

LES OPORTUNITATS DE LA LONGEVITAT

Avui, 1 d'octubre, celebrem el Dia Internacional de la Gent Gran, una efemèride cada cop més rellevant en un món on l'esperança de vida s'ha allargat gràcies als avenços sanitaris i socials. Catalunya és una de les societats més longeves del món, amb una esperança de vida al néixer de 83 anys. Actualment, els ciutadans de 65 o més anys representen el 19% de la població, una xifra que augmentarà fins al 22% el 2030, i arribarà al 30% el 2050, segons dades d'IDESCAT. Això suposa una gran oportunitat per promoure un envelliment més digne i equitatiu.

Però, què vol dir ser gran? L'envelliment no es defineix per una edat concreta, sinó com un procés al llarg dels anys que ens afecta a tots. Envellir és inevitable, però com envellim depèn de nosaltres, per això és fonamental promoure polítiques de salut i prevenció per garantir un envelliment actiu i saludable durant el màxim temps possible.

Els reptes per a societats com la nostra són nombrosos. És essencial continuar lluitant contra l'edatisme i les percepcions estereotipades sobre la gent gran per construir una visió de l'envelliment més positiva, diversa i inclusiva, que reconegui la riquesa i l'heterogeneïtat d'aquest col·lectiu. També cal posar en valor el paper de la gent gran en àmbits com el voluntariat i la comunitat, on contribueixen significativament al suport social i a la cohesió intergeneracional.

Tot i que l'esperança de vida a Espanya és superior a la mitjana de la UE, els anys de vida saludable són relativament més baixos, especialment entre les dones, fet que evidencia un clar biaix de gènere. La població amb malalties cròniques i dependència genera una demanda creixent de serveis sanitaris, socials i cures de llarga durada. Les solucions per atendre aquestes necessitats són complexes i passen, entre d'altres, per un reforç de l'àmbit sanitari, una integració social i sanitària, i un canvi de model en les cures de llarga durada. A Catalunya, des de fa més de 30 anys, disposem d'una xarxa d'atenció intermèdia pionera en l'atenció de la població amb cronicitat complexa que requereix atenció geriàtrica i/o pal·liativa. Aquest model d'atenció multidimensional i centrat en la persona és un referent d'eficiència i qualitat a nivell europeu. Des de la Societat Catalana de Geriatria i Gerontologia (SCGIG), reivindicuem millorar el seu finançament i continuar orientant-lo cap a una atenció més integrada i comunitària, en col·laboració amb una atenció primària enfortida.

Un dels reptes principals als quals ens enfrontem com a societat longeva és la sostenibilitat econòmica, especialment en els sistemes de pensions i salut. La "*silver economy*" pot ser una oportunitat de creixement, amb nous mercats i productes orientats al col·lectiu sènior, que tenen un gran potencial econòmic i social. A més, probablement serà necessari flexibilitzar els llocs de treball per adaptar l'edat de jubilació a les noves realitats demogràfiques.



La tecnologia és clau per facilitar un envelliment saludable, sobretot quan apareixen dificultats físiques o mentals. Tot i que la societat està cada cop més digitalitzada, és fonamental continuar lluitant contra la bretxa digital, que té una dimensió interseccional.

Finalment, no podem obviar que la longevitat no és una realitat universal. Moltes parts del món encara s'enfronten a grans reptes en aquest àmbit. Per això, la dècada 2021-2030 ha estat designada per l'OMS com la dècada de l'envelliment saludable, amb l'objectiu de treballar conjuntament per millorar la qualitat de vida de les persones grans arreu.

La nostra societat, cada cop més longeva, té, sens dubte, una gran oportunitat si és capaç de teixir un ampli consens i treballar de manera coordinada en els diferents reptes que es presenten, convertint-los en beneficis. Encara ens queda camí per avançar, reivindicant el coneixement i l'experiència dels sèniors i educant per a una societat longeva i plena.

FIRMA:

Esther Roquer Fanlo, Presidenta de la Societat Catalana de Geriatria i Gerontologia

Francesc Riba Porquet, Vicepresident de la Societat Catalana de Geriatria i Gerontologia