

AKTIVNO STARANJE

Anže Štrancar, mladi raziskovalec, FSD

Staranje je proces, ki se ne odvija v vseh družbah enako. Odvisen je od lokalnega okolja, virov in družbenih razmerij (Buch, 2015, str. 278). Svetovna zdravstvena organizacija je v publikaciji *Active Aging: A Policy Framework* (Svetovna zdravstvena organizacija, 2002) vpeljala koncept **aktivnega staranja**. Gre za publikacijo, ki pomeni **mejniki pri znanstveni obravnavi starosti** in fokus usmerja na posledice staranja, ki se kažejo v nizki rodnosti in posledično večanju deleža starih ljudi.

Staranje družbe je sodobni globalni fenomen, s katerim se soočamo tudi v Sloveniji. Delež starega prebivalstva v Sloveniji je že v letu 2003 presegel delež mladega (SURS, b. d.). Po podatkih SURS-a (2022) je na dan 1. 1. 2022 **delež prebivalstva, starega 65 let in več znašal 21,1 %**, sredi leta 2020, v prvem letu epidemije, pa je znašal 20,5 %. Statistika pove veliko. Tako gospodarsko razvite družbe kot razvijajoče se države se soočajo z istim fenomenom. Da fenomen ne preraste v težavo, morajo staranje družbe stalno spremljati razvijajoče se zdravstveno varstvo, varnost in aktivna vključenost starejših v družbo.

Aktivno staranje je pojem, ki poimenuje proces, s katerim želi Svetovna zdravstvena organizacija doseči zastavljeno vizijo. Pojem je bil sprejet že v poznih 90. letih in poudarja, da je zdravstvena oskrba le eden od dejavnikov načina staranja posameznikov in prebivalstva (Sixsmith, 2013, str. 2).

Nacionalni inštitut za javno zdravje (b. d.) opredeli aktivno staranje kot **»proces optimalnega uresničevanja danih možnosti posameznikovega zdravja, udeležbe in sodelovanja v družbi ter varnosti z namenom spodbuditi kvaliteto njegovega življenja v starosti«**.

Nasprotje aktivnega staranja je sekundarno staranje. Označuje staro populacijo, ki je neaktivna, onemogla in ne zmore sama skrbeti zase. V izogib temu razne državne institucije vodijo preventivne programe (Nacionalni inštitut za javno zdravje, b. d.).

Nacionalni inštitut za javno zdravje (b. d.) opozarja, da se pojem *aktivno staranje* ne uporablja v vseh primerih enako – nekateri strokovnjaki z njim poimenujejo običajno, primarno, »normalno« staranje. Mložniak (2016, str. 2) pravi, da je poglobljena predpostavka aktivnega staranja to, da so aktivnost, fizično in duševno zdravje ter vključenost na trg delovne sile dobri za gospodarsko rast. V družbi, ki ceni delo kot primer aktivnosti, je taka predpostavka na mestu, postavi pa pod vprašaj nekatera moralna prepričanja.

Lenart in Lipič (2020, str. 13) opisujeta tri ciljne točke **politike aktivnega staranja**, h katerim naj bi družba stremela:

- stare ljudi se aktivno vključuje v ohranjanje in izboljšanje veščin za neodvisno življenje,
- stari ljudje naj ostanejo v delovnem razmerju,
- ostanejo naj družbeno produktivni, torej naj prispevajo svojim družinam in družbi.

Literatura

Buch, E. D. (2015). Anthropology of Aging and Care. *Annual Review of Anthropology*, 44(1), 277–293.

Lenart, T. in Lipič, N. (2020). Koncept aktivnega staranja: med opredelitvami, razumevanjem in udejanjanjem. V Lipič, N. (ur.), *Aktivno staranje v Mestni občini Ljubljana – izziv znanosti* (str. 7–14). Gerontološko društvo Slovenije.

Mlozniak, I. (2016). Active Aging: The Narratives of Agency and Crisis. *French Journal For Media Research* (5), 1–17.

Nacionalni inštitut za javno zdravje. (b. d.) Aktivno in zdravo staranje v Sloveniji. Pridobljeno 7. 11. 2022 s <http://www.staranje.si/aktivno-zdravo-staranje>

Sixsmith, A. (2013). *Technology and the Challenge of Aging*. V Sixsmith, A. & Gutman, G. (ur.), *Technologies for Active Aging*. (str. 7–25). Springer.

SURS. (b. d.). *Indeks prebivalstva*. Pridobljeno 5. 11. 2022 s <https://www.stat.si/obcine/sl/Theme/Index/PrebivalstvoIndeks>

SURS. (2022). *Število in sestava prebivalstva*. Pridobljeno 5. 11. 2022 s <https://www.stat.si/statweb/Field/Index/17/104>

Svetovna zdravstvena organizacija. (2002). *Active Aging: A Policy Framework*. Madrid: Svetovna zdravstvena organizacija.