

# Cartilla sobre los efectos de la exclusión social en los derechos humanos de las personas mayores



COMISIÓN ESTATAL DE  
DERECHOS HUMANOS  
NUEVO LEÓN

El presente documento tiene el objetivo de poner a la disposición de la población en general, los estándares internacionales de los derechos humanos.

En esta cartilla se incluye, de manera simplificada y parcial, contenido del Informe de la Experta Independiente sobre el disfrute de todos los derechos humanos por las personas de edad, relativo a los efectos de la exclusión social de las personas mayores. Para consultar el documento original, visite la base de datos de los mandatos temáticos de las Naciones Unidas en: <https://bit.ly/3i8KFJX>

Se alienta la distribución pública de la presente, siempre y cuando no sea usada con fines comerciales y sea gratuita.

# Introducción

En la vejez algunas personas dependerán cada vez más de la ayuda de otras por diversos motivos y podrán requerir distintos grados de atención específica, mientras que otras personas gozarán de buena salud y vivirán de forma independiente a lo largo de toda su vida, en particular si se presta la debida atención a sus necesidades específicas. Muchas personas mayores siguen enfrentándose a importantes deficiencias en cuanto a la protección de sus derechos humanos. A medida que envejecen tienden a quedar progresivamente excluidas del entorno social.

La protección de los derechos humanos de las personas mayores es una cuestión fundamental que requiere la adopción de un enfoque basado en los derechos humanos para subsanar las deficiencias, retos y lagunas existentes.

Por lo anterior, la Experta Independiente sobre el disfrute de todos los derechos humanos por las personas de edad elaboró un informe temático, del cual es objeto la presente cartilla, en el que analiza las manifestaciones y repercusiones de la exclusión social de este grupo poblacional, con miras a ayudar a las autoridades a formular y poner en práctica marcos adecuados y eficaces para promover y proteger los derechos de las personas mayores.

# Concepto de exclusión social de las personas mayores



La exclusión social designa la separación de personas o grupos de la sociedad en general.



En cuanto a las personas mayores, refiere un proceso complejo caracterizado por la falta o denegación de recursos, derechos, bienes y servicios en la vejez y la incapacidad de participar en las relaciones y actividades sociales que se encuentran a disposición de la mayoría de la población en las diversas y múltiples esferas de la sociedad.



Afecta tanto a la calidad de vida de las personas mayores como a la equidad y cohesión de una sociedad que se encuentra en proceso de envejecimiento.

# Causas de la exclusión social en la vejez

## Capacidad de acción



La exclusión social de las personas mayores puede ser resultado de diferentes situaciones relacionadas con su capacidad de acción. Por ejemplo, las personas mayores se ven excluidas contra su voluntad o carecen de la capacidad de acción para integrarse por sí mismas, o eligen autoexcluirse del resto de la sociedad.

## Estigmatización



Uno de los principales obstáculos para que las personas mayores ejerzan sus derechos y para asegurar su inclusión social es la falta de reconocimiento de sus aportaciones y potencial. Este desconocimiento está arraigado en estereotipos y prejuicios según los cuales las personas mayores son frágiles, vulnerables a la enfermedad y dependientes.

## Pobreza



La pobreza puede agravar la denegación de los derechos humanos y limitar las opciones de las personas mayores, así como sus oportunidades de llevar una vida adecuada. Entre los factores que exponen a las personas mayores a la pobreza figuran la falta de acceso a ingresos regulares, al trabajo, a la atención médica, el deterioro de las capacidades físicas y mentales, y la dependencia en el hogar.

## Organización de los espacios urbanos



En ocasiones, la urbanización acelerada da lugar a que los cambios en las zonas urbanas beneficien a las personas residentes más jóvenes y perjudiquen a las personas mayores. Por ejemplo, en el encarecimiento de la vivienda y la pérdida de sus vínculos sociales, obstaculizando el disfrute del derecho a una vida digna y autónoma.

## Factores de riesgo

Existen otros factores que pueden desencadenar la exclusión en la vejez, como la vida en soledad, el género, el origen étnico o una edad muy avanzada.

## Efectos de la exclusión social

El ejercicio efectivo del derecho a un nivel de vida adecuado es indispensable para hacer efectivos todos los demás y para prevenir la exclusión social de las personas mayores. Comprende todos los derechos necesarios para la subsistencia de las personas mayores, como alimentación y nutrición adecuadas, vestido, vivienda, acceso a servicios de salud, la provisión de ingresos, apoyo de la familia y de la comunidad, y su propia autosuficiencia.



## Derecho a la vivienda

- ✓ Es un aspecto esencial del envejecimiento activo y de la capacidad de las personas mayores para llevar una vida autónoma y evitar la exclusión.
- ✓ Muchas personas mayores se han visto afectadas por la disminución de viviendas públicas, la urbanización acelerada de los espacios en donde viven y por las evaluaciones de riesgos para el acceso a préstamos o hipotecas, teniendo resultados que van desde la presión por abandonar su lugar de residencia hasta la necesidad de dormir en la calle.
- ✓ Los alquileres excesivos, el aumento de los gastos de vivienda, la carencia de vivienda pública y la falta de acceso a servicios básicos pueden equivaler a prácticas discriminatorias que requieren la intervención de las autoridades, para garantizar la igualdad de acceso a la vivienda de todas las personas.





## Derecho a la protección social

El acceso a un ingreso seguro en las etapas posteriores de la vida, ya sea por medio de un empleo o de una pensión de vejez, es fundamental para acceder a servicios esenciales, como la atención de la salud.



Si bien, muchas personas mayores cuentan con pensiones contributivas y no contributivas para satisfacer sus necesidades básicas de subsistencia, la mayoría no tienen más opción que trabajar para mantenerse a sí mismas y a sus familias.



Quienes llegan a la edad de jubilación sin derecho a disfrutar de una pensión basada en un régimen de seguro de vejez o las que sí reciben, pero no les es suficiente, generalmente se ven obligadas a realizar trabajos mal remunerados en el sector informal. Esta situación se ve agravada por la imagen estereotipada de las personas mayores y su representación como una carga.



## Derecho al trabajo

- ✓ Mantener una actividad laboral potencia la autoestima, la inclusión social y la seguridad financiera de las personas mayores.
- ✓ Las personas mayores no deberían verse obligadas a trabajar ni a jubilarse, pero a menudo no tienen la posibilidad de elegir debido a barreras en la legislación, la falta de oportunidades laborales, la imposibilidad de acceder a una pensión y la falta de apoyo y de ajustes razonables.
- ✓ Las mujeres mayores suelen estar en una situación de mayor desventaja en las oportunidades de empleo, debido a un acceso limitado a la educación, la tierra y otros activos a lo largo de sus vidas. Como consecuencia, es posible que terminen realizando tareas degradantes y que requieren gran esfuerzo.



## Derecho a la salud

Es indispensable para que las personas mayores puedan ejercer muchos otros derechos y vivir una vida digna. La desatención de las dolencias crónicas y agudas, la contaminación atmosférica, la falta de acceso a actividades físicas, la malnutrición y la soledad, tienen repercusiones en la condición de salud de las personas mayores.

La exclusión social de la que son objeto las personas mayores puede deteriorar su salud física y mental, pues las expone a mayores riesgos, agrava su desamparo y limita su acceso a servicios y cuidados.



## Derecho a vivir de forma independiente

Este derecho no depende solo de la autonomía personal o de la capacidad de acción, sino también del derecho a un nivel de vida adecuado, así como de los aspectos sociales que entraña formar parte de una comunidad. Por ejemplo, una persona mayor no puede ejercer su libertad de elección a menos que perciba ingresos regulares y suficientes mediante un trabajo o una pensión.

En muchas ocasiones, las personas mayores ven vulnerado su derecho a vivir en forma independiente a causa de la exclusión generada por barreras de disponibilidad, discriminación y accesibilidad en los servicios públicos, como los relacionados con la salud.



También pueden verse excluidas ante la imposibilidad de salir de sus casas o de acceder a edificios públicos, tiendas y otros espacios por la inaccesibilidad del entorno físico, el transporte, la información y comunicación, y sus tecnologías.



Las personas mayores tienen derecho a permanecer en sus propios hogares mientras sea posible y a recibir apoyo para envejecer en su entorno. Esto comprende los servicios de atención domiciliaria y el apoyo a las familias de las personas mayores que requieran cuidados, lo que les da una mayor autonomía que la atención en establecimientos.

También deben gozar del mismo derecho que las demás personas a decidir dónde y con quién vivir, y a no verse obligadas a vivir con arreglo a un sistema de vida determinado. Esto implica que cuenten con medios y apoyos necesarios para tomar decisiones y vivir conforme a su voluntad y preferencias.



# Recomendaciones para la protección de los derechos de las personas mayores



**Marco normativo.** Asegurar que el marco normativo y de política pública nacional integre los estándares de derechos humanos, en particular los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la Nueva Agenda Urbana de Naciones Unidas.



## **Transversalización.**

Integrar los derechos de las personas mayores en programas de desarrollo, políticas urbanas y estrategias de reducción de la pobreza, a fin de promover la inclusión social.



## **Investigación y monitoreo.**

Elaborar estudios específicos, mecanismos de seguimiento y evaluación, auditorías y una recolección de datos inclusiva e indicadores no discriminatorios que reflejen las realidades de las personas mayores.



## **Coordinación intersectorial.**

Promover alianzas entre personas interesadas de múltiples sectores, incluidas las propias personas mayores, a fin de desarrollar respuestas innovadoras e inclusivas para la protección de los derechos humanos de este grupo poblacional, incluido lo relacionado con la regeneración urbana.



**Vivienda adecuada.** Introducir modalidades alternativas de vivienda a fin de que las personas mayores puedan envejecer en su entorno y disfrutar plenamente de su derecho a una vivienda adecuada.



**Nivel de vida adecuado.** Asegurar la distribución equitativa de los recursos y servicios. Esto requiere una inclusión activa mediante la adopción de medidas positivas que garanticen a las personas mayores el acceso igualitario a la vivienda, el trabajo, la seguridad social, la atención de la salud, la infraestructura física y social, y otras formas de apoyo.



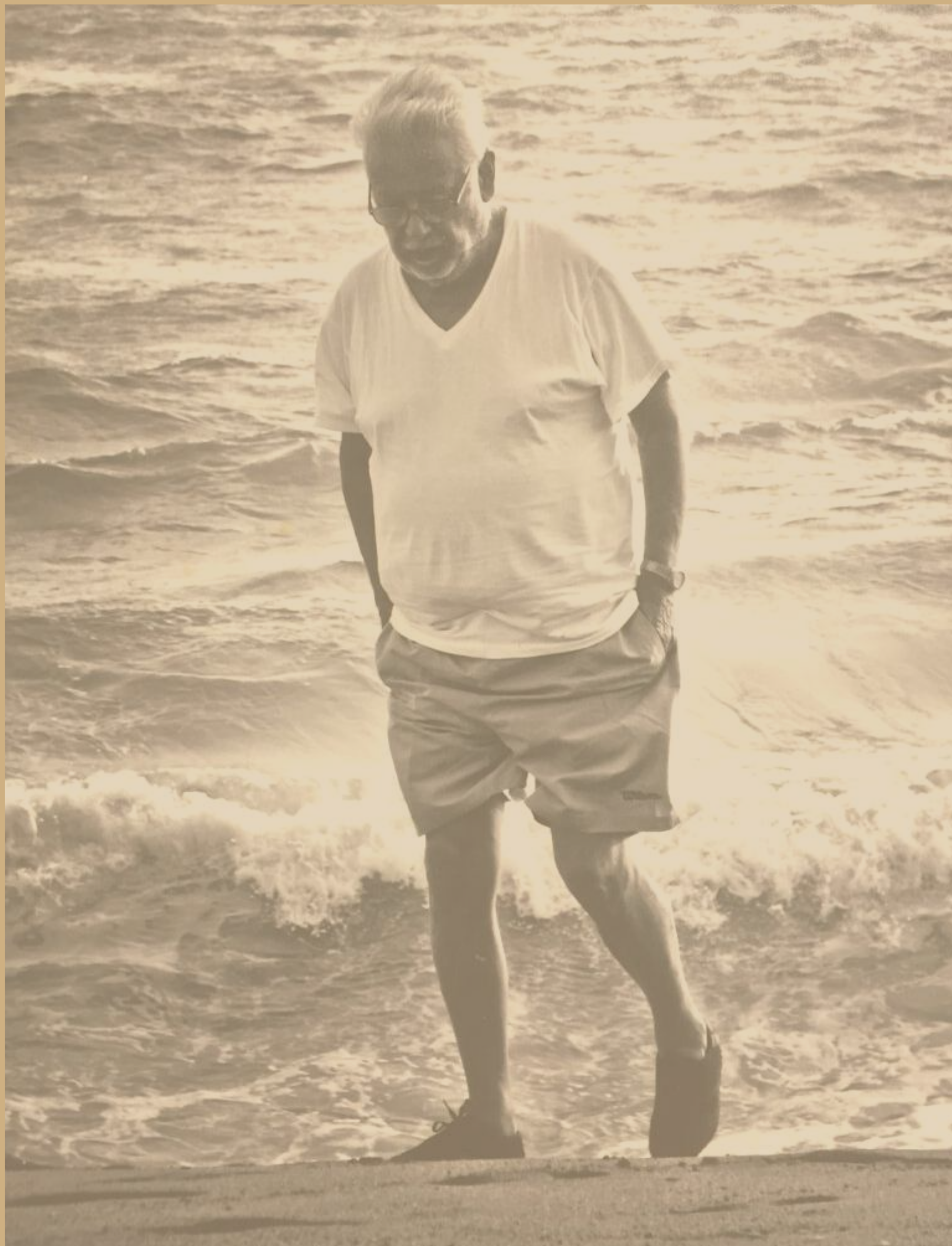
**Protección social.** Instaurar o fortalecer los sistemas no contributivos y establecer mecanismos participativos de formulación de políticas y enfoques de desarrollo que contemplen la implicación activa de las personas mayores en el proceso de toma de decisiones.



**Enfoque de derechos humanos.** Adoptar un enfoque del envejecimiento basado en los derechos humanos. Implica adoptar medidas efectivas contra la discriminación por motivo de edad y repensar la forma en que las sociedades perciben a las personas mayores, a fin de que pasen a ser consideradas colaboradoras activas de la sociedad.

# Referencias

Naciones Unidas. (2018). Consejo de Derechos Humanos. Informe de la Experta Independiente sobre el disfrute de todos los derechos humanos por las personas de edad, A/HRC/39/50.





# COMISIÓN ESTATAL DE DERECHOS HUMANOS DE NUEVO LEÓN

Cuauhtémoc No. 335 Norte, Col. Centro, Monterrey, Nuevo León,  
entre Manuel María de Llano y Albino Espinosa.

Teléfonos:

(81) 8345-8644

(81) 8345-8645

(81) 8342-4260

(81) 8344-9199

E-mail: [cedhnl@cedhnl.org.mx](mailto:cedhnl@cedhnl.org.mx)

Sitio web: [www.cedhnl.org.mx](http://www.cedhnl.org.mx)

## MÓDULO DE ATENCIÓN - PABELLÓN CIUDADANO

Washington No. 2000, Col. Obrera, Monterrey, Nuevo León.

## OFICINA REGIONAL - ZONA SUR

Juárez No. 517, Col. Centro, Linares, Nuevo León.

Tel: (821) 110-0372

