

# LAS PROVINCIAS

## Día de los mayores: cómo son los seniors de la Comunitat

Un millón de valencianos configura la franja de edad más elevada: casi el 6% son octogenarios y reside en su mayoría en zonas despobladas, un reto que será más exigente en tres décadas, cuando el 30% supere los 65 años



**Chema Bermell**

Lunes, 30 de septiembre 2024, 01:06

Seguir

Comenta



Cada 1 de octubre, en conmemoración del Día Internacional de las Personas Mayores, se nos invita a reflexionar sobre el valor y la realidad de los más veteranos de nuestra sociedad. En la Comunitat Valenciana, representan un grupo en constante crecimiento y transformación, conformando un 20% de la población, lo que equivale a más de un millón de personas. Este dato no sólo subraya el envejecimiento progresivo de la población, sino que plantea retos urgentes en el ámbito social, económico y sanitario.

La Dra. Sacramento Pinazo-Hernandis, psicóloga e investigadora en la Universitat de València, señala la importancia de ver a las personas mayores como un grupo heterogéneo. «No tienen las mismas necesidades los que están cerca de la jubilación que los nonagenarios», subraya. Esta diversidad es crucial para diseñar políticas públicas inclusivas que se adapten a las realidades múltiples de la vejez. La Comunitat se enfrenta a una paradoja demográfica. Por un lado, la región ha experimentado un aumento en la población gracias a la inmigración, que ha compensado un saldo vegetativo negativo. Esto ha permitido mantener cierto dinamismo, particularmente en las áreas urbanas. Por otro lado, el envejecimiento de la población presenta desafíos considerables. Según los últimos datos del INE, un 5,7% de los habitantes de la Comunitat son octogenarios, una cifra que sigue en aumento y que se concentra en zonas rurales que, en muchos casos, están también en riesgo de despoblación.

De los 500 municipios de la Comunitat, 297 presentan una tasa de envejecimiento superior al 20%, y en 154 de ellos, la situación es alarmante por el riesgo de despoblación. En lugares como el Rincón de Ademuz, Els Ports o Alto Palancia, las dificultades de acceso a recursos básicos como el transporte o los servicios sociosanitarios son palpables. Estas áreas «sobreenvejecidas», con escasos potenciales cuidadores, exigen una respuesta inmediata por parte de las instituciones.

A nivel nacional, la inversión de la pirámide poblacional es un fenómeno que no deja a nadie indiferente. De acuerdo con las proyecciones del Instituto Nacional de Estadística, para 2055 el 30,5% de la población

española será mayor de 65 años. Esta realidad, que el Dr. Rafael Puyol, presidente de la Universidad Internacional de La Rioja (UNIR), describe como una «conquista social», viene acompañada de desafíos serios: la sostenibilidad del sistema de pensiones, el aumento del gasto sanitario y la creciente dependencia.

### Noticia relacionada

## Becquer y Rubén Darío para que los mayores no caigan en el olvido

 Luis Urios Ibáñez



Respecto a este último punto, como señala la Dra. Pinazo-Hernandis, la vejez no es un proceso uniforme. La dependencia, por ejemplo, no afecta a todas las personas mayores de la misma manera. Mientras que algunos viven una vida activa y autónoma hasta una edad avanzada, otros requieren cuidados constantes debido a enfermedades neurodegenerativas o problemas de movilidad. En la Comunitat Valenciana, 213.093 personas están en situación de dependencia, de las cuales el 72,3% son mujeres mayores de 80 años. La cuestión de género es clave, ya que las mujeres viven más años, pero también sufren más enfermedades que provocan dependencia, como el alzhéimer o trastornos osteoarticulares.

Además, muchas de estas mujeres han enfrentado desventajas económicas a lo largo de su vida. No pocas cuentan únicamente con una pensión de viudedad, lo que las coloca en situaciones de vulnerabilidad. Muchas viven solas y se enfrentan a una realidad económica difícil, donde el coste de la vivienda y los servicios básicos aumenta, pero sus ingresos no.

## La brecha digital y la soledad

En un mundo cada vez más digitalizado, otro de los grandes retos que enfrentan las personas mayores es la brecha digital. Un informe del Observatorio de Brecha Digital de la Comunitat reveló que a mayor edad,

menor es el uso de la tecnología, un hecho que también se correlaciona con el nivel educativo y el género. Las mujeres mayores, con menores niveles de escolarización, son el grupo que menos usa las nuevas tecnologías, lo que aumenta su riesgo de exclusión en una sociedad donde el acceso a muchos servicios se está trasladando a plataformas digitales.

La Dra. Pinazo-Hernandis llama la atención sobre esta problemática, ya que la falta de habilidades digitales no solo limita el acceso a servicios, sino que también aumenta la sensación de aislamiento. La digitalización, en lugar de ser una herramienta de inclusión, corre el riesgo de profundizar la exclusión de los más vulnerables si no se implementan políticas que garanticen la alfabetización digital para todos.

A pesar de los retos, las personas mayores tienen un papel fundamental en la sociedad. Según el Dr. Puyol, es necesario fomentar la participación activa de este grupo en el mercado laboral y en otras áreas de la vida pública. «Los mayores están en buenas condiciones físicas y mentales para seguir contribuyendo», afirma. En un contexto de escasez de jóvenes, la experiencia y el conocimiento de las personas mayores son recursos valiosos para el sostenimiento de la economía y la cohesión social. Programas intergeneracionales que pongan en contacto a jóvenes y mayores son fundamentales para facilitar este intercambio de conocimientos y experiencias. Sin embargo, la Comunitat carece de iniciativas consolidadas en este sentido. La Dra. Pinazo-Hernandis enfatiza que estos programas no solo beneficiarán a las personas mayores, dándoles un sentido de propósito, sino que también ayudarán a los jóvenes, especialmente en un momento en que muchos carecen de referentes claros.



## La crisis de los cuidados

El envejecimiento de la población también ha generado lo que muchos expertos llaman la «crisis de los cuidados». A medida que más personas mayores necesitan asistencia, la carga de los cuidados ha recaído en las familias, y en particular en las mujeres. Según una encuesta del INE, el 70% de los cuidados en España son proporcionados por un familiar, y el 74% de esos cuidadores son mujeres de entre 50 y 66 años. Estas mujeres se enfrentan a la difícil tarea de compatibilizar el cuidado de sus seres queridos con sus responsabilidades laborales, lo que pone en evidencia la necesidad urgente de políticas públicas que aborden esta crisis.

Para mitigar esta situación, es esencial invertir en servicios de proximidad que acerquen los cuidados a donde las personas mayores viven. La Dra. Pinazo-Hernandis subraya que el sistema de dependencia actual es insuficiente. Las ayudas a domicilio son escasas y no cubren las necesidades de las personas mayores. Se requieren más horas de asistencia y una mejor coordinación entre los servicios sociales y sanitarios. La discriminación por edad es otra barrera que las personas

mayores enfrentan. Vivimos en una sociedad que valora la rapidez, la innovación y la juventud, dejando a menudo de lado el conocimiento y la sabiduría que aportan los mayores. Como bien señala la Dra. Pinazo-Hernandis, en otros países existen programas que integran a las personas mayores en las escuelas para apoyar a los alumnos con mayores necesidades. En la Comunitat, aún falta un enfoque similar que reconozca y valore el capital cultural y humano de nuestros mayores.

En el Día Internacional de las Personas Mayores, es crucial recordar que las personas mayores no solo son un grupo en crecimiento, sino también un pilar fundamental de la sociedad valenciana. A medida que envejece nuestra población, necesitamos políticas que fomenten su participación activa, mejoren su calidad de vida y reconozcan su valor. Enfrentar los retos del envejecimiento no es solo una cuestión de números, sino de dignidad, justicia y respeto hacia quienes han contribuido tanto a nuestra sociedad. «Las personas mayores en la Comunitat merecen vivir una vejez plena, en la que se les escuche, se les apoye y se les valore», concluye la Dra. Pinazo-Hernandis.

Temas Comunidad Valenciana

 Comenta

 Reporta un error