

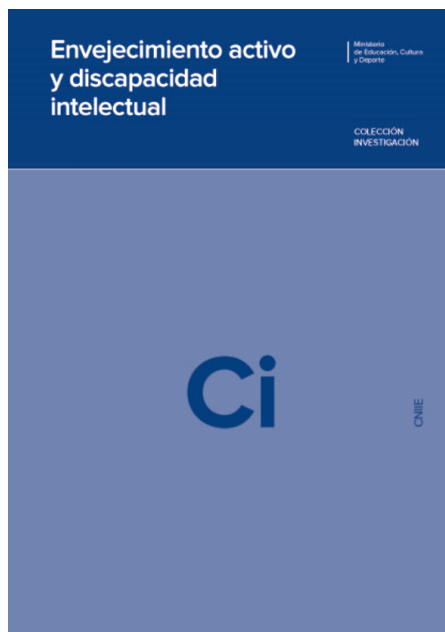
## RESEÑAS

NAVAS, P., UHLMANN, S. y BERÁSTEGUI, A. (2014). *Envejecimiento activo y discapacidad intelectual*. Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, Subdirección General de Documentación y Publicaciones. NIPO: 030-14-159-7, 144 pp.

El envejecimiento de las personas ha ido creciendo en los últimos años debido a causas como la mejora de la alimentación, los cambios en el estilo de vida o los avances en la salud. Por estos motivos, y por los avances en el tratamiento de la discapacidad, las personas con discapacidad intelectual tienen, por tanto, un incremento en la esperanza de vida.

Este estudio elaborado por la Fundación Síndrome de Down de Madrid y la Cátedra Telefónica-Fundación Repsol de Familia y Discapacidad de la Universidad Pontificia Comillas, con el apoyo del Centro Nacional de Innovación e Investigación Educativa CNIIE, tiene como objetivo principal identificar experiencias, programas y servicios a nivel nacional e internacional, orientados a la promoción de un proceso de envejecimiento activo que contribuya a la mejora de la calidad de vida de las personas mayores con discapacidad intelectual promoviendo todas y cada una de las dimensiones que integran este concepto.

La OMS ha puesto en marcha diferentes estrategias para promover un Envejecimiento Activo y así mejorar la calidad de vida de las personas a medida que se envejece optimizando las oportunidades de bienestar físico, social y mental. El envejecimiento activo implica entender esta etapa de la vida como un ciclo más en el que hay que incrementar el rol activo y fomentar su valía. Para favorecer el envejecimiento activo es necesario apoyarse en el desarrollo de hábitos de vida



saludable, físicos y mentales, la formación a través del reconocimiento de capacidades y competencias, la promoción de la igualdad de oportunidades, el fomento de la autoestima y la participación de las personas mayores en la sociedad, incidiendo en el papel de la familia y la comunidad.

En las personas con discapacidad intelectual este proceso tendrá éxito siempre que se adapte a las circunstancias de cada persona, por lo que exige una planificación mayor por parte de las asociaciones, de las familias y de las propias personas con discapacidad intelectual.

En este estudio se describe la población de personas con discapacidad intelectual y su envejecimiento, las experiencias actuales que se llevan a cabo junto con un análisis de las mismas con el fin de llegar a pautas

de actuación que contribuyan a mejorar la calidad de vida de las personas mayores con discapacidad intelectual.

La calidad de vida se entiende como un concepto que refleja las condiciones de vida deseadas por una persona en relación con ocho necesidades fundamentales que representan el núcleo de las dimensiones de vida de cada uno: bienestar físico, bienestar emocional, bienestar material, derechos, autodeterminación, inclusión social, relaciones interpersonales y desarrollo personal. Estos ocho aspectos son en los que se centra este documento y analiza de manera exhaustiva para exponer a modo de reflexión las futuras líneas de actuación en los procesos de envejecimiento.

Así se puede hablar de la necesidad de la detección temprana de problemas de salud en las personas con discapacidad intelectual para el desarrollo de buenas prácticas, ofreciendo formación a los profesionales de salud y eliminando las barreras para acceder a programas de promoción de la salud y actividad física. De un fomento de estrategias para los problemas derivados del proceso de envejecimiento y de favorecer la sensibilización de la sociedad frente al envejecimiento. De la escasez de legislación y de la necesidad de trabajar de manera conjunta para defender derechos de las personas con discapacidad intelectual como la accesibilidad, el derecho a vivir de manera independiente, la

protección social o la igualdad de reconocimiento como persona ante la ley.

Igualmente de la posibilidad de adaptar las políticas de protección social, de promover la autodeterminación durante el proceso de envejecimiento mediante la Planificación Centrada en la Persona, la formación del profesional y las modificaciones e intervenciones en el entorno que rodea a la persona con DI.

Otra futura línea de actuación se encuentra encaminada hacia el deseo de las personas con discapacidad intelectual de participar de manera más activa en su entorno comunitario. Así se favorece el establecimiento de relaciones interpersonales y ampliación de un grupo social, reducido en la mayoría de los casos, a un ámbito familiar. La posibilidad de participar en actividades de ocio y promover el desarrollo personal en distintas facetas.

Las conclusiones de esta investigación permitirán diseñar propuestas de intervención concretas y evaluar su eficacia y eficiencia que contribuirán a la mejora de la calidad de vida y al envejecimiento activo de las personas con discapacidad intelectual.

Descargar la publicación en:  
<https://sede.educacion.gob.es/publiventa/detalle.action?cod=20081>

M.<sup>a</sup> DEL PILAR PORRAS  
*INICO. Universidad de Salamanca*