

quier motor IA basado en la nube, con el

Francisco Silva | Juan Fernández, isla de Pascua y Antártida

## COLUMNA

Agnieszka Bozanic Leal, investigadora de la Escuela de Psicología UNAB sede Viña del Mar y presidenta Fundación GeroActivismo.



## Por un 2025 que respete todas las edades

El 2025 llegó, y con él, una oportunidad para replantearnos cómo estamos construyendo una sociedad verdaderamente inclusiva. En un mundo que envejece rápidamente, enfrentamos un fenómeno insidioso: el vejestimio, un conjunto de creencias, sensaciones y conductas discriminatorias hacia las personas mayores.

El vejestimio es una de las formas más invisibles de discriminación. Se manifiesta en la sobreprotección, condescendencia, exclusión, e incluso la indiferencia hacia las necesidades y derechos de las personas mayores. En lugar de verlas como seres humanos plenos, se perciben como objetos de cuidado, sin voz ni agencia. Esto afecta su salud mental y física, y contribuye a la soledad y el aislamiento social.

Al comenzar un nuevo año, reflexionemos sobre cómo podemos combatir el vejestimio.

Necesitamos promover un cambio cultural que valore la experiencia y dignidad de las personas mayores. Esto implica desde el lenguaje que usamos hasta la manera en que diseñamos nuestras ciudades, accesos a la salud y oportunidades laborales.

Para combatir este tipo de discriminación es crucial entender y aplicar el modelo IRA contra el vejestimio interiorizado, una estrategia de tres pasos diseñada para enfrentarlo. Primero Identificar, paso que consiste en reconocer los prejuicios y estereotipos que internalizamos sobre el envejecimiento. Esto incluye cuestionar las ideas que tenemos sobre la vejez, como la creencia de que las personas mayores son vulnerables, incapaces o desinteresadas. Reflexionar: sobre el impacto que estos estereotipos tienen en la manera en que tratamos a las personas mayores y en cómo nos relaciona-

mos con nuestro propio envejecimiento nos permite tomar conciencia de su poder destructivo. Por último, Accionar: debemos tomar acciones concretas para dismantlar el vejestimio. Esto no solo implica cambiar el lenguaje o las actitudes, sino también generar espacios de inclusión y participación activa para las personas mayores en todos los ámbitos de la vida. Desde políticas públicas hasta proyectos comunitarios, es vital trabajar por un envejecimiento digno y pleno. El 2025 puede ser el año en que tomemos conciencia colectiva del poder transformador de una sociedad que respeta a todas las edades. Solo cuando dejamos de invisibilizar a las personas mayores, las podemos integrar verdaderamente en la construcción de un futuro más justo y equitativo para todas y todos.