros logros y nuestras exigencias históricas, al tiempo que fijamos la hoja de ruta estratégica para los próximos años: reclamamos una Estrategia Nacional para la Nueva Longevidad que coordine a todas las administraciones públicas en la adaptación del urbanismo, el transporte público, la vivienda accesible y los entornos comunitarios a una sociedad que vive más años, y que impulse, junto a ella, una economía plateada justa y participativa, capaz de aprovechar el talento sénior, flexibilizar la transición a la jubilación y evitar que la edad se convierta en motivo de exclusión, ya sea del mercado de trabajo o de los ámbitos sociales más creativos e innovadores.

Nuestras reivindicaciones para replantear los sistemas

1. Servicios Sociales, Dependencia y Sanidad: los tres pilares de un sistema de cuidados a la altura. España ha avanzado en el reconocimiento de derechos y en la construcción de su sistema de servicios sociales, pero no podemos conformarnos mientras persistan desigualdades territoriales y déficits de cobertura, financiación y atención de proximidad. El Índice DEC —el informe de referencia que audita cada año el grado de desarrollo de los servicios sociales en cada comunidad autónoma— es contundente: el 42 % de la población vive en territorios con servicios sociales débiles o irrelevantes. Especialmente preocupante es el escaso desarrollo de los servicios domiciliarios, imprescindibles para que las personas puedan permanecer en su entorno y sostener su proyecto de vida con autonomía. En materia de dependencia, reconocemos los avances alcanzados y valoramos la reforma aprobada como una oportunidad para progresar en derechos, autonomía y calidad de los cuidados. En junio de 2026, más de 1,7 millones de personas recibían ya una prestación efectiva del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia (SAAD), y la lista de espera se había reducido un 21 % en un año. Son datos que hay que poner en valor. Pero todavía 142.887 personas permanecían a la espera de una prestación, con un tiempo medio de tramitación de 314 días: un derecho que tarda casi un año en hacerse efectivo no puede considerarse plenamente garantizado. Reclamamos:

- Un desarrollo reglamentario ágil y completo, aplicado de forma efectiva, homogénea y con garantías en todo el territorio.
- Una financiación pública suficiente, estable y sostenible, avanzando hacia un Pacto de Estado sobre dependencia y cuidados de larga duración y hacia una inversión pública equivalente al 1,7 % del PIB.
- La reducción decidida de las listas de espera y los tiempos de tramitación.
- Un modelo de cuidados centrado en la persona, que priorice la consecución de mejoras en todos los ámbitos de su bienestar y calidad de vida partiendo del respeto pleno a su dignidad, derechos, intereses y preferencias y contando con su participación activa y efectiva, su permanencia en el hogar y en la comunidad, refuerce la atención domiciliaria y la asistencia personal, y apoye a las familias cuidadoras.

Nada de esto es posible sin una sanidad pública fuerte, universal y de calidad, capaz de responder a las necesidades específicas de una población que envejece: listas de espera razonables, atención geriátrica especializada, salud mental y coordinación real entre el sistema sanitario y el sistema de cuidados. Reclamamos un Plan Nacional de Atención Sanitaria a las personas mayores que garantice esa respuesta en todo el territorio.

Servicios sociales, dependencia y sanidad son tres patas de un mismo derecho: envejecer con salud, cuidados y dignidad.

2. Pensiones suficientes para vivir con dignidad: Defendemos un sistema público de pensiones suficiente, sostenible, solidario y basado en la equidad, que garantice seguridad económica durante toda la vejez y preserve el derecho a una vida digna. Reclamamos:

- La revalorización permanente de las pensiones conforme al IPC real, para mantener el poder adquisitivo frente al aumento del coste de la vida.
- La garantía legal de la suficiencia y sostenibilidad del sistema público de pensiones, rechazando cualquier recorte, privatización o medida que debilite los derechos adquiridos o los mecanismos de protección social.
- Una pensión mínima por encima del umbral de pobreza, para que nadie afronte la vejez en condiciones de precariedad o exclusión social.
- La reducción continuada de las brechas de género en las pensiones, reconociendo el impacto de las interrupciones y reducciones de las carreras laborales vinculadas a los cuidados.
- El refuerzo de las pensiones no contributivas y las prestaciones sociales para quienes se encuentran en mayor vulnerabilidad.

Una vida más larga necesita seguridad económica. **Las pensiones dignas no son un privilegio: son un derecho.**

3. Una sociedad libre de edadismo y discriminación: La edad no puede determinar nuestros derechos, nuestras capacidades ni nuestras oportunidades. Reclamamos medidas efectivas para prevenir y erradicar el edadismo en todos los ámbitos: instituciones, servicios públicos, sanidad, empleo, medios de comunicación, entorno digital, entidades financieras y relaciones sociales. Ninguna persona debe ser infantilizada, excluida o ver limitada su capacidad de decisión por razón de edad.

Para ello es imprescindible el despliegue efectivo de la Autoridad Independiente para la Igualdad de Trato y la No Discriminación, con financiación sólida, una dotación robusta de recursos humanos, técnicos y materiales, y capacidad real para investigar, actuar y garantizar protección frente a cualquier forma de discriminación por razón de edad. La lucha contra el edadismo necesita derechos, pero también instituciones con capacidad real para hacerlos efectivos. **La edad no define nuestra dignidad.**

4. Una Ley Integral de Derechos de las Personas Mayores: Reclamamos una ley de carácter vinculante, dotada de recursos suficientes y mecanismos efectivos de seguimiento y evaluación, que reconozca expresamente la discriminación por razón de edad o discapacidad y garantice la autonomía, la capacidad de decisión, la salud, los cuidados, la vivienda, la accesibilidad, la inclusión digital, la vida independiente y la participación.

5. Una Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas Mayores: Instamos al Gobierno de España a mantener su apoyo activo a la labor iniciada por el grupo de trabajo del Consejo de Derechos Humanos de la ONU, porque una Convención Internacional es imprescindible para que los derechos humanos se respeten plenamente también en la vejez. Un tratado específico establecería estándares jurídicos claros para combatir el edadismo y la discriminación por edad, promoviendo la dignidad, la autonomía, la igualdad y la participación social de las personas mayores. También orientará a los Estados en el cumplimiento de sus obligaciones de protección y garantía. Además, visibilizará las situaciones de exclusión, abuso y vulneración de derechos; reforzará los mecanismos de rendición de cuentas y contribuirá a construir sociedades más inclusivas y solidarias para todas las edades.

Es necesario situar en la agenda política y social este tratado vinculante con las organizaciones de mayores al frente. El papel de la sociedad civil representativa y de las entidades que la integran es fundamental para que la Convención refleje la realidad y las necesidades de nuestro grupo social

6. Vivienda, accesibilidad y entornos para una vida más larga: Reivindicamos el derecho a una vivienda digna, accesible, segura y adaptada, así como entornos y servicios de proximidad que permitan desarrollar el proyecto de vida con autonomía y a permanecer, cuando así se desee, en el entorno habitual. Necesitamos barrios, pueblos y ciudades accesibles, seguros y conectados, con un transporte público accesible, servicios de proximidad, espacios de convivencia y medidas frente a la pobreza energética. Para ello es imprescindible ampliar el parque público de vivienda asequible y adaptada, impulsar programas de rehabilitación y eliminación de barreras arquitectónicas, y facilitar líneas de ayuda para la adecuación de viviendas a las necesidades de las personas mayores y las personas con discapacidad mayores. La adaptación de viviendas y entornos debe incorporar también la respuesta ante la emergencia climática, especialmente frente a las olas de calor y otros fenómenos extremos. **Envejecer donde queremos vivir también forma parte de nuestro derecho a una vida digna.**

7. Una sociedad digital que no excluya: Reclamamos una sociedad digital inclusiva, en la que la transformación tecnológica facilite el ejercicio de los derechos y no se convierta en una nueva forma de exclusión. Las administraciones públicas, entidades financieras y prestadores de servicios esenciales deben garantizar siempre atención presencial y humana, alternativas telefónicas y vías no telemáticas y atención personalizada cuando estén en juego derechos, prestaciones, servicios sanitarios, servicios financieros o suministros básicos. Reclamamos formación, acompañamiento y recursos para favorecer

la inclusión digital, garantizando que ninguna persona quede excluida por no disponer de medios, competencias o posibilidades para realizar un trámite digital. Reclamamos una inteligencia artificial respetuosa con las personas mayores: que proteja sus derechos, evite sesgos y edadismos, cuente con la supervisión del propio colectivo y ofrezca servicios y trámites digitales accesibles desde su diseño, también para las discapacidades físicas y sensoriales. **La tecnología debe estar al servicio de las personas, no las personas al servicio de la tecnología.**

8. Lucha contra la soledad no deseada: La soledad no deseada es uno de los grandes retos silenciosos de una sociedad que envejece: en España afecta ya a una parte muy significativa de la población, y una proporción considerable de quienes la sufren la padecen de forma crónica, con un impacto directo sobre la salud física, mental y la calidad de vida.

Valoramos positivamente la aprobación del Marco Estratégico Estatal de Soledades (2026-2030) como primer instrumento que aborda el problema de forma transversal, estructural y centrada en las personas, y la creación de la Mesa Interinstitucional de Soledades para coordinar su desarrollo entre las administraciones y el Tercer Sector. Pero un marco estratégico solo cambia vidas si se dota de recursos, plazos y evaluación real. Por ello reclamamos:

- Una financiación específica, suficiente y estable para desplegar el Marco Estratégico en todo el territorio, sin que su alcance dependa de la comunidad autónoma o el municipio de residencia.
- El refuerzo de la detección temprana, el acompañamiento comunitario, potenciando el papel de los recursos de proximidad, entre ellos las farmacias comunitarias, en la detección de situaciones de soledad no deseada y vulnerabilidad, así como la teleasistencia avanzada, con especial atención a las personas mayores que viven solas.
- Indicadores públicos de seguimiento y evaluación que permitan medir el impacto real de las medidas, no solo su puesta en marcha.
- La soledad no deseada no es un problema individual: es una realidad social que exige una respuesta pública ambiciosa y sostenida en el tiempo.

9. Cerrar la brecha rural: No hay sociedad preparada para la longevidad sin una respuesta específica para el medio rural, donde vive una parte muy relevante de las personas mayores de España y donde el envejecimiento, la despoblación, las barreras arquitectónicas y la escasez de servicios se refuerzan mutuamente. Los déficits de cobertura en servicios sociales no se reparten por igual: golpean con más fuerza a los pueblos y a las zonas menos pobladas. Reclamamos:

- Servicios sociales, sanitarios y de dependencia de proximidad sin barreras arquitectónicas en el medio rural, sin que la distancia al recurso más cercano determine ni la calidad ni la esperanza de vida.
- Transporte público adaptado y conectividad digital real en todo el territorio, condiciones imprescindibles para la movilidad, la teleasistencia y la telemedicina.
- Incentivos efectivos para fijar profesionales sanitarios y sociales en el ámbito rural, y programas específicos de detección y acompañamiento frente a la soledad no deseada en los entornos más despoblados.

Envejecer en un pueblo no puede significar envejecer con menos derechos. La España rural también tiene derecho a una vida más larga y mejor vivida.

10. Cambio climático y transición ecológica justa: La emergencia climática es también un desafío para la salud pública, la protección social, la vivienda y el ejercicio de los derechos. Las olas de calor, los incendios, las inundaciones y otros fenómenos extremos pueden tener consecuencias especialmente graves cuando concurren situaciones de soledad, discapacidad, dependencia, pobreza o aislamiento territorial.

La PMP reclama incorporar la perspectiva de edad y discapacidad a las políticas de adaptación y respuesta ante las emergencias climáticas, mediante sistemas de alerta accesibles, protocolos de protección, identificación preventiva de situaciones de riesgo y coordinación efectiva de los servicios sanitarios, sociales y de emergencia. Es necesario combatir la pobreza energética, adaptar las viviendas, mejorar los espacios urbanos y ampliar las zonas verdes y los refugios climáticos.

Las personas mayores no debemos ser consideradas únicamente destinatarias de protección: somos también ciudadanía activa y podemos contribuir, desde nuestra experiencia y conocimiento, a construir comunidades más preparadas y resilientes.

11. Un Pacto Intergeneracional para una sociedad de todas las edades: Instamos a las administraciones públicas a avanzar hacia un Pacto Intergeneracional que permita afrontar conjuntamente los grandes desafíos sociales: vivienda, empleo, pensiones, cuidados, accesibilidad, servicios públicos, transformación digital, transición ecológica y cohesión territorial. No aceptamos que los derechos y oportunidades de unas generaciones deban construirse a costa de otras. Reivindicamos solidaridad, equidad y responsabilidad compartida entre generaciones, desde una perspectiva que tenga en cuenta la edad, el género, la discapacidad y las distintas trayectorias de vida. **Una sociedad longeva debe ser una sociedad para todas las edades.**

12. Más participación y capacidad de decisión: más democracia. Las políticas que afectan a las personas mayores deben hacerse con las personas mayores y con sus organizaciones representativas. Reclamamos mecanismos estables de participación en el diseño, la ejecución y la evaluación de las políticas públicas, y el reconocimiento de nuestra experiencia y conocimiento como una aportación imprescindible a la sociedad.

Por ello exigimos mesas de participación y gobernanza real, con la incorporación obligatoria y vinculante de los colectivos de mayores en la elaboración de las políticas públicas que afecten a nuestro bienestar y calidad de vida. Asimismo, instamos a los grupos políticos a que incorporen, en sus listas para las convocatorias electorales, un mayor número de personas mayores con posibilidades de ser elegidas, para que así sean más representativas de la demografía e intereses generales de todo el país. La participación no puede quedar reducida a un trámite consultivo: debe tener capacidad efectiva de influir en las decisiones que nos afectan. **Queremos seguir siendo protagonistas de nuestro presente y de nuestro futuro.**

No pedimos que se decida por nosotras y nosotros: pedimos decidir. Una sociedad preparada para la longevidad no es solo la que cuida y protege a las personas mayores, sino la que cuenta con ellas, escucha su voz y comparte con ellas el poder de decisión sobre lo que les afecta. En este día, hacemos un llamamiento a las administraciones, a los agentes sociales y a toda la ciudadanía para transformar las estructuras públicas y privadas, garantizando que cumplir años signifique siempre sumar derechos, dignidad y futuro.

La nueva longevidad no se improvisa: se planifica, se financia y se decide con nosotras y nosotros.

