

Longevidad y Edadismo en Bizkaia

Foro deliberativo
Construyendo futuro colectivo

Bilbao, 07/03/2026



Longevidad, un cambio silencioso

La transformación en cifras

Bizkaia registra una de las tasas de natalidad más bajas de Europa. Al mismo tiempo, la esperanza de vida no deja de crecer. El resultado es una pirámide demográfica que se invierte progresivamente.

Nuevas realidades sociales

Menos nacimientos, más años de vida y una sociedad que cambia en silencio. Los hogares, los barrios y los servicios públicos se transforman, aunque no siempre lo percibamos en el día a día.

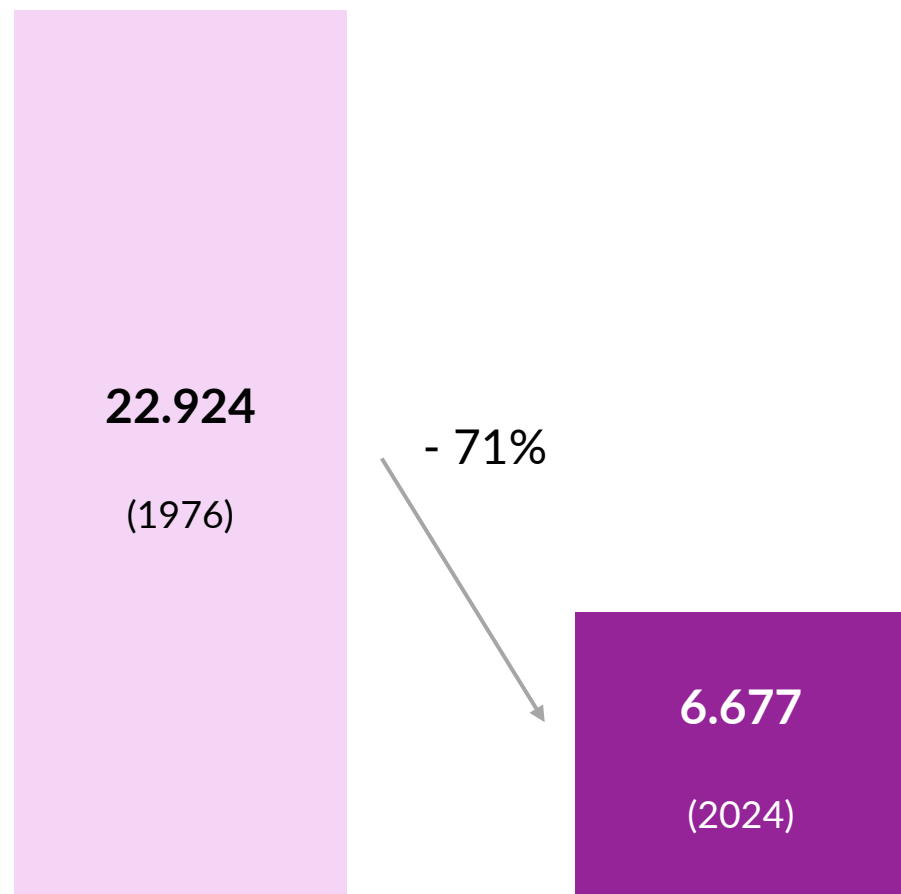
La sociedad cambia, aunque no siempre lo percibamos.





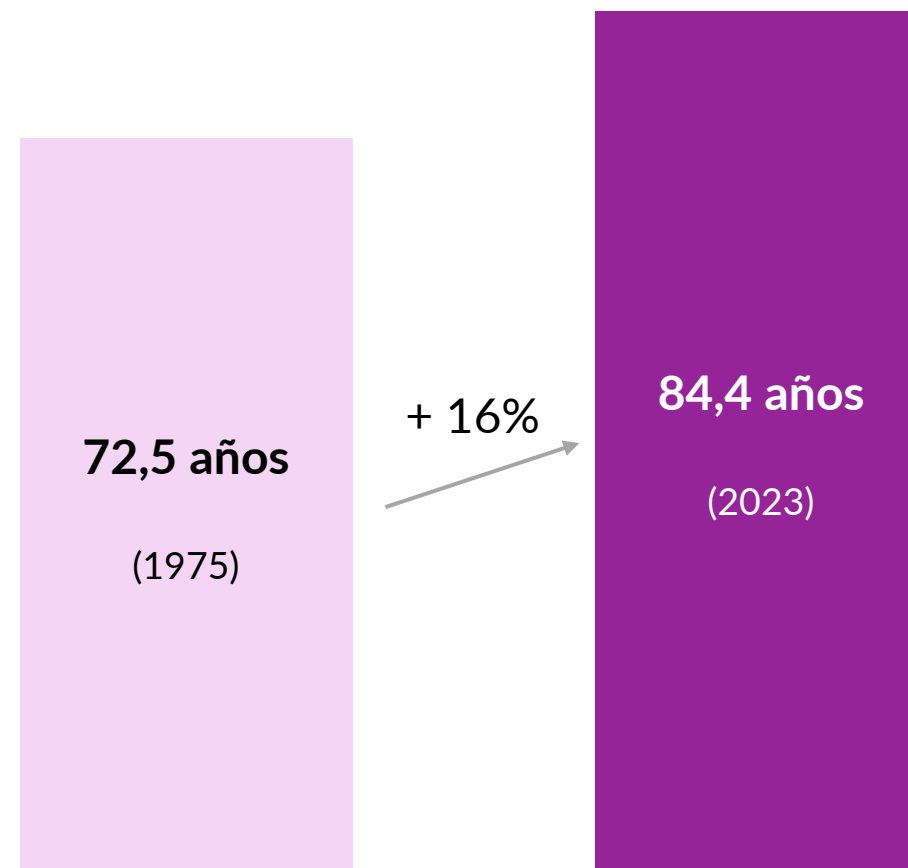
NATALIDAD

Personas nacidas por año en Bizkaia



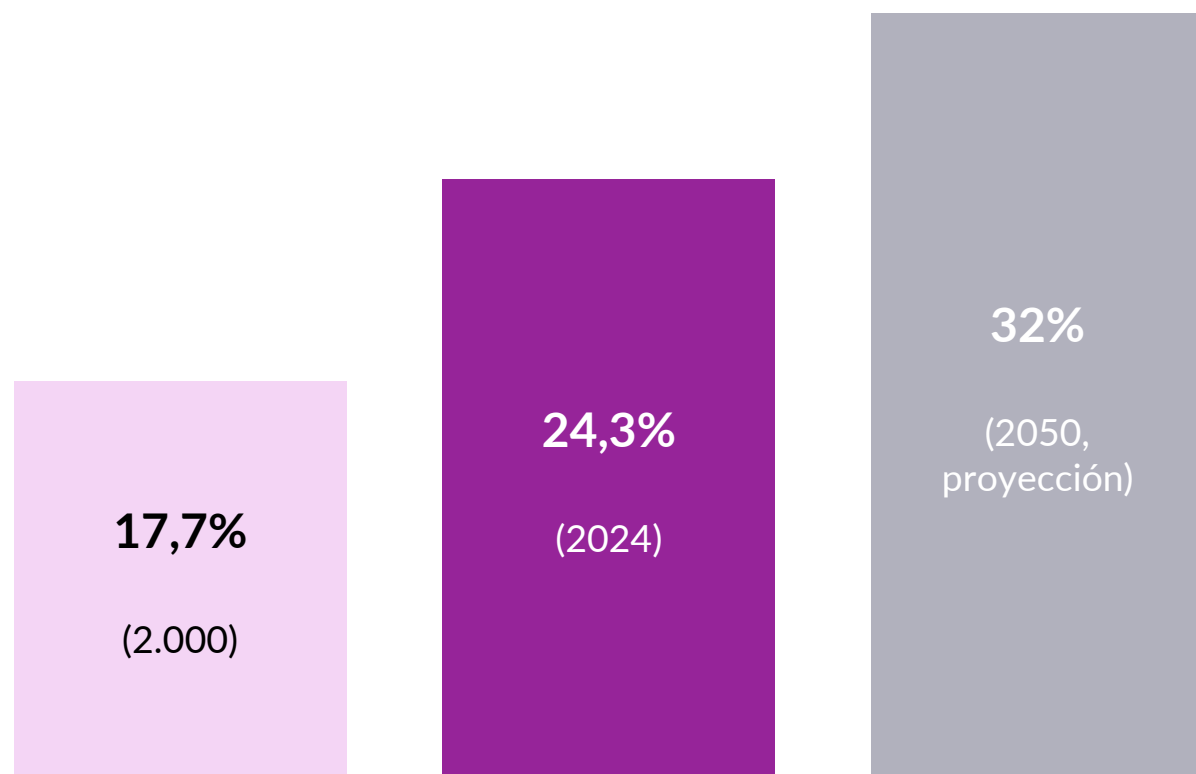
ESPERANZA DE VIDA

Esperanza de vida al nacer en Bizkaia

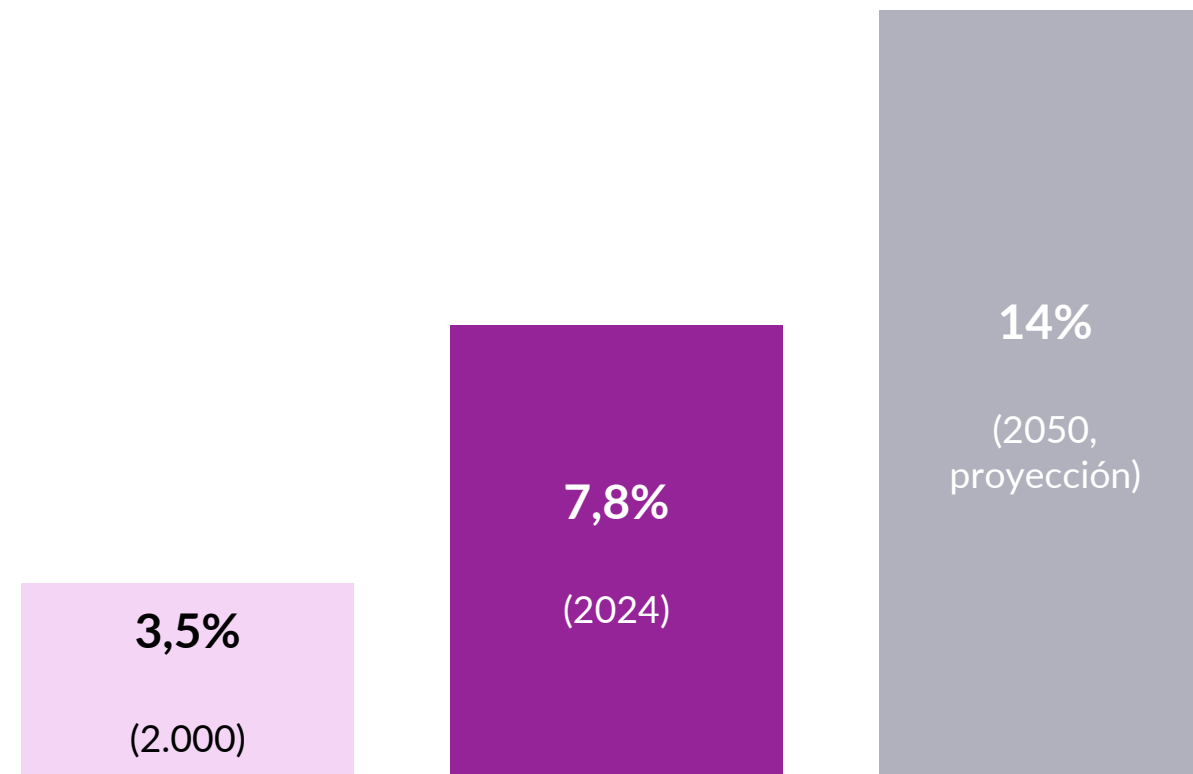




PERSONAS MAYORES DE 65 AÑOS % sobre la población total de Bizkaia



PERSONAS MAYORES DE 80 AÑOS % sobre la población total de Bizkaia





Un logro colectivo



Esperanza de vida récord

Bizkaia se sitúa entre los territorios con mayor esperanza de vida del mundo, resultado de décadas de inversión en salud y bienestar.



Políticas públicas que funcionan

La cohesión social y las políticas de salud han sido determinantes. Vivir más años es, ante todo, una conquista colectiva.



Una conquista compartida

El éxito demográfico no pertenece a nadie en particular. **Es el resultado de la acción de toda una sociedad a lo largo del tiempo.**

El compromiso de Bizkaia



Estrategias pioneras

Bizkaia ha desarrollado estrategias de longevidad reconocidas como referentes, combinando visión a largo plazo con capacidad de ejecución local.



Innovación institucional sostenida

La Diputación Foral de Bizkaia ha mantenido un compromiso continuado con la innovación en las políticas de envejecimiento y bienestar.



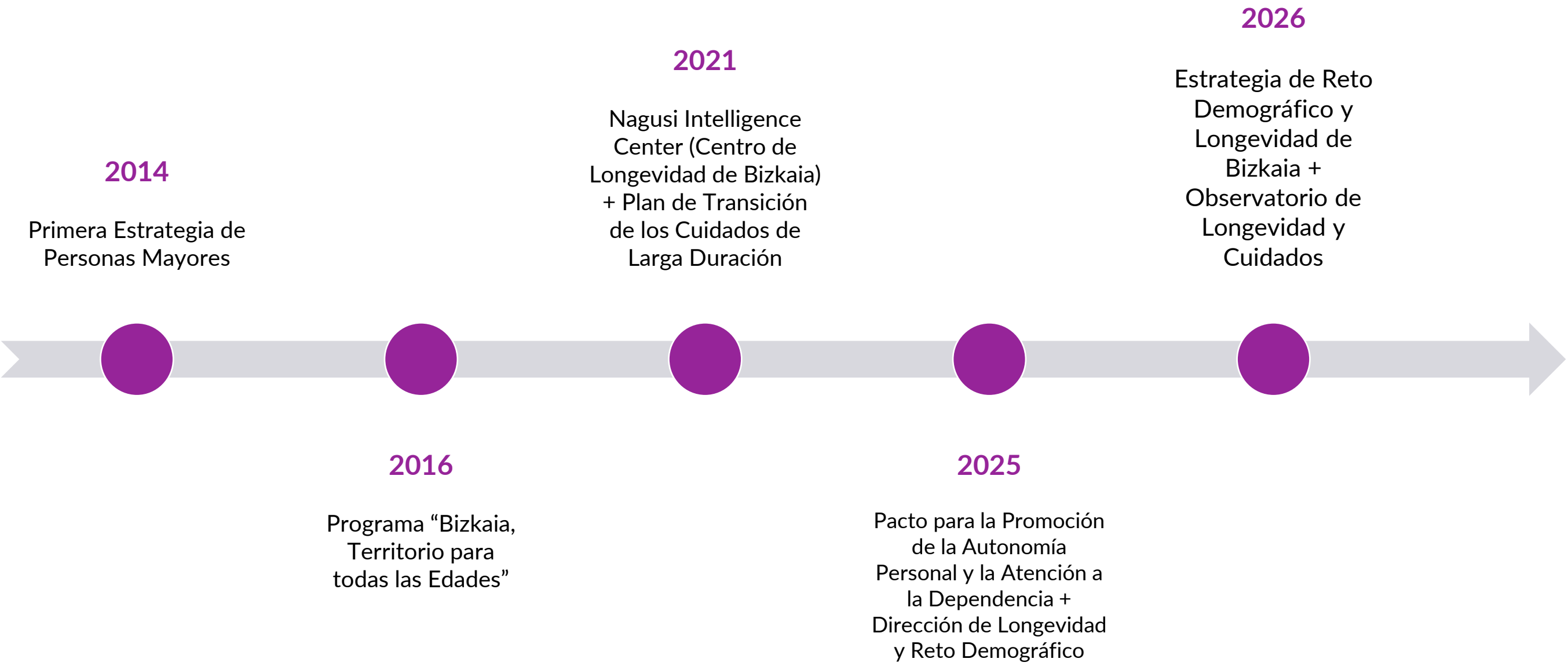
Liderazgo internacional

Bizkaia participa y lidera debates internacionales sobre longevidad, aportando su experiencia y aprendiendo de otros territorios. **Adaptarse no es suficiente: queremos liderar.**





Trayectoria de Bizkaia



El verdadero reto

No basta con vivir más

El aumento de la esperanza de vida es un éxito indudable. Pero la pregunta que debemos hacernos va más allá: ¿cómo son esos años adicionales? ¿Con salud, autonomía y participación, o con dependencia y aislamiento?

Añadir vida a los años

El reto del siglo XXI no es solo vivir más, sino vivir mejor. Salud sostenida, autonomía real y participación activa a lo largo de todo el ciclo vital. **Esa es la verdadera meta.**





La longevidad cambia el escenario

1

Trayectorias vitales

Los itinerarios de vida se alargan y diversifican. La jubilación ya no marca el fin de la participación activa en la sociedad.

2

Convivencia intergeneracional

Cuatro o cinco generaciones coexisten al mismo tiempo. Las relaciones familiares, laborales y sociales se reconfiguran.

3

Trabajo, cuidados y participación

Los roles cambian. La longevidad no añade una etapa más al final: **transforma todo el sistema social.**



Retos emergentes derivados de una mayor longevidad

Sistemas de salud y cuidados

Los modelos actuales de atención sanitaria y cuidados de larga duración necesitan adaptarse a una población que envejece con nuevas demandas y expectativas.

Brecha entre longevidad y bienestar

No toda persona mayor disfruta de buena salud o autonomía. Reducir las desigualdades en la calidad de vida es un imperativo ético y social.

Soledad no deseada

El aislamiento social es uno de los principales riesgos para la salud de las personas mayores. Prevenirlo requiere acción comunitaria y políticas específicas.

Sostenibilidad social

Garantizar la cohesión intergeneracional y la sostenibilidad de los sistemas de protección social es uno de los grandes desafíos de las próximas décadas.

Oportunidades estratégicas



Capital social activo

Las personas mayores aportan experiencia, tiempo y redes de relación. Activar ese capital es una oportunidad transformadora para la sociedad.



Solidaridad intergeneracional

Fortalecer los vínculos entre generaciones enriquece la vida comunitaria y genera resiliencia social frente a los cambios.



Innovación en políticas

La longevidad demanda nuevos enfoques. **Es también una palanca para innovar y liderar en políticas públicas de bienestar.**



Una barrera invisible

En las sociedades longevas emerge un desafío que no siempre resulta evidente. No aparece en los titulares, no se mide fácilmente, pero impregna actitudes, decisiones y estructuras. Su influencia es profunda y su impacto, real.

Edadismo

Una barrera que limita vidas, condiciona políticas y moldea la mirada colectiva sobre el envejecimiento.





Qué es el edadismo

Una definición amplia

La Organización Mundial de la Salud define el edadismo como “**los estereotipos, los prejuicios y la discriminación hacia las personas en función de su edad**”. Puede manifestarse de forma explícita o completamente normalizada.

Afecta a todas las edades, aunque impacta de forma especial a las personas mayores.



Estereotipos

Creencias generalizadas y simplificadas sobre cómo son o deben comportarse las personas según su edad.



Prejuicios sociales

Actitudes negativas normalizadas que condicionan el trato cotidiano sin que seamos conscientes de ello.



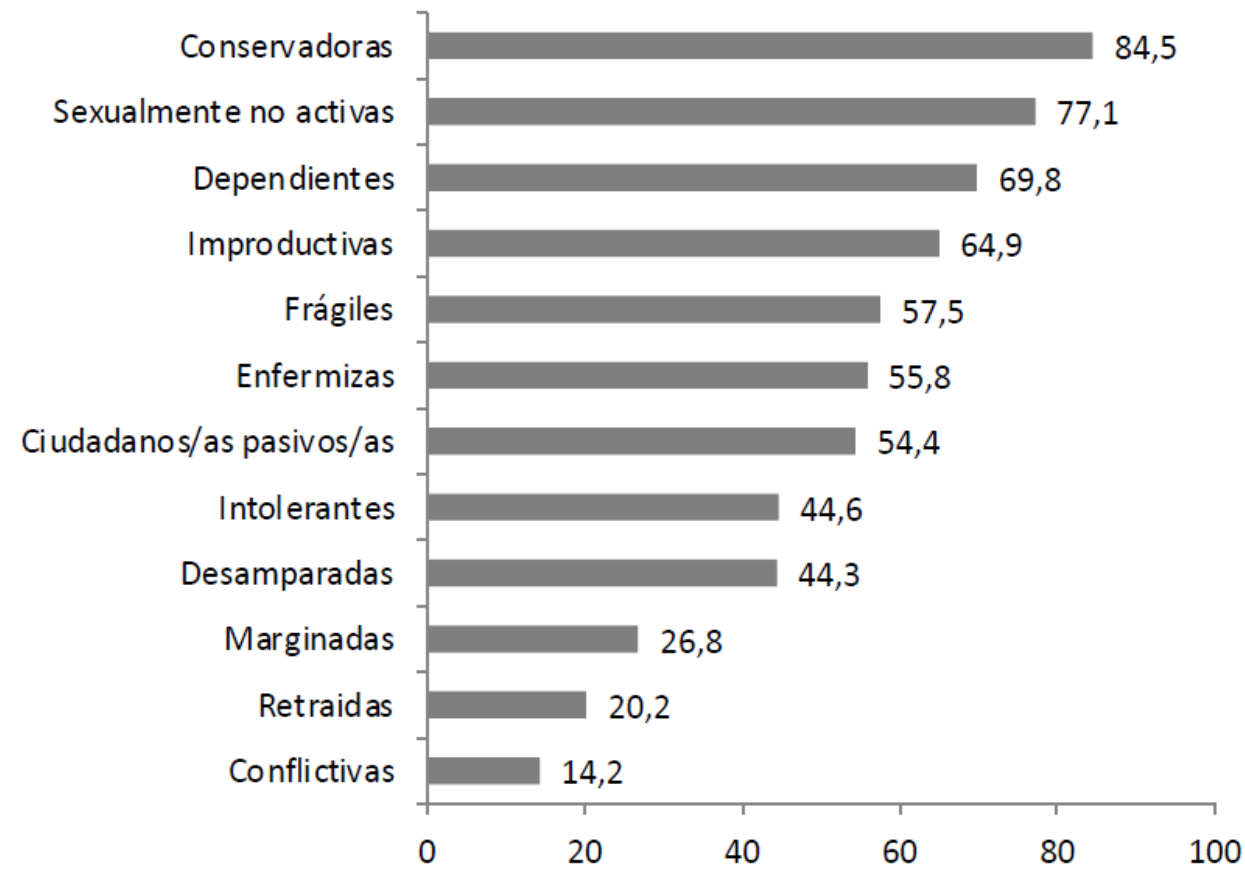
Discriminación

Exclusión o trato desigual en el ámbito institucional, laboral, sanitario o en la vida diaria.



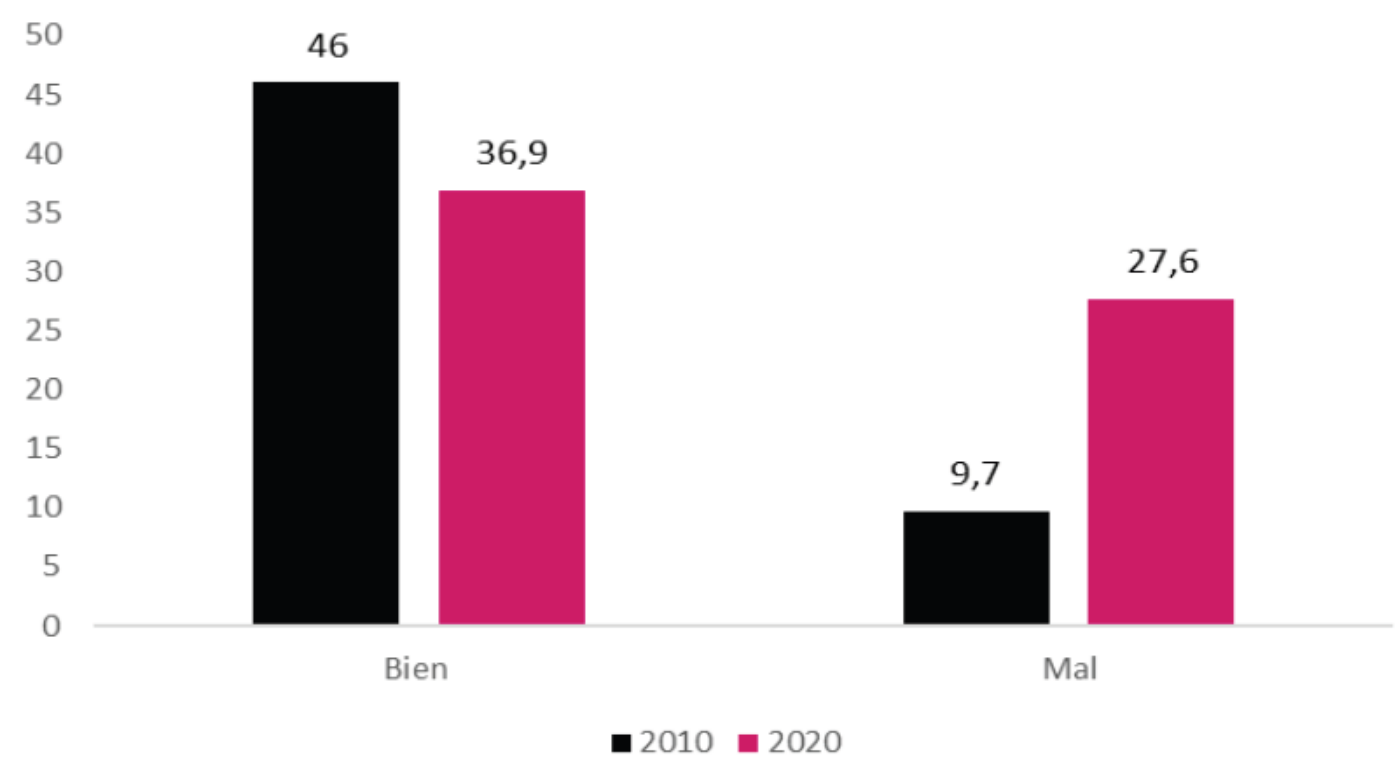
Algunos datos sobre el edadismo

Estereotipos negativos asociados a las personas mayores



Fuente: Estudio sobre las condiciones de vida de las personas de 55 y más años en Euskadi 2020

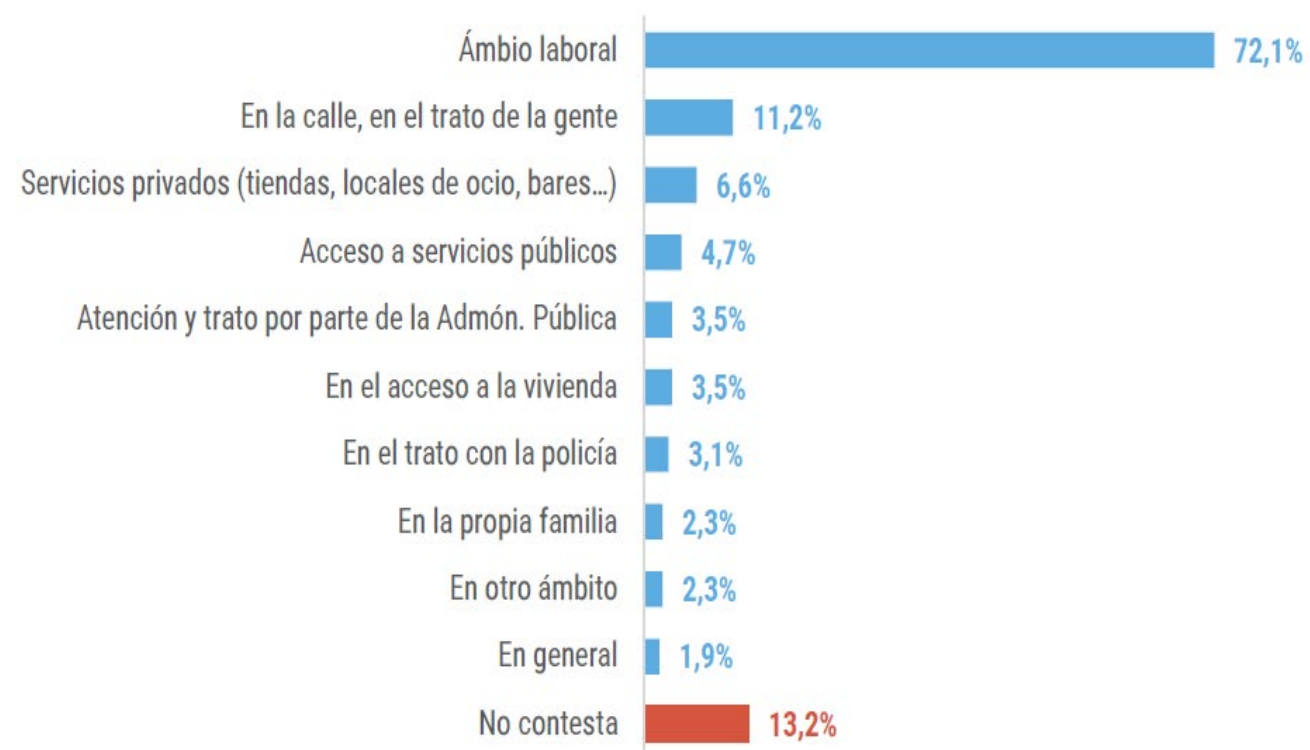
Evolución de la percepción sobre el trato de la sociedad hacia las personas mayores



Fuente: Estudio sobre las condiciones de vida de las personas de 55 y más años en Euskadi 2020

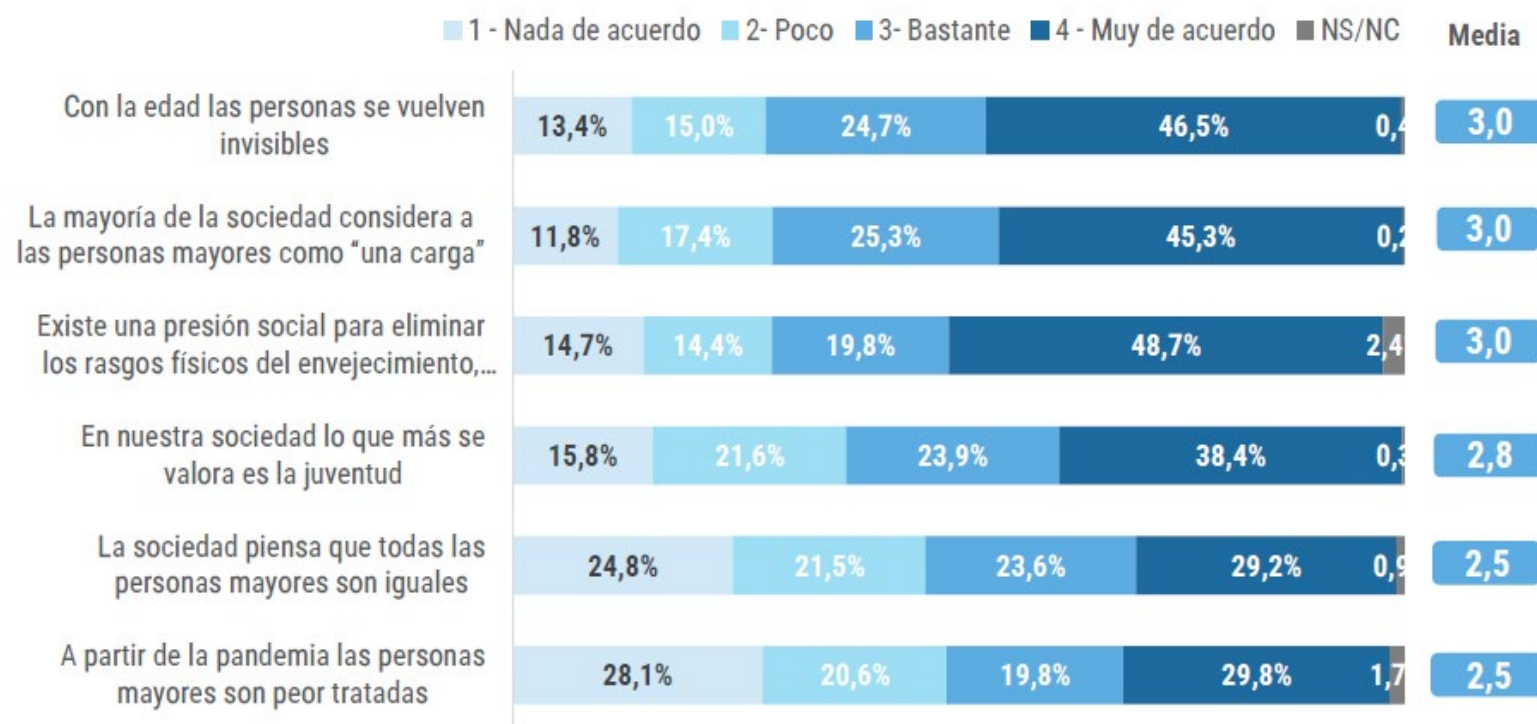


¿En qué ámbito o situación concreta se ha sentido discriminado/a en los últimos 5 años por su edad?



Fuente: I Barómetro de Edadismo “Hablando en Plata”

Nivel de acuerdo con las siguientes afirmaciones



Fuente: I Barómetro de Edadismo “Hablando en Plata”



3 dimensiones del edadismo

1

Institucional

Presente en políticas, normativas y servicios que invisibilizan o limitan a las personas mayores. Puede ser explícito o estructural.

2

Interpersonal

Se manifiesta en las relaciones cotidianas: en el lenguaje, en los gestos, en la forma de dirigirse a las personas en función de su edad.

3

Interiorizado

El más difícil de detectar. Son las creencias propias sobre el envejecimiento que la persona ha asumido como verdades, limitando su propia vida y participación.

El edadismo interiorizado es el más complejo de abordar porque no viene del exterior: nace de dentro y actúa sin que lo percibamos.

Por qué importa el edadismo

Salud física y mental

Las personas que experimentan edadismo tienen peores indicadores de salud: mayor riesgo cardiovascular, deterioro cognitivo más rápido y menor esperanza de vida activa.

Participación social reducida

Los estereotipos negativos desincentivan la implicación cívica, laboral y comunitaria, privando a la sociedad de una contribución valiosa.

Aislamiento y desigualdad

El edadismo amplifica la soledad no deseada y profundiza las desigualdades existentes. **No es solo un problema cultural: es un reto de bienestar público.**





El papel de las narrativas

Las historias que contamos importan

La forma en que representamos a las personas mayores en los medios, en la publicidad, en la política y en la conversación cotidiana crea expectativas colectivas que se convierten en realidad social.

Esas narrativas influyen directamente en las políticas públicas, en los recursos que se destinan y en los derechos que se reconocen o se niegan.



Cambiar la mirada

No se transforma la realidad sin cambiar primero cómo la vemos. Construir nuevas narrativas sobre el envejecimiento -más ricas, más justas, más reales- es una tarea política y cultural urgente.

El relato sobre la edad condiciona cómo imaginamos nuestro futuro colectivo.



Por qué deliberar sobre este tema

Sin soluciones simples

El edadismo y los retos de la longevidad no tienen respuestas técnicas únicas. Son fenómenos complejos que requieren cambio cultural, social e institucional simultáneo.

La participación ciudadana no es un trámite: mejora la calidad de las decisiones públicas.

La deliberación como herramienta democrática

Cuando personas con diferentes experiencias y perspectivas razonan juntas sobre un problema, las soluciones que emergen son más robustas, más legítimas y más fáciles de implementar.

La deliberación no es solo una forma de consultar: es una forma de gobernar mejor, con más sabiduría colectiva.



Ejes del trabajo deliberativo

Diagnóstico y experiencias

Partir de las vivencias reales de las personas. Identificar en qué momentos y espacios se manifiesta el edadismo en Bizkaia.

Narrativas sociales

Analizar cómo se habla del envejecimiento en nuestra sociedad y recomendar nuevos relatos que podemos construir colectivamente.

Políticas públicas

Evaluar qué marcos normativos e institucionales favorecen o dificultan una longevidad con derechos y con dignidad y proponer mejoras en relación a los mismos

Cuidados comunitarios

Reflexionar sobre los modelos de cuidado y el papel que pueden jugar las redes comunitarias en el apoyo mutuo intergeneracional.

Qué buscamos hoy

01

Escuchar experiencias diversas

Todas las voces tienen valor. La riqueza del foro reside en la diversidad de edades, trayectorias y perspectivas de quienes participan.

02

Contrastar perspectivas

No buscamos confirmar lo que ya sabemos, sino ampliar la comprensión a través del encuentro con visiones diferentes a la propia.

03

Construir recomendaciones útiles

El objetivo final es generar orientaciones concretas que sirvan de base para decisiones políticas más informadas y legítimas.

No buscamos unanimidad, sino comprensión. La diversidad de opiniones bien razonadas es, en sí misma, un resultado valioso.





Idea final

La longevidad redefine nuestro futuro colectivo. No es una amenaza que gestionar, sino una realidad que abrazar con inteligencia, generosidad y visión de largo plazo.

Las decisiones importan

Las decisiones que tomamos hoy -en este Foro, en las instituciones, en las comunidades- determinarán la calidad de vida de las generaciones que envejezcan mañana.

El compromiso de hoy

Vivir más debe significar vivir mejor. Con autonomía, con vínculos, con participación. Esa aspiración nos une a todas y todos, independientemente de la edad.

Vivir más debe significar vivir mejor.



Eskerrik asko denoi

Gracias por vuestra participación activa, por vuestra disposición a escuchar y a ser escuchados/as, y por contribuir a construir una Bizkaia más justa para todas las edades.

Este es solo el comienzo de una conversación que continuará más allá de hoy.

