

Combatir el edadismo: conciencia y mejores prácticas en la atención de salud de personas mayores

Combating ageism: awareness and best practices in healthcare for older people

Victoria González-García,¹ Claudia L. Chávez-García,^{2*} Jennifer E. Girón-Castillo,³ Brayan Reyes-Cedeño⁴ y Eduardo Sosa-Tinoco⁵

Dirección de Enseñanza y Divulgación, Instituto Nacional de Geriátrica, Secretaría de Salud, Ciudad de México, México

El edadismo en la vejez

El informe mundial sobre edadismo de la Organización Mundial de la Salud (OMS) destaca que el edadismo es un problema que afecta globalmente a las personas mayores (“viejismo”),¹ pero no es exclusivo de ellas: también afecta a niños, adolescentes y jóvenes.² Una de cada dos personas tiene actitudes “viejistas”.¹ Robert Butler acuñó el término edadismo, el cual describió como el prejuicio de un grupo etario hacia otros grupos de edad. El concepto abarca estereotipos, prejuicios y discriminación, que pueden ser negativos o positivos, explícitos o implícitos, y manifestarse directamente hacia otras personas o de forma autodirigida.³ El miedo a la muerte y la discapacidad contribuyen al edadismo, ya que las personas recurren a la evitación, segregación y rechazo para manejar la ansiedad relacionada con su propia mortalidad y deterioro físico.^{3,4} El objetivo de esta comunicación es visibilizar el problema del edadismo en la vejez y proponer mejores prácticas para combatirlo en los servicios de salud.

Edadismo en los servicios de salud

En el ámbito de la salud, el edadismo en la vejez (“viejismo”) puede resultar en diagnósticos tardíos, tratamientos subóptimos y disminución de la calidad de vida de las personas mayores, debido a nociones

preconcebidas que asocian la vejez con enfermedad, deterioro y dependencia.³ Estas actitudes sesgadas pueden llevar al personal de salud a asumir que los padecimientos son parte normal del envejecimiento, a priorizar a pacientes más jóvenes, a evitar intervenciones o tratamientos necesarios o a infantilizar a las personas mayores. El edadismo influye en cómo las personas mayores perciben y se relacionan con los servicios de salud. Algunas pueden evitar buscar atención médica debido a experiencias previas de trato desatento, poco empático o, incluso, abusivo por parte del personal de salud. Las personas mayores pueden interiorizar estereotipos negativos sobre la vejez y asumir que sus problemas de salud son inevitables o que no merecen ser atendidos,⁴ lo que genera una barrera adicional para el acceso y el cumplimiento de las intervenciones de salud.

En la Encuesta Nacional sobre Discriminación (ENADIS) 2022, se identificó que 14.4 % de la población de 60 años y más percibió ser discriminada en los servicios de salud y 42.5 % indicó que injustificadamente se le negó atención médica o medicamentos.⁵ En este sentido, el Sistema Nacional de Alerta de Violación de Derechos Humanos informa que entre enero y noviembre de 2023, las personas mayores fueron quienes reportaron más quejas por presuntas violaciones a sus derechos humanos, mientras que el sector con más quejas fue el de salud, por situaciones que dificultan el acceso a la atención médica o a las prestaciones de seguridad social.⁶

*Correspondencia:

Claudia L. Chávez-García
E-mail: clchavez@inger.gob.mx

Fecha de recepción: 14-05-2024

Fecha de aceptación: 08-07-2024

DOI: 10.24875/GMM.24000156

Gac Med Mex. 2024;160:363-366

Disponible en PubMed

www.gacetamedicademexico.com

0016-3813/© 2024 Academia Nacional de Medicina de México, A.C. Publicado por Permanyer. Este es un artículo *open access* bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

MEJORES PRÁCTICAS CONTRA EL EDADISMO EN LA VEJEZ



- **1 Sensibilización y capacitación**

Brindar capacitación continua al personal de salud sobre la importancia del buen trato hacia las personas mayores, así como sobre las necesidades específicas y los desafíos que enfrentan.
- **2 Comunicación efectiva**

Fomentar una comunicación respetuosa, empática y clara con las personas mayores, cuidando la comunicación no verbal y paraverbal, asegurándose de involucrarlas en el proceso de toma de decisiones relacionadas con su atención de salud.
- **3 Respeto a la autonomía**

Reconocer y respetar la autonomía y la capacidad de toma de decisiones de las personas mayores, incluso cuando pueden requerir apoyo o asistencia.
- **4 Adaptación de entornos**

Adecuar los entornos de atención de salud para que sean accesibles y amigables para las personas mayores, teniendo en cuenta sus necesidades físicas y cognitivas.
- **5 Tiempo y paciencia**

Permitir tiempo adicional en las consultas y procedimientos para atender adecuadamente las necesidades de las personas mayores, evitando apresurar los procesos y mostrando paciencia en la interacción.
- **6 Trabajo interdisciplinario**

Promover la colaboración entre diferentes profesionales de la salud, así como con trabajadores sociales y otros especialistas, para abordar de manera integral las necesidades de salud, emocionales y sociales de las personas mayores.
- **7 Prevención del maltrato**

Implementar políticas y protocolos claros para prevenir el maltrato y el abuso hacia las personas mayores, así como mecanismos efectivos para denunciar y abordar cualquier caso de violencia o negligencia.
- **8 Atención centrada en la persona**

Adoptar un enfoque de atención centrada en la persona, que se centre en las preferencias, valores y metas individuales de cada persona mayor, y que busque mejorar su calidad de vida y bienestar integral.
- **9 Lenguaje consciente**

Evitar el uso de términos estereotipados, negativos o generalizar al momento de dirigirse a la persona mayor, es necesario reconocer mediante el lenguaje la heterogeneidad del envejecimiento³.
- **10 Adaptar materiales visuales**

Usar textos legibles en los materiales de apoyo, además, dar prioridad a imágenes o fotografías en donde se muestre a la persona mayor participando activamente en su entorno³.

Figura 1. Propuestas formuladas en el ámbito internacional como mejores prácticas contra el edadismo en la vejez.

Creando conciencia sobre el edadismo en los servicios de salud

Las situaciones anteriores surgen de la interacción entre las personas mayores y el personal de salud, el cual desempeña un papel esencial en el ámbito sanitario. Una comunicación clara, respetuosa y comprensiva ofrece a las personas mayores la oportunidad de sentirse escuchadas, comprendidas y valoradas. Esta conexión mejora la relación entre la persona mayor y el personal de salud, lo que alivia el estrés y la ansiedad que a menudo acompañan a las consultas médicas. Además, facilita la participación de las personas mayores en su propia atención y cuidado, ayudándoles a comprender mejor su estado de salud, tomar decisiones informadas y cumplir los planes de manejo de manera efectiva.⁴ Reconocer la importancia de la comunicación en la formación de los profesionales de la salud contribuye a que la población mayor reciba una atención integral y centrada en la persona, que se respete su dignidad, fomente su autonomía y contribuya a su bienestar general.

Inclusión visual de las personas mayores

La representación visual es fundamental para combatir el edadismo en la atención de la salud y fomentar la inclusión. Representar adecuadamente la diversidad y la heterogeneidad de las personas mayores en las campañas visuales puede desafiar los estereotipos y promover una visión más realista de la vejez.⁷ Los materiales de apoyo deben ser inclusivos y adaptados a las necesidades de las personas mayores, con el empleo de un tamaño de letra adecuado para facilitar la comunicación con el personal de salud.⁴ Es esencial que las representaciones visuales muestren que la vejez no equivale a dependencia, enfermedad o discapacidad, para evitar el edadismo visual. La OMS ha desarrollado un kit de herramientas para hacer frente a este problema y llevar a cabo la campaña global contra el edadismo.⁸

Mejores prácticas contra el edadismo en la vejez

Fortalecer el buen trato hacia las personas mayores en los servicios de salud es clave para mejorar su bienestar y dignidad. Lo anterior se puede lograr a través de la implementación de recomendaciones de mejores prácticas, retomando propuestas internacionales para combatir el edadismo,^{9,10} algunas de las cuales se muestran en la Figura 1.

Conclusiones

El edadismo en la vejez es un problema complejo que requiere atención y acción por parte de la sociedad y el personal de salud. Visibilizar este problema y promover mejores prácticas contribuye a construir un sistema de salud libre de discriminación y malos tratos, en el que se proporcione una atención incluyente y equitativa, con un enfoque centrado en la diversidad y la singularidad, teniendo en cuenta las necesidades físicas, mentales, emocionales y sociales de las personas mayores.

Financiamiento

Los autores no recibieron patrocinio para llevar a cabo este artículo.

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

Responsabilidades éticas

Protección de personas y animales. Los autores declaran que para esta investigación no realizaron experimentos en seres humanos ni en animales.

Confidencialidad de los datos. Los autores declaran que en este artículo no aparecen datos de pacientes. Además, los autores han reconocido y seguido las recomendaciones según las guías SAGER dependiendo del tipo y naturaleza del estudio.

Derecho a la privacidad y consentimiento informado. Los autores declaran que en este artículo no aparecen datos de pacientes.

Uso de inteligencia artificial para generar textos. Los autores declaran que no utilizaron ningún tipo de inteligencia artificial generativa en la redacción de este manuscrito ni para la creación de figuras, gráficos, tablas o sus correspondientes pies o leyendas.

Bibliografía

1. Moreno-Toledo A. Viejismo (ageism). Percepciones de la población acerca de la tercera edad: estereotipos, actitudes e implicaciones sociales. *Poiésis* [Internet]. 2011 Jun 15;10(19). DOI: 10.21501/16920945.101
2. World Health Organization [Internet]. Ginebra, Suiza: Global report on ageism. WHO; 2021. [Citado 2024 Abr 30]. Disponible en: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240016866>
3. São José JMS, Amado CAF, Ilinca S, Buttigieg SC, Taghizadeh-Larsson A. Ageism in health care: a systematic review of operational definitions and inductive conceptualizations. *Gerontologist*. 2019 Mar 14;59(2):e98-e108. DOI: 10.1093/geront/gnx020

4. Wyman MF, Shiovitz-Ezra S, Bengel J. Ageism in the health care system: providers, patients, and systems. En: Ayalon L, Tesch-Römer C, editores. *Contemporary perspectives on ageism*. Berlín: Springer; 2018. p. 163-176, 193-213.
5. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. Encuesta Nacional sobre Discriminación ENADIS 2022. Presentación de resultados. Mayo, 2023. Actualización: 17 de noviembre de 2023. México: INEGI. Disponible en: https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enadis/2022/doc/enadis2022_resultados.pdf
6. Sistema Nacional de Alerta de Violación a los Derechos Humanos [Internet]. México: Principal. Enero-noviembre 2023. Comisión Nacional de los Derechos Humanos. [Citado 2024 Abr 30]. Disponible en: <https://sna.cndh.org.mx/Principal/Index>
7. Castañeda-Peñaloza RC, Portilla-Luja MM, Maldonado-Reyes AA. El diseño gráfico: disuasión y cambio social. En: Mora-Cantellano MPA, Villar-García MG, Gómez-Vera LT, Iduarte-Urbieta JT, coordinadores. *Diseño para el consumo cultural, la innovación y la inclusión social*. Toluca, México: Universidad Autónoma del Estado de México; 2020. p. 33-37. Disponible en: <http://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/109370>
8. World Health Organization [Internet]. Ginebra, Suiza. Campaña mundial contra el edadismo - kit de herramientas. WHO; 2021. [Citado 2024 Jun 24]. Disponible en: <https://www.who.int/es/publications/m/item/global-campaign-to-combat-ageism-toolkit>
9. Burnes D, Sheppard C, Henderson CR Jr, Wassel M, Cope R, Barber C, et al. Interventions to reduce ageism against older adults: a systematic review and meta-analysis. *Am J Public Health*. 2019 Aug;109(8):e1-e9. DOI: 10.2105/AJPH.2019.305123
10. Fundación HelpAge International España. Guía para una comunicación libre de edadismo hacia las personas mayores. Madrid: Fundación HelpAge International España; 2023. Disponible en: <https://www.helpage.es/wp-content/uploads/2023/11/GUIA-PARA-UNA-COMUNICACION-LIBRE-DE-EDADISMO-HACIA-LAS-PERSONAS-MAYORES-1.pdf>