

## TÜRK GERİATRİ DERNEĞİ 18-24 Mart “Ulusal Yaşlılara Saygı Haftası” açıklaması



[www.turkgeriatri.org](http://www.turkgeriatri.org)

“Birleşmiş Milletler Sağlıklı Yaşlanma On Yılı”, dört alanda kolektif eylemler yoluyla sağlık eşitsizliklerini azaltmayı ve yaşlı bireylerin yaşamlarını iyileştirmeyi hedeflemektedir:

1. Yaşlanma ve yaş ayrımcılığına ilişkin algıları değiştirmek,
2. Yaşlı bireylerin yeteneklerini destekleyecek toplumlar geliştirmek,
3. Kişiye özel entegre bakım ve birinci basamak sağlık hizmetleri sunmak,
4. Uzun vadeli kaliteli bakım hizmetlerine erişimi artırmak.

Bu on yıllık süreç, hükümetleri, sivil toplum kuruluşlarını, akademiye, özel sektörü ve diğer paydaşları bir araya getirerek yaşlı bireylerin daha uzun ve sağlıklı yaşamlarına katkıda bulunmayı amaçlamaktadır.



Küreselleşme, teknolojik gelişmeler, kentleşme, göç ve değişen toplumsal cinsiyet normları, yaşlı bireylerin yaşamlarını doğrudan ve dolaylı olarak etkilemektedir. Halk sağlığı yanıtı, bu mevcut ve öngörülen eğilimleri dikkate almalı ve politikaları buna göre çerçevelendirmelidir.

Fiziksel ve sosyal çevreler, doğrudan sağlık üzerinde etkili olabilir veya fırsatları, kararları ve sağlık davranışlarını etkileyen engeller veya teşvikler yoluyla dolaylı bir etkiye sahip olabilir. Hayat boyu sağlıklı alışkanlıkları sürdürmek – dengeli beslenmek, düzenli fiziksel aktivite yapmak ve tütün kullanımından kaçınmak – bulaşıcı olmayan hastalıkların riskini azaltabilir, fiziksel ve zihinsel kapasiteyi artırabilir ve bakıma bağımlılığı geciktirebilir.

Destekleyici fiziksel ve sosyal çevreler, kapasite kayıplarına rağmen bireylerin önem verdikleri şeyleri yapabilmelerine de yardımcı olur. Güvenli ve erişilebilir kamu binaları, ulaşım sistemleri ve yürünebilir alanlar, bu tür destekleyici çevrelere örnektir. Yaşlanmaya yönelik bir halk sağlığı yanıtı geliştirirken, sadece yaşlanmaya bağlı kayıpları azaltan bireysel ve çevresel yaklaşımlar değil, aynı zamanda iyileşmeyi, uyumu ve psikososyal gelişimi destekleyen yaklaşımlar da dikkate alınmalıdır.

<https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/population-ageing>