



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

VIII Congreso Internacional de Gerontología

# Es necesario un proceso de transformación social para conseguir una sociedad inclusiva con las personas adultas mayores

Construir una mirada integral y multidisciplinaria para atender los retos y desafíos del envejecimiento en los diversos contextos

6 OCT 2023 Sociedad



Se entiende el envejecimiento saludable como “el proceso de desarrollo y mantenimiento de la capacidad funcional que permite el bienestar en edades avanzadas (OMS, 2021) y el cual está influenciado por múltiples factores a lo largo de la vida, que pueden ser alterados por eventos mundiales, como la pandemia de COVID-19 y hasta el mismo cambio climático. Foto Laura Rdríguez

---

Los desafíos presentes y las estrategias futuras ante el envejecimiento en los actuales contextos sociales fueron abordados desde muy variadas perspectivas durante el VIII Congreso Internacional de Gerontología realizado en la Universidad de Costa Rica y organizado por [Sistema de Estudios de Posgrado](#) y el [Posgrado en Gerontología](#). **Después de dos años de confinamiento, este espacio presencial permitió un reencuentro de saberes, sentires, conocimientos, experiencias y de nuevos retos que marcan el proceso de envejecimiento y la etapa de la vejez.**

La participación de estudiantes, académicos, científicos y profesionales expertos en la temática, aportó a la discusión sobre la construcción de un proceso de envejecimiento más saludable y por tanto, una vejez más satisfactoria.

**La labor de la academia en la formación de profesionales en gerontología, fue uno de los puntos álgidos durante el congreso, pues se concluyó que es necesaria su constante evolución, adaptándose a los cambios que va presentando el envejecimiento poblacional y los retos que este mismo acarrea.** Fue posible conocer el quehacer académico de las diferentes universidades a nivel nacional e internacional, que preparan a profesionales en gerontología y que vinculan esta labor con la ciencia.

Especialistas nacionales e internacionales asumieron la misión de hablar sobre algunos temas que pocas veces se desarrollan al tratar los procesos de envejecimiento y la vejez. Temas, algunos poco asumidos en las sociedades actuales, e incluso minimizados. **Otros temas insurgentes y retadores que llaman muy seriamente a una reflexión desde una perspectiva centrada en los Derechos Humanos cuando abordamos el camino del envejecimiento.**

Fue así como el congreso dio voz y eco a temas como el Covid-19: impacto en la salud de las personas mayores; **espiritualidad y resiliencia en las personas mayores, optimización de las oportunidades de bienestar físico, mental y social, ampliar la esperanza de vida saludable y la calidad de vida de las personas adultas mayores y permitirles seguir contribuyendo activamente a la sociedad.** Estos temas desarrollados en el congreso se enmarcan en la Década del Envejecimiento Saludable, como una propuesta de la Organización Mundial de la Salud para optimizar la capacidad funcional de las personas mayores.

**¿Y qué pasa con los cuidados y las personas que cuidan? El congreso trajo a escena de manera particular uno de los grupos más importantes y, a la vez más invisibilizados, temas en torno a la vejez: las personas cuidadoras de mayores en condición de dependencia y/o situaciones de vulnerabilidad, quienes ejercen una labor trascendental en nuestra sociedad.** Estas personas necesitan formación y acompañamiento, ya que deben adquirir nuevos conocimientos y habilidades para brindar el mejor cuidado posible. Además, el cuidado también involucra la labor formal, llevada a cabo por organizaciones de bienestar social, tanto en los hogares de larga estancia, como en los centros diurnos.



Con 34 años de existencia, el coro del Programa Institucional para la persona Adulta y Adulta Mayor ([Piam-UCR](#)) Miriam Accame, se presentó durante el VIII Congreso Internacional de Gerontología y es un claro ejemplo de que no existen límites para compartir la pasión por la música coral. Sus integrantes tienen una edad promedio que ronda los 73 años Foto Laura Rodríguez

---

Sobre la ética y los derechos humanos de las personas mayores también se habló largo y tendido. Así, el protagonismo lo tuvo el **Edadismo** (“la forma de pensar (estereotipos), sentir (prejuicios) y actuar (discriminación) con respecto a los demás o a nosotros mismos por razón de la edad”. Organización Mundial de la Salud) y cómo luchar contra él para poder visualizar las acciones socioeducativas, las actividades intergeneracionales y de exigibilidad de los derechos, en las que se combaten ideas erróneas y prejuicios en razón de la edad.

Al analizar el Edadismo, el congreso retomó la agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible con su lema “que nadie se quede atrás”, el cual promueve **un enfoque de desarrollo inclusivo que implica que ninguno de los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible será logrado a menos que se cumplan para todas las personas, en particular mujeres, niñas, migrantes, refugiados, indígenas, afrodescendientes, personas con discapacidad y LGBTIQ entre otros y otras.**





Son muy variados los ámbitos de acción de la Gerontología desde los cuales incidir en la calidad de vida de las personas adultas mayores y permitirles seguir contribuyendo activamente a la sociedad. Foto de archivo.

---

Gran claridad sobre la brecha digital para las generaciones mayores tuvo el congreso. **Una brecha que se hizo más evidente durante la pandemia provocada por la Covid-19, en la cual, muchos de los servicios de atención gerontológica se tuvieron que virtualizar y con ello, muchas personas quedaron excluidas y aisladas en tiempos donde más se requería apoyo.**

Este congreso fue pionero al incluir en sus temáticas los beneficios de las Tic en la vida cotidiana de las personas mayores: **usos de dispositivos tecnológicos, aplicaciones, la tecnología al servicio y beneficio de esta población, de su calidad de vida y de un envejecimiento más saludable;** experiencias de virtualización de intervenciones gerontológicas y aquella en donde se promueven las relaciones intergeneracionales mediadas por el uso de la tecnología.

Finalmente, el congreso dejó sobre la mesa retos que son urgentes de enfrentar en nuestra sociedad. **Es urgente que el alcance de los conocimientos y prácticas gerontológicas puedan llegar a profesionales, cuidadoras, envejecientes y envejecidas, etc., trascender los límites geográficos y llevar acciones concretas a comunidades e instituciones fuera de la Gran Área Metropolitana, la actualización constante y el análisis integral del envejecimiento, incorporando aspectos sociales, psicológicos y biológicos desde el abordaje interdisciplinario y que esto impacte en políticas públicas, pero sobre todo en acciones concretas con la mejor planificación tomando en cuenta la heterogeneidad de las poblaciones y contextos. Seguir construyendo desde y con las poblaciones.**

Para los integrantes del comité organizador del congreso queda mucho por hacer, especialmente dar a conocer aún más **la Gerontología como disciplina, así como la promoción de estrategias concretas para abordar temas como el edadismo, la intergeneracionalidad, la gerotrascendencia y el desarrollo ético de los procesos que involucran los temas de envejecimiento y vejez.**

“Asimismo, queda profundizar más en cómo llegar a la clase política, para que los envejecimientos de cada persona dentro de Costa Rica puedan ser lo más humanos, óptimos, saludables y exitosos posibles”.



Aspectos sociales, psicológicos y biológicos desde un abordaje interdisciplinario son necesarios para combatir los prejuicios, estereotipos y discriminación que la sociedad pueda manejar ante el envejecimiento. Foto de archivo



**[María Encarnación Peña Bonilla](#)**  
Periodista Oficina de Comunicación Institucional  
Áreas de cobertura: Administración Superior, Escuela de Estudios Generales  
[maria.penabonilla@ucr.ac.cr](mailto:maria.penabonilla@ucr.ac.cr)

**Etiquetas:** [adultos mayores](#), [inclusion](#).