

1 Tetor

Dita Botërore e të Moshuarve

Dita Botërore e të Moshuarve është 1 tetori. Moshimi ose plakja është një proces fiziologjik dhe natyror gjatë të cilit ndodhin një seri ndryshimesh. Shumë të moshuar mbesin aktivë dhe plotësisht të pavarur deri në fund të jetës së tyre.

Moshim nuk do të thotë paaftësi, sëmundje apo dënim.

Çdo vit, tematika e ditës botërore të të moshuarve është e ndryshme. Këtë vit në fokus është mesazhi:

**Moshimi është një proces jetësor.
Lufto kundër diskriminimit lidhur me moshën .**

Për të moshuarit ,diskriminimi lidhur me moshën është një sfidë më vehte. Nëse janë duke kërkuar punë , kufizimet nga shrëbimet sociale apo etiketimet në media paragjykojnë dhe përjashtojnë të moshuarit në komunitetet e tyre, në atë moment të jetës kur vlerësimi duhej të ishte maksimal.

Dita Botërore e të Moshuarve kërkon të demonstrojë se një përfshirje e të gjitha moshave është vendimtare për të pasur qëndrueshmëri , barazi, mirëqenie dhe zhvillim për të gjithë.

Fakte nga Organizata Botërore e Shëndetësisë

1. Moshimi është një fenomen global. Popullsia e moshuar në botë, 60 vjeç e lart, është duke u rritur me shpejtësi. Në vitin 2050 rreth 80 % e njerëzve të moshuar do të jetojnë në vendet më pak të zhvilluara. Moshimi i popullsisë po ndodh paralelisht me urbanizimin e shpejtë; nga viti 2007 më shumë se gjysma e popullsisë së botës jeton në qytete dhe, në vitin 2030 kjo shifër pritet të rritet në më shumë se 60%.

2. Plakja e popullsisë është një triumf i shoqërisë moderne. Ajo pasqyron përmirësimin e shëndetit global, por edhe ngre sfida të veçanta për shekullin e 21-të në të gjitha vendet së bashku, si ato në zhvillim dhe ato të zhvilluara. Jetëgjatësia është duke u rritur edhe në vendet në zhvillim.

3. Ka dallime të mëdha në jetëgjatësinë ndërmjet vendeve.

Për shembull, ndërsa Japonia ka jetëgjatësinë më të lartë të jetës në botë me 82.2 vjet, në disa vende si Afrika kjo shifër është 40 vjet më e ulët.

4. Brenda vendeve, pabarazitë në shëndet janë gjithashtu të rëndësishme. Pra njerëzit e grupeve më të larta social-ekonomike mund të jetojnë deri në 20 vjet më gjatë se njerëzit e grupeve të ulëta social-ekonomike.

5. Deri në vitin 2050, afër 80% e të gjitha vdekjeve pritet të ndodhin në njerëzit mbi 60 vjeç. Shpenzimet shëndetësore rriten me moshën dhe janë të përqendruara në dy vitet e fundit të jetës, pavarësisht se sa i vjetër është dikush. Ndërsa njerëzit jetojnë më gjatë, është e rëndësishme t'u sigurohet këtyre viteve shtesë shëndet, në mënyrë që shpenzimet e kujdesit shëndetësor të mund të menaxhohen.

6. Shumica e të moshuarve vdesin nga sëmundjet kronike jo të transmetueshme. Edhe në vendet e varfëra tashmë shumica e të moshuarve vdesin nga sëmundje kronike jo të transmetueshme si sëmundja e zemrës, kanceri e diabeti.

7. Investimi në shëndet gjatë gjithë jetës prodhon vlera për shoqërinë. Njerëzit e moshuar të shëndetshëm janë mbështetje për familjet e tyre, komunitetet dhe ekonominë. Asnjëherë nuk është shumë vonë për të ndryshuar sjelljet e rrezikshme dhe për të promovuar shëndetin: për shembull, rreziku i vdekjes së parakohshme ulet me 50 % nëse dikush heq dorë nga pirja e duhanit mes moshës 60 dhe 75 vjeç.

8. Nevoja e një kujdesi afatgjatë po shtohet. Në vendet e zhvilluara, numri i të moshuarve të cilët nuk janë më në gjendje të kujdesen për veten pritet të katërfishohet në vitin 2050. Një numër i madh personash shumë të moshuar humbasin aftësinë për të jetuar të pavarur për shkak të paaftësisë për të lëvizur, dobësisë apo problemeve të tjera fizike apo mendore lidhur me moshën. Shumë prej tyre kërkojnë kujdes afatgjatë, ku mund të përfshijmë nevojën e një infermiereje në shtëpi, ndihmën nga të afërmit apo shtrime të gjata në spitale.

9. Kujdesi shëndetësor parësor efektiv, në nivel komuniteti, për të moshuarit është shumë i rëndësishëm për promovimin e shëndetit, parandalimin e sëmundjeve dhe menaxhimin e sëmundjet kronike.

10. Fatkeqësitë dhe emergjencat ndikojnë rëndë te njerëzit e moshuar. Për shembull, përqindja më e lartë e vdekjeve të shkaktuara nga cunami në Indonezi në vitin 2004 ishte te njerëzit mbi 60 vjeç, apo shumica e viktimave të valëve të nxehta në Evropë në vitin 2003 ishin njerëzit mbi 70 vjeç.

11. Në të moshuarit rritet rreziku i rrëzimeve, dhe lëndimet janë shumë më serioze. Kjo çon në rritje të kostove shëndetësore, njerëzore dhe ekonomike.

12. Abuzimi me të moshuarit rritet me plakjen e popullsisë dhe dinamikën e ndryshimeve sociale. OBSH-ja vlerëson se 4-6 % e personave të moshuar në mbarë botën vuajnë nga një formë e abuzimi si fizik, psikologjik, emocional, financiar, ose për shkak të lënies pas dore (neglizhimit).

Fakte nga vendi ynë

Në vendin tonë, në vitin 2009 popullsia e grupmoshave 60 vjeç e lart përbën 12.9% të popullsisë, përkundrajt 9% që ishin në vitin 2007 apo 3% në vitin 1990. Nga pikëpamja gjinore, femrat përbëjnë më shumë se gjysmën e popullsisë 60 vjeç e lart.

Disa studime në Tiranë dhe në rrethe të tjera të vendit tregojnë se, më shumë se 2/3 e të moshuarve janë të sëmurë apo vuajnë nga një sëmundje kronike, ndërkohë që 1/3 e tyre raportojnë se vuajnë me më shumë se një sëmundje apo problem shëndetësor.

Vetëm 12% e të moshuarve raportojnë se nuk kanë pasur nevojë për të përdorur shërbimet shëndetësore gjatë 5 viteve të fundit.

Numri i të moshuarve që përdorin shërbimet shëndetësore parësore përbën pothuajse gjysmën e tyre dhe prirja është drejt rritjes. Gjithashtu, të moshuarit konsumojnë pothuajse gjysmën e barnave mjekësore, ose më shumë se trefishin, krahasuar me të sëmurët e moshave të tjera.

Nga 530 mijë të moshuar, të regjistruar tek mjeku i familjes, rreth 405 mijë përdorin shërbimet e financuara nga skema e sigurimeve shëndetësore. Rreth 160 mijë janë përfitues të rregullt të skemës, dhe mesatarisht kapin vlerën e 252 milionë lekëve në muaj.

Por jo gjithçka është në dorën e tyre. Të moshuarit ndeshen shpesh me barriera shoqërore që ndikojnë mjaft në jetën e tyre. Gjithmonë e më shumë të moshuar jetojnë të vetmuar, ndërkohë që gjendja ekonomike e tyre është më e rëndë se pjesa tjetër e shoqërisë.

Në një situatë globale të një popullsie drejt plakjes, të moshuarit do të luajnë një rol të rëndësishëm nëpërmjet punës vullnetare, transmetimit të njohurive dhe eksperiencës, duke ndihmuar familjet e tyre në mbajtjen e përgjegjësive, si dhe duke shtuar pjesëmarrjen e tyre si fuqi punëtore e paguar.

Sot të moshuarit luajnë një rol të rëndësishëm në shoqëri. Në Afrikë, apo edhe kudo tjetër, miliona pacientë të rritur që janë të sëmurë me AIDS, ndihmohen në shtëpitë e tyre nga prindërit. Pas vdekjes së tyre, fëmijët e mbetur jetim (së fundmi 14 milionë nën moshën 15 vjeç vetëm në vendet afrikane) në më të shumtën e rasteve janë në përkujdesjen e gjyshërve të tyre.

Roli i të moshuarve nuk është i rëndësishëm vetëm në vendet në zhvillim por edhe në vendet e zhvilluara. Në Spanjë për shembull, kujdesi për personat në varësi dhe ata të sëmurë (të të gjitha moshave) kryhet kryesisht nga njerëz të moshuar (veçanërisht gra të moshuara). Numri mesatar i minutave të shpenzuara në ditë për një kujdes të tillë rritet me rritjen e moshës së kujdestarit; nëse kujdestari është i grupmoshës 65-74 vjeç ai shpenzon 201 minuta, nëse është 75-84 vjeç shpenzon 318 minuta, krahasuar me grupmoshën 30-49 që shpenzon vetëm 50 minuta.

Të tilla kontribute drejt zhvillimit mundet të sigurohen vetëm nëse të moshuarit gëzojnë nivele standardesh shëndetësore, për të cilat duhet të hartohen strategji të veçanta. Në vijim të Planit të Veprimit të Madridit, OBSH-ja ka shpallur në vitin 2002 dokumentin “Moshimi Aktiv“, i cili ka në fokus perspektivat dhe përjasjet për një moshim aktiv gjatë gjithë ciklit jetësor.