

Crèdits

© Fundació Viure i Conviure, 2006

Direcció: Fundació Viure i Conviure

Redacció: Carme Escales

Fotografia: Àngel Sahún. Retrateria

Assessorament: Jordi Muñoz i Elena Fernández

Disseny, producció i muntatge: Publigat, s.c.p.

D.L.: B-8588-2006



Manual dels drets i deures de les persones grans

Els drets del meu demà

Índex

Introducció	7
La previsió	
Quan encara podem decidir per nosaltres mateixos	13
El sistema públic de pensions	16
Pensió de jubilació	16
Pensió de viduïtat	17
Pensió d'invalidesa	18
Pensió no contributiva	19
El SOVI	19
Pensió parcial	20
Pensió flexible	20
Altres prestacions econòmiques i en espècie	22
Pensió d'aliments	22
Plans de pensions	23
La hipoteca inversa	23
El contracte vitalici	24
Altres figures preventives / Documents preventius	25
El testament	25
La legítima	26
Quan no es deixa testament	27
La donació	27
El testament vital	28
El poder preventiu	30
L'autotutela	31
Supressió de barreres arquitectòniques	33

La protecció	
Conviure amb la dependència	37
Les dificultats de conviure amb la dependència: la demència	40
Mesures socials de protecció	44
La incapacitació	46
La tutela	48
L'acolliment	51
La residència	52
Altres serveis	56
Atenció social domiciliària	56
Centres de dia	57
Programes de respir	57
Teleassistència	58
Programa Viure i Conviure	58
Els abusos contra la gent gran	60
Maltractaments	60
El <i>moobing</i> immobiliari	61
Els drets naturals	64
Conclusions	65
Agraïments	69
Bibliografia	71



Introducció



Introducció

Quan es comença a entreveure el llindar de l'edat més madura, estar informats sobre el que ens pot passar, ser-ne conscients, ens pot ajudar molt a preparar un millor aterratge en els moments més difícils d'aquesta darrera etapa de la vida.

Viure molts anys és una aspiració humana innegable. El que a tots ens fa por, però, és que la malaltia o una incapacitat física o mental ens faci dependents, persones amb necessitat d'ajuda i cura per part d'algú altre. Sabem que en la nostra societat encara no estem prou preparats per con-viure amb dependències.

A Catalunya, un 17% de la població té més de 65 anys. Al darrere d'aquesta xifra s'amaguen dues realitats. D'una banda, la del col·lectiu de gent gran dinàmica, que participa en el món associatiu, amb categories socioprofessionals mitjanes i altes i, per tant, amb un potencial molt important de participació ciutadana i d'implicació cívica.

Els drets del meu demà

L'altra realitat és la de les persones grans jubilades, amb uns ingressos per sota dels nivells de pobresa relativa, persones en situació de dependència, ja sigui econòmica, social o biològica.

Aquesta realitat depassa les fronteres del nostre país. La missió dels poders públics és garantir els drets de les persones, especialment els drets de la gent gran i dels infants, perquè són aquests drets els que caracteritzen la qualitat humana d'una societat.

Un envelliment responsable és aquell en què les persones que es fan grans són les que decideixen, en la mesura que sigui possible, com volen viure la seva vellesa. Més responsable encara és decidir-ho abans que determinades circumstàncies de salut puguin impedir-nos de fer-ho i ho hagin de fer els nostres descendents o el nostre cònjuge en lloc nostre.

Perquè, a part dels drets de la gent gran, existeixen també els deures de tota persona. Preparar un camí més autònom en la darrera etapa de la vida és un d'aquests deures i això comporta informar-se i assessorar-se a través dels professionals que treballen a les entitats i les institucions privades i públiques.

Les pàgines que segueixen parlen de tot allò que està al nostre abast per caminar junts cap a una vellesa millor, abans i en el moment que puguin arribar les circumstàncies fisicomèdiques més adverses.

La previsió. Quan encara podem decidir per nosaltres mateixos

A partir del coneixement dels nostres drets, podem construir aquell procés d'envelliment que tots voldríem.



La previsió

Quan encara podem decidir per nosaltres mateixos

El sistema públic de pensions
Altres prestacions econòmiques i en espècie
Altres figures preventives



La previsió

Quan encara podem decidir per nosaltres mateixos

Un dels deures de la gent gran envers la societat i envers la seva pròpia condició de persona capaç de funcionar és la previsió i la prevenció. Començant per saber per endavant quins diners tindrem per a subsistir quan deixem de treballar, les persones hem de preparar-nos per a l'edat madura, així com conèixer les possibles ajudes per si en aquesta edat avançada una malaltia o una mancança de qualsevol tipus ens fa dependents.

El concepte de vellesa, amb els anys, ha anat variant. Avui, si la salut acompanya, algú de 80 anys es pot considerar una persona activa, a qui el nostre sistema social ofereix moltes opcions per a continuar desenvolupant aquest dinamisme. Les persones han de poder realitzar i realitzar-se. Cal, per tant, preparar-se en tots els sentits per al demà, procurant-nos no solament diners, sinó també informació sobre els nostres drets.

El sistema públic de pensions

Pensió de jubilació

Sobreviure amb dignitat és un dels drets que, encara que teòric i abstracte, fan que aquest fet sigui possible gràcies a uns puntals. La tranquil·litat econòmica, quan arriba la jubilació, és un d'aquests puntals.

És aconsellable, abans d'arribar als 65 anys, informar-se sobre el que ens correspon cobrar quan ens jubilem. Per això, cal que ens adrecem a qualsevol oficina de la Seguretat Social i demanem un extracte de les nostres cotitzacions i que se'ns informi del que ens correspon cobrar.

Abans de jubilar-nos hauríem de revisar aquestes cotitzacions i també les de la nostra parella. Ho hem de fer amb la suficient antelació, per preparar-nos i buscar alternatives a la pensió que tindrem, en cas que no ens arribi per assolir el nivell de tranquil·litat econòmica que nosaltres considerem correcte.



És important informar-se amb la suficient antelació de les prestacions econòmiques que rebrem per part del sistema públic de pensions un cop assolim la jubilació.

La previsió. Quan encara podem decidir per nosaltres mateixos

Actualment, per tenir dret a la pensió de vellesa, es requereix que els treballadors:

- Hagin complert els 65 anys. Aquesta edat mínima es pot rebaixar en cas de grups o activitats professionals els treballs dels quals siguin de naturalesa excepcionalment penosa, tòxica, perillosa o insalubre i causin elevats índex de mortalitat, sempre que els treballadors afectats acreditin un mínim d'activitat que s'estableixi en la respectiva professió o treball.
- Hagin cotitzat un període mínim de 15 anys, dels quals almenys dos han d'estar compresos dins dels 15 anys immediatament anteriors al moment de sol·licitar la pensió de jubilació.
- Per poder cobrar el 100% de la pensió de jubilació, cal, a més d'haver fet els 65 anys, haver-ne cotitzat 35.

S'ha de tenir en compte que la pensió de jubilació és incompatible amb qualsevol treball que pugui fer el pensionista per compte propi o aliè i que impliqui continuar en la Seguretat Social. Però sí que és compatible amb la pensió de viduïtat.

Pensió de viduïtat

És la prestació econòmica que rep el cònjuge, o parella de fet inscrita oficialment, d'una persona que mor, si aques-

Els drets del meu demà

ta última estava treballant o jubilada i havia cotitzat 500 dies en els 5 anys anteriors a la seva mort. Per saber el que li correspon cobrar a una persona vídua, cal adreçar-se a una oficina de la Seguretat Social i demanar la xifra, que equival a un percentatge del que cobrava la persona difunta.

Si el cònjuge vidu/vídua torna a contraure matrimoni, la pensió de viduïtat li serà retirada. Els separats i divorciats que no s'hagin tornat a casar rebran la pensió proporcional al temps viscut en matrimoni amb el difunt.

Pensió d'invalidesa

Quan una malaltia o un accident fa que el treballador, després d'haver estat sotmès al tractament prescrit i d'haver estat donat d'alta mèdicament, presenti reduccions anatòmiques o funcionals greus i previsiblement definitives que disminueixin o anul·lin la seva capacitat laboral, i per tant sigui declarat invàlid o incapaç permanent. Qualsevol invalidesa temporal, superats els 6 anys sense millora, també serà considerada definitiva.

Cal distingir entre la incapacitació total, que inhabilita al treballador per a la seva professió habitual, però pot dedicar-se a una altra diferent, de l'absoluta, que l'inhabilita per a qualsevol professió o ofici.

La previsió. Quan encara podem decidir per nosaltres mateixos

Pensió no contributiva

Aquesta pensió és un ingrés econòmic mensual que l'Estat garanteix a aquelles persones que no tenen recursos suficients per a la seva subsistència i no poden acollir-se, per manca de cotització a la Seguretat Social, a les pensions contributives.

La poden demanar les persones que ja tinguin 65 anys i les persones amb disminució, de 18 a 64 anys. Tots tenen dret a rebre assistència medicofarmacèutica gratuïta i serveis socials. Les pensions no contributives són gestionades a Catalunya per l'Institut Català d'Assistència i Serveis Socials (ICASS), el qual aprova o denega la sol·licitud.

La pensió no contributiva garanteix uns ingressos a aquells que no tenen recursos suficients per a la seva subsistència i no tenen dret a altres prestacions.



EI SOVI

Es tracta de l'Assegurança Obligatòria de Vellesa i Invalidesa. S'estableix per a persones que reuneixin certs requisits i no tinguin dret a cap pensió de la seguretat social, a excepció de la pensió de viduïtat, la única compatible des de fa uns mesos.

Els drets del meu demà

Per a percebre aquest subsidi cal haver complert els 65 anys i haver cotitzat 1.800 dies abans de l'1 de gener del 1967. També poden gaudir d'aquesta pensió per jubilació aquelles persones de 60 anys o més que pateixin una incapacitat declarada. En aquest cas, la incapacitat no pot derivar d'un accident de treball o d'una malaltia professional indemnitzable i també és necessari que hagin cobert els 1.800 dies de cotització abans de l'1 de gener del 1967.

Pensió parcial

Aquesta retribució es fa en aquells casos en què la persona no té encara els 65 anys, però ja n'ha fet 60. Es rep alhora que es continua treballant amb un contracte a temps parcial. La jornada laboral i el salari queden reduïts entre un mínim del 25% i un màxim del 85% del que seria la dedicació completa.

Pensió flexible

S'adreça a persones que, tot i haver complert els 65 anys, opten per continuar treballant durant unes hores determinades. En aquest cas, s'estableix la pensió segons un barem proporcional a les hores que la persona continua cotitzant, amb el seu treball, a la Seguretat Social. És a dir, es fa compatible la pensió de jubilació amb un contracte a temps parcial per voluntat pròpia del treballador que vol continuar sent-ho. Els límits de la jornada laboral, en aquest cas, igual que en el de la pensió parcial, es mouen entre

La previsió. Quan encara podem decidir per nosaltres mateixos el 25 i el 85% d'una jornada completa, amb la consegüent reducció econòmica.

És aconsellable dirigir-se a qualsevol oficina de la Seguretat Social per informar-se de tots els requisits i quantitats de cadascuna de les pensions i per a cada cas particular.



Altres prestacions econòmiques

Pensió d'aliments

És un dret reconegut des de fa molt de temps, però que es reclama molt poc per la via judicial. Estem acostumats a sentir que quan una persona se separa ha de passar una pensió d'aliments als fills. Hem de saber que també existeix una pensió d'aliments envers els pares, si aquests no tenen recursos. I per pensió d'aliments no solament s'entén l'alimentació en sentit estricte, sinó que també comprèn la roba, l'assistència mèdica i l'habitació.

Les persones obligades a donar-se aliments recíprocament són els cònjuges i els ascendents i descendents.

El codi civil i el codi de família de Catalunya estableixen l'obligació dels descendents de contribuir al sosteniment de les persones que tenen insuficiència de recursos. És a dir que, si la pensió d'aquella persona no és suficient, la família té obligacions, no solament morals sinó també legals, de contribuir a aquesta subsistència. Hi ha un delicte al codi penal que sanciona aquells familiars de primer grau que abandonin els seus deures bàsics de respecte pels seus ascendents en situació de necessitat. Això, tot i ser un delicte, és una de les figures que menys es veuen als tribunals de justícia. Per als pares o avis ja és

La previsió. Quan encara podem decidir per nosaltres mateixos

prou el dany moral que pateixen si veuen que els seus fills o néts no els ajuden a sostenir-se en cas de necessitat, i no acostumen a plantejar-se portar-los als tribunals.

Els descendents tenen l'obligació de contribuir al sosteniment de les persones amb recursos econòmics insuficients.



Plans de pensions

Per afrontar una vellesa més còmoda en l'aspecte econòmic, cal tenir en compte la possibilitat d'aconseguir ingressos complementaris a la pensió que ens pertoqui. Haver contractat plans de pensions amb prou antelació aporta un grau més en la qualitat de vida de les persones grans.

La hipoteca inversa

Una hipoteca normal és aquella en què s'adquireix una propietat i es va pagant cada mes a través d'un crèdit. Una hipoteca inversa funciona a l'inrevés. Al propietari d'un immoble, cada mes, i fins a la seva mort, se li paguen diners a títol de préstec. La casa esdevé la garantia i el propietari continua vivint-hi.

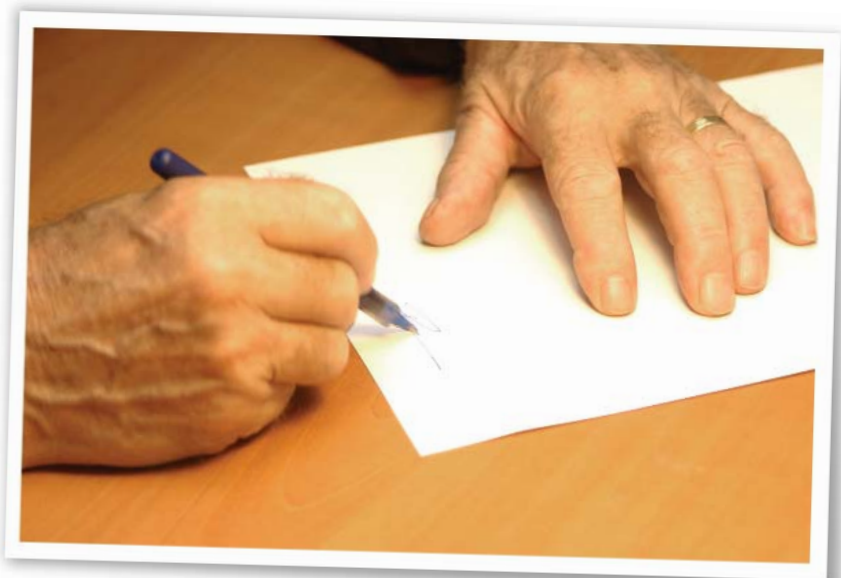
Els drets del meu demà

La hipoteca es pot liquidar sempre que es vulgui, els hereus també poden retornar el préstec i així lliurar la casa de la hipoteca inversa, que els haurà permès durant un temps no haver d'aportar diners per a les necessitats de la persona que signa la hipoteca.

El contracte vitalici

Aquest contracte estipula que una persona ven la seva casa amb un contracte de compravenda, però se li permet continuar-hi vivint fins que mori. Se li paga una quantitat inicial i una altra quantitat mensualment. En el moment en què aquella persona mor, la casa passa a qui ha signat el contracte vitalici. Aquesta alternativa també pot ser útil, però cal tenir en compte amb qui es fa. Convé cercar clàusules que garanteixin el pagament puntual i respectar rigorosament tots els punts del contracte que se signi.

La previsió. Quan encara podem decidir per nosaltres mateixos



Altres figures preventives

El testament

Fer testament és l'única manera que tenim de disposar lliurement dels nostres béns i ens permet agrair a la gent del nostre entorn el suport que ens han prestat o l'estimació que sentim per ells.

Per fer testament, només cal adreçar-se a un notari, que s'encarregarà de deixar constància pública de les darreres

Els drets del meu demà

voluntats del seu client perquè, quan aquest mori, els seus hereus puguin accedir al document i, en conseqüència, optar a la repartició dels béns del difunt, si és que aquest els ha designat com a successors.

La validesa del testament no té efecte fins a la defunció del testador, per tant, aquest pot atorgar tants testaments com cregui convenients al llarg de la seva vida, sent l'últim d'aquests l'únic vàlid. Aquest document constarà al Registre general d'actes d'última voluntat.

Per a sol·licitar aquest certificat, s'ha d'omplir un imprès que es pot adquirir als estancs i acompanyar-lo d'un certificat literal de defunció. Així sabem si el nostre parent ha deixat testament o no i a quin notari ens hem d'adreçar per accedir al document.



El testament ens permet disposar lliurement dels nostres béns. El notari s'encarregarà de deixar constància pública de les nostres darreres voluntats.

La legítima

En l'herència testada, el testador no pot disposar lliurement de tota l'herència, sinó que ha de reconèixer els drets que

La previsió. Quan encara podem decidir per nosaltres mateixos

la legislació atribueix a certs parents, denominats legitimaris o hereus forçosos. A Catalunya, la legítima equival al 25% de l'herència, un tant per cent que s'ha de repartir entre tots els legitimaris.

Quan no es deixa testament

La successió intestada és aquella en què una persona mor sense deixar testament. A falta d'hereus testamentaris, la llei difereix l'herència als parents del difunt, al vidu o vídua i a l'Estat o Comunitat Autònoma, si s'escau. El codi civil estableix l'ordre de successors, primer en línia descendent, cap als fills i néts, i en segon lloc, en la línia ascendent, pares i avis. La legislació catalana anteposa la successió del cònjuge vidu, o parella de fet inscrita, a la de la línia recta ascendent.

La donació

Aquesta és una altra figura jurídica vàlida que comporta la transmissió dels béns abans de morir. A diferència de l'herència per testament, en aquest cas, la fiscalitat és més costosa.

La donació no pot comprendre béns futurs, i el donant ha de reservar-se en plena propietat o en usdefruit allò que li sigui necessari per viure en un estat corresponent a les seves circumstàncies.

Els drets del meu demà

Per tal de protegir els drets dels legítimaris, ningú no pot lliurar en donació més del que pugui donar en testament.

El testament vital

El testament vital es coneix també com a document de voluntats anticipades. En aquest document es donen instruccions al metge o a l'equip mèdic perquè s'actui en l'àmbit sanitari, i només en aquest, i en el supòsit que la persona que el fa arribi un moment en què no pugui expressar la seva voluntat. Això no vol dir esdevenir incapaç, sinó que podem estar parlant d'un estat de coma durant un període de temps determinat, durant el qual la persona no podrà donar un consentiment ni podrà decidir quins tractaments terapèutics prefereix que se li apliquin, ni quines mesures cal tenir en compte per al tractament de la seva malaltia.

En aquest document la llei preveu la possibilitat que també es pugui designar un representant, que serà l'interlocutor vàlid de la persona malalta amb el metge i amb tot l'equip mèdic.

El mateix document també pot recollir la voluntat del signant sobre la donació d'òrgans, així com el tractament espiritual que es vol rebre. No es tindrà en compte, si hi consta, qualsevol previsió contrària a la llei. Per tant, si en el nostre país l'eutanàsia no està acceptada legalment, en el document de voluntats anticipades no es pot fer constar que, arribat

La previsió. Quan encara podem decidir per nosaltres mateixos

el moment, se suprimeixin totes les respiracions assistides o es desconnecti tot el que mantingui la persona en vida vegetativa.

El testament vital, o voluntats anticipades, és un document que deixa constància de com volem que ens tractin en l'àmbit sanitari en cas de no poder expressar la nostra voluntat.



El document de voluntats anticipades es pot fer amb un notari o també a través d'un document privat. Es pot redactar personalment tot allò que es desitja, amb ordinador o a mà, i signar-ho. Per ser vàlid legalment, cal que hi hagi tres testimonis en el moment de signar, i dos d'ells no poden tenir cap mena de parentiu amb la persona que fa el document de voluntats anticipades fins a segon grau, l'equivalència a un germà. O sigui que de germà a pare o fill no podria haver-hi ningú, i a partir de familiars més llunyans al que és el vincle d'un germà, sí que podrien ser testimonis d'un document de voluntats anticipades.

Amb el document signat, s'ha d'anar al Registre i seguir els tràmits que se'ns indiquin. El fet que es dipositi el document de voluntats anticipades en el Registre no evita que si un en té una còpia, en cas que entri en l'àmbit sanitari o mèdic, o

Els drets del meu demà

que hi hagi d'entrar, pugui lliurar aquesta còpia a l'equip mèdic. La llei preveu, fins i tot, que aquesta còpia s'adjunti a l'historial del pacient.



El poder preventiu

El poder preventiu és un altre document de previsió pensat perquè les persones, en el moment de poder fer ple ús de la seva consciència, puguin deixar constància per escrit de com volen que es gestionin els seus béns si en un futur alguna malaltia els impedis decidir per ells mateixos sobre aquests béns.

La previsió. Quan encara podem decidir per nosaltres mateixos

L'autotutela

Si el fet de preveure ens ajuda a decidir per endavant el que farem en un futur, mereix una atenció especial l'expressió dels nostres desitjos abans d'arribar a un possible moment en què ja no puguem decidir.

Preparar les nostres voluntats és la manera de governar pell endins respectant el dret a ser lliures, fins i tot quan ens toqui viure la inconsciència per motius de demència. Si el testament vital o document de voluntats anticipades ens serveix per decidir com volem que ens tractin, l'autotutela regula, sota la nostra pròpia voluntat i quan encara en podem ser conscients, qui volem que ens cuidi si arriba aquesta necessitat i, igualment, qui no volem que ho faci sota cap circumstància.

Aquesta és la manera de ser protagonistes del nostre futur, des del passat, triant un tutor i excloent a qui no volem que ho sigui.

L'autotutela ens permet triar un tutor que vetlli pels nostres drets i interessos un cop no puguem decidir per nosaltres mateixos.



Els drets del meu demà

Per a signar un document d'autotutela cal adreçar-se també al despatx d'un notari i deixar per escrit qui volem que sigui aquesta persona que, en cas que en un futur ens declaressin incapaços, sigui el nostre tutor, és a dir, la persona que vetllarà directament perquè els nostres drets continuïn garantits.

Es tracta d'una escriptura davant del notari on, segons la llei, es poden fer constar: els tutors que triem i els substituïts d'aquests en cas que aquests primers no ho puguin fer quan sigui necessari, i també es poden donar indicacions sobre com volem que es porti a terme aquesta tutela. És deixar constància de la nostra voluntat sobre la nostra vida i acompanyament, de manera legal.

Després de signar el document davant del notari, aquest donarà una còpia a l'interessat. Per la seva banda, el notari adreçarà l'original al Registre de nomenaments tutelars no testamentaris, que, a Catalunya, depèn del Departament de Justícia de la Generalitat, on el jutge s'adreçarà quan arribi el moment de declarar la persona incapaç.

La previsió. Quan encara podem decidir per nosaltres mateixos



Supressió de barreres arquitectòniques

El primer que cal saber sobre les barreres arquitectòniques i la possibilitat de suprimir-les per tal que les persones amb mobilitat reduïda les puguin superar és que no cal patir una minusvalidesa per a sol·licitar l'eliminació d'un d'aquests obstacles, a l'escala comunitària, per exemple. L'únic requisit que és imprescindible per poder demanar-ho és haver complert els 70 anys.

En el cas dels majors de 60 anys, qualsevol persona en aquestes condicions, encara que no presenti mobilitat reduïda, pot sol·licitar a la comunitat de veïns la instal·lació

Els drets del meu demà

d'una rampa, un ascensor o un sistema de seient amb caiguda elèctrica, com a previsió d'una necessitat en un futur proper o llunyà. Si la majoria de veïns no està d'acord amb aquesta instal·lació, el veí que ho ha sol·licitat està en el seu dret de fer instal·lar igualment la mesura contra la barrera, fent-se càrrec ell mateix de la despesa que això comporti.

Podria iniciar també un procés administratiu a través del qual comunicués a la Generalitat la seva petició i el rebuig comunitari. Aquesta acció no comporta que el Govern obligui la comunitat de propietaris a aprovar la instal·lació del que s'estableixi i afrontar el cost a parts iguals.



És important reflexionar sobre la possibilitat de fer servir totes les opcions legals repassades fins aquí, amb l'única finalitat que, si algun dia no podem lluitar pels nostres drets, hi hagi algú que realment ho pugui fer i ho faci seguint els nostres mateixos paràmetres, atès que deixem constància legal i pública de la nostra pròpia voluntat.

La previsió. Quan encara podem decidir per nosaltres mateixos

La protecció

Conviure amb la dependència

Les dificultats de conviure amb
la dependència: la demència

Mesures socials de protecció

Els abusos contra la gent gran

Els drets naturals



La protecció

Conviure amb la dependència

Acceptar el deteriorament que l'edat comporta, malgrat que pugui anar arribant de mica en mica, sempre va topant amb aquells dies més difícils, de més consciència que altres, en què la persona es pot descobrir a si mateixa de sobte, més vulnerable, més indefensa, en definitiva, menys capaç.

Una caiguda al carrer, oblidar-se d'apagar el foc o deixar-se el telèfon despenjat tot el dia són signes que espanten les persones grans i que poden enfosquir molt el seu horitzó perquè, tal vegada, signifiquin haver posat el primer peu en el difícil camí d'acceptar la discapacitat. Un camí que comparteix la mateixa persona que pateix la discapacitat amb les persones del seu entorn més proper.

La por a perdre la consciència, arribada la vellesa, per causa d'una malaltia o accident, és una realitat molt fre-

Els drets del meu demà

qüent avui dia, tant per la persona que tem patir la demència o que sospita que hi està arribant, com per les persones que l'acompanyen en aquest desenllaç.

Quan les dificultats comencen a fer-se presents, compartir sentiments, dubtes i angoixes amb persones que es troben en la mateixa situació resulta d'una gran ajuda. I conèixer i aprofitar tots els recursos que la nostra societat ens ofereix per a portar millor una vellesa amb dependència és tant un dret com un deure de tots plegats.

Quan parlem de dependència ens referim a la que es pot derivar de problemes físics o psíquics. Per a qualsevol tipus d'aquestes dependències, es recomana adreçar-se als serveis socials municipals i al departament de Benestar i Família de la Generalitat, per conèixer tots els recursos de què es disposa per a aquestes situacions.

A continuació, ens centrarem en la demència, aquella malaltia en què la persona perd la capacitat de regir-se per ella mateixa.

Les dificultats de conyiure amb la dependència: la demència

En els inicis de la malaltia és difícil detectar els problemes que van sorgint com a conseqüència del procés demencial. El que es detecta és una aparent incoherència o des-

La protecció. Conviure amb la dependència

connexió en les activitats de la vida diària, com són els problemes de mobilitat o d'escriptura. És habitual que en un primer moment aquestes dificultats s'atribueixin al deteriorament dels reflexos, causat per l'edat. Però quan a poc a poc les coses que es feien amb normalitat es compliquen, com per exemple el fet de veure que les croquetes es cremen i no saber com reaccionar, cal adreçar-se al metge. Com a defensa, la persona potser tendirà a negar l'evidència, i aquesta actitud pot causar en els familiars cert sentiment d'impotència, perquè són els primers a adonar-se que l'afectat no entén el que li passa.

Les proves neuropsicològiques diagnostiquen el tipus i el grau de demència. A partir d'aquí, els professionals ajuden els familiars i, en la mesura que sigui possible, el mateix malalt, a conèixer els passos més recomanables per a conviure amb la malaltia de la manera més digna i tranquil·la.

Els grups de suport a les famílies, formats per familiars d'afectats i per professionals, faciliten una ajuda important en el procés d'acceptació de la demència i l'assimilació de totes les necessitats de la persona afectada a partir d'aquell moment. Aquestes experiències de les altres famílies o cònjuges, són, moltes vegades, el referent més clar que es pot tenir per portar-ho tan bé com sigui possible, i alhora sentir-se més acompanyat en aquest període.

En aquests grups de suport s'ofereix un espai per compartir tots aquells sentiments, dubtes, angoixes i altres emo-

Els drets del meu demà

cions de persones que travessen una situació similar. Per la seva banda, els professionals, persones externes a la llar, són els encarregats d'oferir la perspectiva objectiva i lliure de càrregues emocionals que poden tenir els familiars quant a les maneres més recomanables de conviure amb la malaltia cada dia.



Els grups de suport a les famílies faciliten una ajuda molt important en el procés d'acceptació de la demència i assimilació de totes les necessitats de la persona afectada a partir d'aquell moment.

Un cop diagnosticada la malaltia de la persona i quan la família i el malalt s'han pogut recuperar del primer impacte inicial, cal saber amb quins recursos podem comptar per fer front a la situació de la millor manera, i abans que la malaltia avanci. A Catalunya, és el Departament de Benestar i Família el que disposa de la informació sobre tot allò que l'Administració posa a l'abast de les persones que s'han de fer càrrec d'una persona dependent, des de les ajudes econòmiques fins al suport psicològic que en molts casos es fa necessari.

Tots aquests recursos esdevenen de gran ajuda per poder continuar desenvolupant les tasques i rols que s'ocupen

La protecció. Conviure amb la dependència

dins de la família, alhora que permeten un temps de descans a la persona que atén més directament el malalt. Això, fins que el grau de desenvolupament de la malaltia ho permeti. Quan ja no sigui possible oferir a la persona gran i afectada de la demència una atenció adequada per les característiques de la llar o per les necessitats medicosanitàries, llavors es fa indispensable la intervenció de professionals que s'encarreguin de la seva cura.

En aquests moments, la persona malalta ja no es pot moure o menjar tota sola, per exemple. Llavors, els familiars es plantegen un ingrés residencial, decisió difícil si el que voldrien és compartir amb el familiar afectat aquesta última fase de la seva malaltia en la pròpia llar.



Els drets del meu demà

Es veuen obligats a prendre decisions que, de vegades, no són acceptades pels malalts, però són els centres assistencials els que ofereixen teràpies de rehabilitació que, tot i no poder aturar la malaltia, poden endarrerir-la i ajudar a portar-la millor.

Un diagnòstic de demència condiona la vida familiar perquè els malalts que la pateixen necessiten atenció les 24 hores. Millores com per exemple l'adaptació de la llar, substituint banyeres per dutxes i obrint pas a l'accessibilitat dels afectats per la demència, és també una de les necessitats que presenten les malalties degeneratives.

Segons un informe de Comissions Obreres, el 92% de les persones amb dependència estan a casa, cuidats per la família. Altres estudis parlen del 75%. En qualsevol cas, són percentatges molt elevats.

Mesures socials de protecció

L'envelliment de la població mundial en general, i de la catalana en particular, objectivament, és un motiu de satisfacció pel que representa d'augment de l'esperança de vida i d'augment de la qualitat de les condicions de vida sanitàries i socials respecte a altres generacions que ens han precedit. Es calcula que l'any 2025 aquest col·lectiu s'aproparà al 25% de població en els països desenvolupats, és a dir, una de cada quatre persones serà una persona gran. Avui,

La protecció. Conviure amb la dependència

a Catalunya, el 17% de la població té més de 65 anys, això ens fa posar en relleu situacions que abans eren invisibles o amagades i cada cop més tenen una importància en el debat social, quant a les dependències que moltes d'aquestes persones grans experimenten, quant a les seves demències, maltractaments o explotació, i quant a la seva solitud i abandó.

L'Alzheimer, per exemple, que afecta unes 100.000 persones a Catalunya, és una de les demències més temudes per tot el que comporta. Totes aquelles persones afectades per l'Alzheimer necessiten una protecció social, però també les seves famílies i persones que les cuiden. La seva dependència comporta indefensió, vulnerabilitat, perjudicis, discriminació i risc.



La incapacitació

La vellesa, ser gran, no és una causa d'incapacitat ni tampoc n'és un motiu. Ho seran, en tot cas, les minusvalideses, les disfuncions o les discapacitats que aquesta persona gran pugui patir habitualment. La incapacitació ve marcada per circumstàncies fisiològiques esdevingudes pel deteriorament progressiu de les facultats físiques i psíquiques de la persona, les malalties o deficiències persistents de caràcter físic o psíquic que impedeixin a la persona governar-se per si mateixa. Normalment és una demència, de qualsevol tipus, el que provoca realment aquesta incapacitat, però no el fet de ser gran.

El moment de plantejar-se la incapacitació d'una persona és un episodi que remou molts sentiments dins de la família, perquè, malgrat que sigui pel bé de la persona malalta, es tracta d'un procés que li nega a aquesta persona la seva capacitat de decidir. L'assessorament i l'orientació dels professionals és fonamental en aquests moments.



La incapacitació és un procés legal que limita a una persona la seva capacitat de decidir per protegir-la adientment. Sempre és un jutge el que determina l'abast de la incapacitació.

La protecció. Conviure amb la dependència

És el jutge qui determina els límits i l'extensió de la incapacitació, així com el règim de tutela o guarda a la qual ha de quedar sotmesa la persona declarada incapaç. La incapacitació és total quan la persona no té la capacitat de decidir en cap tipus de decisió relativa a la seva atenció, així com per cap mena d'acte i negoci jurídic relatius a la administració i disposició dels seus béns, drets i interessos jurídics i patrimonials de qualsevol classe. El jutge també pot declarar la incapacitat per àmbits concrets; en aquest cas la incapacitació és parcial.

La declaració d'incapacitació la poden promoure tant el cònjuge o els descendents de la persona en qüestió com, si no n'hi ha, els ascendents i els germans, però també el Ministeri Fiscal si els anteriors no existeixen o no ho demanen. Qui ha de comunicar a aquest Ministeri els fets que puguin determinar la incapacitació són les autoritats o els funcionaris que, per raó del seu càrrec, coneguin la possible existència d'una causa d'incapacitació, però també ho pot fer qualsevol persona que tingui coneixement d'aquestes causes.

Com a pas previ a la incapacitació, existeix la possibilitat d'acollir-se a la guarda de fet. Aquesta és una figura que implica l'acolliment transitori, per part d'una persona física o jurídica, d'una persona que per raó de les seves circumstàncies personals, pot ésser declarada incapaç. El guardador ha de comunicar al jutjat o al Ministeri Fiscal que assumeix la guarda de fet.

La tutela

El jutge designarà una persona com a tutor perquè “substitueixi” legalment la persona declarada incapacitada, que defensarà els seus drets en tot moment. Aquesta persona haurà de vetllar pel seu benestar psíquic, moral o espiritual, atenent a les seves preferències, desitjos i il·lusions en tot allò que sigui possible realitzar i, en la mesura que es pugui, incloure-la en les activitats.

Pot ser tutor qualsevol persona, tant si es tracta d'un familiar del malalt com si no, així com les entitats que compten amb el reconeixement del departament de



La protecció. Conviure amb la dependència

Benestar i Família per protegir i atendre les persones declarades incapaces. Aquestes entitats no tenen ànim de lucre i normalment compten, entre d'altres, amb treballadors socials, educadors tutelars i assessors jurídics.

La tasca del tutor comprèn tres funcions diferents:

1. L'atenció personal del tutelat. El tutor ha de procurar-li una vida en bones condicions, assegurar-se que tingui una llar adequada a les seves necessitats, que estigui ben alimentat, que rebi el tractament mèdic que la seva malaltia requereix i que tingui també un vestuari idoni i la possibilitat de disposar de diners per a les seves necessitats personals. La llei també preveu que, en la mesura que sigui possible, s'intenti la reincorporació a la vida social d'aquesta persona. Amb persones amb demència això és difícil, perquè la demència causa una davallada de la capacitat cognitiva i motora i això fa difícil aquesta reintroducció, però com que la tutela es pot tenir en compte per a qualsevol malaltia o deficiència, en casos de disminuïts psíquics o malalts mentals, sí que s'hauria de tenir en compte aquest aspecte de la seva atenció personal.
2. Administració dels seus béns. El tutor ha de saber i procurar que el poc o molt que la persona tutelada tingui s'ha d'emprar a fi i efecte que estigui atesa tan bé com sigui possible. I si es tracta d'algú sense recursos, s'haurà de veure a quins recursos públics es té dret, com accedir-hi, i procurar-los-hi. Un cop el tutor ha acceptat el càrrec, la

Els drets del meu demà

primera mesura de control és que, abans que tot, es faci un inventari del que té la persona tutelada i es presenti al jutjat que ha acordat la seva incapacitació. Anualment s'haurà d'informar el jutjat corresponent i, quan s'acabi la tutela, perquè la persona s'ha mort, altre cop s'haurà de presentar una rendició final. Sempre hi ha una mesura de control judicial rigorosament aplicada quan s'han de fer gestions com ara vendre alguna propietat del tutelat. Per a això es necessita l'autorització del jutge.

3. Representar la persona tutelada. El tutor exerceix la representació de la persona en tots els actes que dugui a terme.



El tutor és aquella persona designada pel jutge per a vetllar pels interessos i drets d'una persona declarada incapaç.

El tutor és un referent amb qui es prenen les decisions sobre el que li convé al tutelat i el que no. No necessàriament el tutor s'emporta el tutelat a casa seva. De vegades, també, es creu que si hi ha el tutor, la persona incapacitada ja no fa res. I no és així. Les coses que encara pot fer la persona incapacitada les ha de continuar fent. Per exemple, continuarà anant al banc, però ara amb la tranquil·litat que algú al seu costat té coneixement i control del que fa. Cal tenir present que aquestes persones tenen un passat i que no se'ls pot privar de fer coses.

L'acolliment

Una altra possibilitat de protecció d'una persona gran és l'acolliment. Cal fer un contracte amb l'assessorament d'un advocat o un notari que complementi, reguli i doni molta seguretat a la persona que entra en un habitatge en situació convivencial o d'acolliment.

El pacte d'acolliment estableix la vinculació de la persona que busca ser acollida amb una persona o a una parella casada o unida de manera estable, a canvi d'una contraprestació. El pacte no inclou l'administració legal de béns ni la representació legal de les persones acollides per les acollidores.

Persones acollidores i acollides conviuen en un mateix habitatge, sigui de les persones acollidores sigui de les acollides, amb l'objecte que els primers tinguin cura dels segons, els donin aliments, els prestin assistència, els procurin el benestar general i els atenguin en situacions de malaltia. Persones acollidores i acollides han de prestar-se ajuda mútua i compartir les despeses de la llar i el treball domèstic de la manera pactada, la qual ha de respondre a les possibilitats reals de cada part.

La contraprestació es pot fer mitjançant la cessió de béns mobles, de béns immobles o en diners. Les persones acollidores han de promoure la constitució de la tutela si les persones acollides estan en situació d'ésser-hi sotmeses



La residència

A Catalunya hi havia l'any 1998 un total de 38.075 places de residència per a gent gran. El 2004, ja n'eren 51.441, segons dades del Departament de Benestar i Família. És evident que la societat s'adapta a les necessitats vitals del seu desenvolupament.

En el moment de l'ingrés, és obligatori presentar un informe mèdic efectuat com a màxim en els tres mesos anteriors a l'entrada a la residència. Aquest informe ha d'incloure les

La protecció. Conviure amb la dependència

dades personals, les malalties actives, les al·lèrgies i contraindicacions, la medicació prescrita, el règim dietètic, les atencions sanitàries o d'infermeria que necessita aquella persona que vol ingressar i la valoració de la seva disminució. D'aquesta manera, i a través d'una entrevista personal, des del centre residencial es tindran els referents per saber si es tracta d'un presumpte incapaç i fer la comunicació al jutjat o a la fiscalia que s'assumeix la guarda de fet.

La prèvia i lliure manifestació de la voluntat de la persona que ingressa en una residència o bé la del seu representant legal és imprescindible per efectuar l'ingrés en un d'aquests centres. Si la persona que ha d'ingressar no pot manifestar lliurement la seva voluntat i per això l'ingrés el fa el cònjuge, descendents, ascendents o germans, això s'ha de fer constar en l'expedient assistencial.

En el moment de l'ingrés en una residència és necessària la prèvia i lliure manifestació de la voluntat de la persona que és ingressada o de la persona que la representi.



Hi ha drets que neixen com a conseqüència de l'estada de la persona a la residència. La llei estableix que totes les administracions públiques hauran de vetllar pel respecte dels drets dels usuaris de serveis i establiments socials i especialment els següents:

Els drets del meu demà

1. El dret a la informació, que s'ha d'exercir de manera individualitzada. La residència té l'obligació de mostrar en un taulell d'anuncis la informació dirigida als usuaris i de transmetre'ls aquesta informació. Hi ha de constar: l'autorització de l'establiment o servei, els horaris del centre, els preus, el seu organigrama, la disponibilitat de fulls de reclamació, el calendari amb l'horari d'activitats, les instruccions en casos d'emergència i l'horari d'atenció als familiars i usuaris.
2. El dret a la intimitat i a la no-divulgació de les dades personals. A aquestes dades que figuren als expedients assistencials només hi poden tenir accés els professionals de l'atenció personal dels residents, el personal encarregat de la gestió i administració del centre i el personal de l'administració pública que efectua les inspeccions corresponents; quedarà l'accés limitat a aquelles persones que són objecte de la intervenció concreta de cada professional.
3. El dret a considerar com a domicili propi l'establiment residencial i a mantenir la seva relació amb l'entorn familiar i social. L'establiment residencial és un centre obert. Aquest dret implica també la llibertat d'entrada i sortida del centre, la invulnerabilitat de les dependències personals i el dret a tenir-hi objectes personals. Ara bé, la residència es considera el domicili de la persona gran, però això no vol dir que es pugui comportar com a casa seva. S'ha de sotmetre a un règim de vida diferent amb

La protecció. Convivre amb la dependència

certes limitacions per garantir la bona convivència i per garantir també la bona prestació del servei.

4. El dret a la continuïtat de la prestació del servei i a la no-discriminació segons un contracte, prèviament signat, i segons les clàusules que s'acordin en el contracte d'assistència. La persona que ingressa té dret a no ser discriminada en el tractament per raó de naixença, raça, sexe, religió, opinió i qualsevol altra condició personal. També té dret a ser tractada amb el respecte i la consideració deguda per a la seva dignitat. Igualment li pertoca el dret a no ser sotmesa a cap tipus d'immobilització o restricció física o farmacològica, sense prescripció mèdica i supervisió, llevat que existeixi perill imminent per a la seva seguretat física o la de terceres persones. En aquest darrer cas, les actuacions realitzades hauran de justificar-se documentalment en l'expedient assistencial.

5. El dret a la tutela de les autoritats públiques, per tal de garantir el gaudiment dels drets establerts. En aquest sentit, el Departament d'Inspecció del Departament de Benestar i Família té assignades per llei les següents competències: vetllar pel compliment de la normativa vigent, garantir els drets dels usuaris als serveis socials, verificar el compliment de les condicions funcionals i materials, supervisar la destinació i la utilització dels fons públics concedits a la iniciativa privada o a la pública, assessorar, informar les entitats, els usuaris i els

Els drets del meu demà

representants legals, i col·laborar en la planificació territorial dels serveis socials.

Altres serveis

Per a aquelles persones que volen seguir a casa seva i les circumstàncies li ho permeten, la nostra societat disposa d'ajuts i de diferents serveis per contribuir a portar millor la cura de la persona malalta en la seva pròpia llar.

Atenció social domiciliària

És un servei a domicili adreçat a persones grans o amb alguna disminució que es troben en dificultats per a desenvolupar les activitats de la vida quotidiana. L'atenció domiciliària facilita personal per a fer les tasques domèstiques i oferir suport en la cura de la higiene personal, la salut i els tràmits burocràtics, també per a qüestions com la bugaderia o la preparació dels àpats de la persona gran que no ho pot fer per si sola. Aquest servei és gratuït per a les persones amb ingressos econòmics reduïts. Per obtenir aquest ajut a domicili cal adreçar-se als serveis socials que hi ha a cada ajuntament.

La previsió. Quan encara podem decidir per nosaltres mateixos

Centres de dia

Els centres de dia són espais d'acolliment i assistència de les persones grans amb dependències perquè puguin desenvolupar activitats de la vida diària en companyia d'altres persones i guiats per professionals especialitzats en el que aquestes persones necessiten. Poden accedir a aquest servei totes les persones grans dependents que puguin dormir a casa seva. En el centre s'ofereix el dinar, atenció personalitzada, tant per a les activitats com per a la higiene personal de l'usuari, fisioteràpia, entre altres serveis. Per sol·licitar aquest servei, cal anar al Centre de Serveis Socials del barri o municipi i presentar la petició al treballador social. Els centres de dia no són gratuïts, es paga un tant per cent segons els ingressos de la persona que demana entrar-hi.

Programes de respir

Un altre suport, en aquest cas dirigit a les persones que s'ocupen diàriament de la persona dependent, són els programes de respir. Es tracta d'una estada temporal en una residència de la persona dependent que permet un descans a les persones que s'encarreguen diàriament de la seva cura. La informació sobre aquest servei la tenen els Centres de Serveis Socials de cada barri o municipi.

Els drets del meu demà

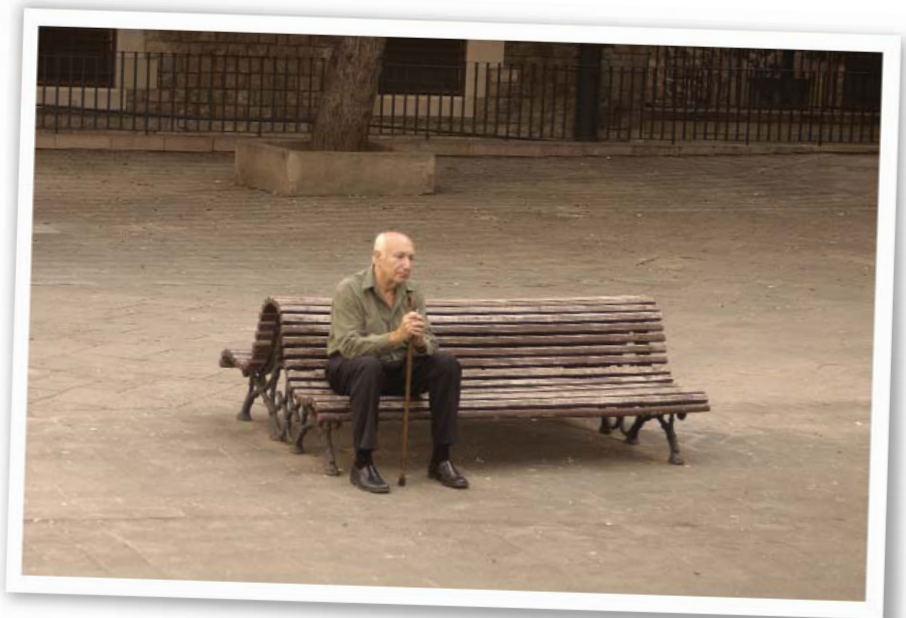
Teleassistència

És un servei d'alarma telefònica mitjançant el qual la persona malalta, o amb mobilitat reduïda, té a casa seva un aparell connectat pel telèfon amb una central d'emergència per poder demanar ajuda immediatament, en cas de trobar-se malament. Per demanar aquest servei i saber les condicions per gaudir-ne cal posar-se en contacte amb els serveis socials municipals.

Programa Viure i Conviure

També el programa Viure i Conviure que facilita la convivència entre una persona gran que desitja companyia i un estudiant que necessita allotjament és una eina de gran valor. El gestiona la Fundació Viure i Conviure de Caixa Catalunya, i actualment està implantat a 27 ciutats d'arreu de l'Estat espanyol. Per a obtenir més informació, es pot trucar al 902 400 973.

A banda d'aquests serveis que la nostra societat posa a l'abast de les persones grans dependents i en risc de marginació social, existeixen altres ajuts la informació sobre els quals es pot demanar als treballadors socials que presten el seu servei a cada barri o municipi



Els abusos contra la gent gran

Maltractaments

Una de les formes més crues de vulneració de drets de tota la població són els maltractaments envers la gent gran.

Totes les formes de violència –física, psíquica, sexual, econòmica...– afecten greument la salut, tal com recull el document de l'Organització Mundial de la Salut *Violència i Salut* de l'any 2002. Segons aquest informe, el maltractament a les persones grans és una de les formes de violència més oculta. Ho és perquè és la menys estudiada, la més incompresa i també la més evidentment desconeguda.

Segons estadístiques extrapolades de països pioners en la detecció d'aquests maltractaments, com els Estats Units i el Canadà, surten a la llum molt pocs casos de maltractaments a la gent gran. El principal problema és que el maltractament als ancians és molt difícil de detectar, primer de tot per la creença que tot el que passa en la família és una qüestió privada. Altres motius del silenci són: la vergonya que pateix la víctima en haver de manifestar que la maltracten o que se sent maltractada, la por al fet que l'hagin de portar a una residència o la temença a rebre represàlies.

El maltractament es pot donar en diversos àmbits, com el familiar, però també l'institucional i el social.

La protecció. Conviure amb la dependència

En general, el fet de vulnerar els drets que li corresponen com a persona, es pot considerar maltracte. Cal que la persona pugui decidir per ella mateixa quan encara té capacitat, i no ha de ser tractada de manera infantil sota cap circumstància.

A la dècada dels anys vuitanta, els maltractaments envers els infants van ser el focus d'atenció. A partir de la dècada dels anys noranta, i en el moment actual, parlem de violència de gènere i/o violència domèstica. Sembla que en aquest inici de segle sentirem a parlar més de maltractament envers la gent gran. Entre les causes, hi podem trobar els canvis en l'estructura i la funció de la família, així com l'increment de les demències progressives i degeneratives pel major nombre de persones que arriben a la vellesa.

Quan algú sospita que una persona gran està sent maltractada, ha d'anar a buscar els professionals adients que el puguin informar sobre el que ha de fer. S'ha de dirigir a qualsevol cos de seguretat o als serveis socials.

El *mobbing* immobiliari

Aquesta és una altra forma de maltractament que es practica massa sovint amb les persones grans. Es tracta d'un assetjament sobre una persona per aconseguir que abandoni l'habitatge, on resideix en qualitat de llogatera amb un

Els drets del meu demà

lloguer baix i amb un contracte indefinit, amb la intenció dels propietaris d'obtenir-ne un major benefici a través d'un altre llogater o amb la venda de l'immoble.

En cas de sospita d'estar patint *mobbing*, cal anar a consultar-ho als serveis socials municipals o als serveis d'orientació jurídica dels col·legis d'advocats.

La protecció. Conviure amb la dependència



Els drets naturals

A banda dels drets adscrits a les lleis que pugui redactar un país, existeixen els drets naturals de tota persona i que són essencials, com el dret a ser estimat i a estimar, el dret a sentir-se útil i vàlid, i el dret a decidir. Tots necessitem tenir gent al nostre voltant, sigui una parella, un pare, un fill o un amic. Per exemple, el codi de família de Catalunya estableix que els avis tenen dret a relacionar-se amb els seus néts. Els pares tenen la pàtria potestat, però han de fomentar la relació dels seus fills amb els avis. Moltes vegades, per diferències familiars, es priva els avis de veure els néts. Això, quan més s'accentua és en el cas de separació. Els advocats haurien de recordar sempre que, a l'hora d'establir el règim de visites, també s'ha de demanar el temps per a veure els avis.



Conclusions

La gent gran té els mateixos drets que tothom, pel fet de ser persones, però de vegades aquests drets resulten malmesos perquè les mateixes persones grans desconeixen els seus drets o perquè les seves circumstàncies de salut mental els impedeixen reclamar tot allò que mereixen legalment. Des de la societat, cal vetllar perquè això no passi. Les campanyes de divulgació d'aquests drets són una eina per assolir aquest propòsit. També és necessari, per part de cadascú, ser previsors i decidir per endavant el que volem per al nostre futur, perquè, si arribem a estar incapacitats, es puguin complir les nostres voluntats. Ningú no hauria de decidir per nosaltres. Els mateixos metges i assistents cal que ens preguntin com volem ser tractats.

Les administracions, els professionals, els voluntaris, els particulars i, en definitiva, tot el teixit social, polític i econòmic s'ha d'implicar en la solució d'aquells problemes

Els drets del meu demà

que afecten les persones grans i que, per elles mateixes, no poden resoldre. S'han de trobar canals reals de participació de les persones grans, perquè puguem valorar i treure profit humà de les seves capacitats, siguin quines siguin, fins al seu darrer dia. La gent ha de poder realitzar i realitzar-se, malgrat sobrepassar l'edat de jubilació.

I el primer deure de la gent gran envers la societat i envers la seva pròpia condició de gent capaç de funcionar és la previsió. Per això s'ha de difondre l'autotutela, perquè sigui més utilitzada.

Si la dependència arriba, la figura de la tutela té com a principal objectiu la protecció de la persona afectada. Cal passar de l'assistencialisme al dret. Hem d'assumir els deures cívics, i especialment els econòmics, per atendre les persones grans, i principalment quan hi ha un vincle de tipus familiar.

Malalties com l'Alzheimer o altres demències originen una sèrie de problemàtiques i angoixes familiars i, per tant, personals, que, si són compartides amb els grups de suport formats per familiars d'altres afectats i de professionals experts en aquestes problemàtiques, es poden portar molt millor.

S'ha de prevenir activament pel que fa a la incapacitació i incapacitar absolutament només en casos d'excepcionalitat, si fa falta i en la justa mesura que faci falta, perquè cal

La protecció. Conviure amb la dependència

potenciar l'autonomia de la persona amb alguna demència en la mesura que sigui possible.

Teresa Pàmies, en el seu llibre *L'aventura d'envellir*, que ha escrit amb 82 anys, pretén transmetre que s'ha d'envellir sense passar per la decrepitud. L'escriptora presenta personatges com a exemple de viure la vellesa en positiu.

Aquestes pàgines guarden el mateix propòsit de promoure per a tots un desenvolupament personal i positiu, tinguem l'edat que tinguem.

Fent-nos sensibles davant la vellesa, començant per la nostra pròpia, preparant-nos, apropant-nos a les altres velleses, construirem una vellesa amb dignitat per a tots plegats.

Agraïments

Andreu Corominas, president de la Coordinadora Catalana d'Entitats Tutelars.

Eulàlia Cucurella, presidenta d'Alzheimer Catalunya.

Àngel Fernández, advocat de l'Associació Catalana de Recursos Assistencials.

Marisa Hontoria, Comissió de Drets de la Gent Gran del Col·legi d'Advocats de Barcelona.

Juli Martí, director de la Llar-residència per a gent gran Hotel Congost i president de l'Associació de Directors de Centres Gerontològics (ADCG).

Josep de Martí, director d'inforesidencias.com, licenciat en Dret i professor del Màster de Gerontologia Social, Les Heures, Fundació Bosch i Gimpera. Universitat de Barcelona.

Mercè Mas, presidenta de l'AMG.

Jordi Muñoz, advocat i membre de la Comissió dels Drets de la Gent Gran del Col·legi d'Advocats.

OMIC (Informació sobre temes immobiliaris), Ronda de Sant Pau, 43. Tel. 934 027 840.

Albert Pons, president de PROGRAM.

Els drets del meu demà

Ignasi Riera, escriptor.

Anna Rovira, advocada i membre de la Junta Directiva d'Alzheimer Catalunya.

Mercè Tabueña, professora de l'ensenyament de Treball Social de la Universitat de Barcelona i membre d'AMG.

Francesc Triola, Col·legi de Periodistes de Catalunya.

Santiago Vidal, magistrat de la Secció 10 de l'Audiència Provincial de Barcelona, professor de la Universitat Autònoma de Barcelona i de l'Escola de Mossos d'Esquadra.

Marina Valls, directora de Residència de la Gent Gran Santa Coloma - ICASS.

Vicenç Vicente Lázaro, president de l'Associació Catalana de Recursos Assistencials (ACRA)

Dolors Vidal, familiar de persona afectada.

Josep Vilajoana, vicepresident d'Alzheimer Catalunya.

Bibliografia

PÀMIES, T. *L'aventura d'envellir*. Biblioteca Universal Empúries.

MUÑOZ, J.; ARGEMÍ, M. *Las personas mayores y sus derechos*. Ediciones Finder Graphics.

MUÑOZ, J. *El ingreso de presuntos incapacitados en centros gerontológicos*. Fundación Mapfre Medicina. Associació d'Entitats i Professionals de la Gerontologia.

Com quedar-se a casa quan s'és gran. Ajuntament de Barcelona i Comunitat de Sant'Egidio. Grup 62.