

CAMBIANDO LA PERSPECTIVA SOBRE EL ENVEJECIMIENTO



Vivimos en una ciudad donde el envejecimiento prospera y está siempre presente. Está en la sabiduría de la mujer que enseña tai chi en el parque. Está en el empuje del emprendedor que lanza un nuevo negocio a los 70 años. Está en el corazón del abuelo que ayuda a su nieto con la tarea de matemáticas por Zoom. El envejecimiento no es algo que nos sucede.

Es vivir. Es experiencia. Es poder. Este mayo, en honor al Mes de los Estadounidenses Mayores, nos unimos al llamado nacional para 'Cambiar la Perspectiva sobre el Envejecimiento' y celebrarlo por lo que verdaderamente es, no por lo que sugieren los

estereotipos obsoletos.

Sin embargo, con demasiada frecuencia, el envejecimiento es tratado como un problema a resolver en lugar de una parte natural de la vida para celebrar. Esa mentalidad no solo hiere sentimientos.

Hiere a las personas. Los estudios demuestran que cuando la sociedad subestima a los adultos mayores, esto conduce a peores resultados de salud, menos oportunidades económicas y más aislamiento social. El edadismo no solo frena a los adultos mayores. Frena a cada miembro de la sociedad.

Piénsalo. ¿Cuántos inventos, movimientos y obras maestras han sido creados por personas a quienes les dijeron que eran "demasiado

viejas" para soñar en grande? ¿Cuánto más fuertes podrían ser nuestras comunidades si reconociéramos el envejecimiento por lo que realmente es - una fuente de creatividad, liderazgo y fortaleza? Georgia O'Keeffe se convirtió en una artista célebre después de los 60 años, al igual que Julia Child, y hay muchos otros ejemplos.

Este mes, cambiemos la perspectiva. Ve el envejecimiento como fortaleza, no como declive. Celebra a los adultos mayores como contribuyentes, no como cargas. Desafíate a ti mismo cuando detectes una broma o suposición edadista, incluso las que nos decimos a nosotros mismos.

En NYC Aging, creemos que cambiar la perspectiva

comienza con la acción. Comienza cuando invitamos a los adultos mayores a roles de liderazgo, defendemos sus talentos y creamos una ciudad donde todas las generaciones prosperan. Este mayo, seamos ruidosos, orgullosos y sin disculpas sobre la verdad. El envejecimiento no es un problema. Es una victoria. Y es una que deberíamos celebrar todos los días.



*NYC Department for the Aging
Commissioner
Lorraine Cortés-Vázquez*