

Buen Trato y derechos

El respeto de la **dignidad** y los **derechos** de las **personas mayores** es la base sobre la que construir relaciones de **Buen Trato**.



Entidad colaboradora:

 Fundación "la Caixa"

**HelpAge
International**
— ESPAÑA —

los mayores cuentan

Buen trato y derechos

1. Buen trato y dignidad

El Buen Trato es el resultado de respetar la dignidad y los derechos de las personas. Consiste en que establezcamos relaciones satisfactorias que estén basadas en la consideración, la empatía, el reconocimiento mutuo y la igualdad.

Dignidad

Es el valor que tenemos todos los seres humanos solo por el hecho de serlo. Las personas somos irremplazables y eso nos da un valor único, que permanece inalterable a lo largo de toda nuestra vida. Todas las personas tenemos igual dignidad, con independencia de la edad que tengamos.

Derechos

Nuestros derechos garantizan y protegen nuestra dignidad para que podamos tener una vida plena y satisfactoria, por eso es muy importante conocerlos. Todas las personas tenemos los mismos derechos y obligaciones, por lo que tenemos que poder disfrutarlos y ejercerlos en igualdad de condiciones con las demás.

Para recibir y dar un Buen Trato es necesario poner en valor y que se reconozcan nuestros sentimientos y opiniones, nuestros conocimientos y experiencia, nuestro trabajo y aportaciones a la sociedad, nuestra capacidad para expresarnos y para resolver los conflictos del día a día, además de nuestra dignidad y nuestros derechos.

En nuestra vida cotidiana y con todas las personas que nos rodean

El Buen Trato debe estar presente en todas nuestras relaciones sociales y debe ser la base de redes de apoyo y confianza mutua, tanto en las instituciones públicas como privadas.

Un trato inadecuado puede afectar gravemente a nuestra autoestima e incluso tener consecuencias físicas y psicológicas (por ejemplo, ansiedad o depresión) que afecten a nuestra salud y calidad de vida. A veces, una persona que no nos trata con respeto puede hacerlo sin intención de hacernos daño e incluso sin darse cuenta, pero eso no lo justifica.



2. Todas las personas somos iguales y merecemos un trato digno

En ocasiones, podemos encontrar dificultades para que se reconozca nuestra dignidad o para ejercer nuestros derechos.

En torno al envejecimiento existen una serie de creencias que asocian este proceso natural con la enfermedad, la dependencia y la pérdida, por lo que la imagen que la sociedad tiene de las personas mayores suele estar asociada a estereotipos negativos alejados de la realidad y que no tienen en cuenta la diversidad de capacidades y las aportaciones que las personas mayores hacen a la sociedad.

Esta imagen negativa, generalmente errónea, lleva asociada una pérdida de valor social, que afecta a la visión que podemos tener de nosotros mismos y a las actitudes que pueden tener las demás personas hacia nosotros. Como consecuencia podemos recibir un trato inadecuado o experimentar discriminación por razón de edad.



3. Buen Trato y derechos

Para evitar la discriminación por razón de edad y fomentar el Buen Trato es necesario que el entorno en el que vivimos facilite los apoyos necesarios para que podamos disfrutar de nuestros derechos en igualdad de condiciones con las demás personas.

El Buen Trato no consiste únicamente en recibir, para que las relaciones sean equilibradas es necesario que todas las personas implicadas aporten y que se les de la oportunidad de contribuir en esa relación.

El Buen Trato fomenta y respeta:

Que tomemos nuestras propias decisiones y podamos disponer de la información que necesitemos para ello. Se debe respetar nuestra voluntad y preferencias para ser partícipes de nuestra vida.

Que podamos disfrutar de un envejecimiento saludable y activo donde se apoye la vida independiente, la autonomía personal y la participación social, proporcionando los apoyos necesarios para ello

Que tengamos una vida segura, sin violencia, abusos o abandono.

Que se proteja nuestra salud a través del bienestar físico, mental y social para garantizar nuestra calidad de vida.

Que podamos aprender y formarnos a lo largo de toda la vida.

Que podamos acceder a la justicia cuando lo necesitemos y se tenga en cuenta nuestra situación y circunstancias personales en todo el proceso.



Fundación HelpAge International España

Edificio Impact Hub Barceló

C/Serrano Anguita 13

28004 Madrid

correo@helpage.org

www.helpage.es

