

TEORİDEN PRATİĞE “YAŞLI DOSTU ŞEHİRLER”

Dilek ASLAN *

Öz: “Yaşlı Dostu” yaklaşım sağlıklı, aktif ve başarılı yaşlanmayı hedef alan bir modeldir. Bu yazı kapsamında konu ile ilgili kavramın tarihsel süreci, uygulama gereklilikleri, Dünya’da mevcut durum ve yaklaşımın gereksinim duyduğu iyileştirme alanları halk sağlığı perspektifi ile açıklanmıştır. Toplumların yaşlanmasıyla ve nüfus yapısının kırsaldan kentsel alanlara yönelmesiyle “Yaşlı Dostu” modeline daha fazla gereksinim duyulmaktadır. Model, makro düzeyde şehirlerde uygulanabileceği gibi mikro düzeyde evde ve diğer yaşam alanlarında da uygulanabilir. Dünya Sağlık Örgütü tarafından önceki yıllarda başlatılmış olan “Yaşlı Dostu Şehir” uygulamaları günümüzde Dünya’da çok sayıda kentin bu konudaki motivasyonunu artırmıştır. Dünya’da halen 50’den fazla ülkede 1600’ü aşan sayıda şehir bu kategoride yer almaktadır. Sayıca bir artma eğilimi olmasına rağmen uygulamalarda eşitsizlikler, modelin hiç ulaşamadığı bölgelerin olması kavramın küresel düzeyde uygulanmasıyla ilgili önemli sorunların olduğunu ortaya koymaktadır. Mevcut sorunların bilimsel yöntemlerle saptanarak interdisipliner bakış açısıyla uygun müdahalelerin yapılması önerilmektedir. **Anahtar sözcükler:** Yaşlılık, Sağlık, Yaşlı Dostu Şehir.

“Age-Friendly Cities” From Theory To Practice

Abstract: The “Age-Friendly” approach is a model targeting healthy, active, and successful aging. In this article, the historical background of the concept, implementation requirements, the current situation in the world, and the improvement needs are explained from a public health perspective. Aging of the societies and the population movement from rural to urban areas, there is a greater need for the “Age-Friendly” model. The model can be applied in cities at the macro level as well as at the micro level at home and in other living spaces. “Age-Friendly City” practices initiated by the World Health Organization in previous years have accelerated the motivation of many cities in the world today. In more than 50 countries, more than 1600 cities are in this category in the world. Although there is a tendency to increase in number, inequalities in implementation and the fact that there are regions where the model has never reached reveal that there are serious problems related to the implementation of the concept at the global level. It is recommended that existing problems be identified with scientific methods and appropriate interventions be made with an interdisciplinary perspective. **Key words:** Aging, Health, Age-Friendly Cities.

Sağlık ve iyilik hali bireylerin içinde yaşadıkları çevrenin özellikleri tarafından da belirlenmektedir. Dinamik özelliklere sahip olan çevre yaşlanmanın da nasıl olacağı konusunda da önemli bir belirleyicidir (WHO, 2024a). Dünya’da yaşlı nüfusun artma eğiliminde olması, kentsel bölgelerde yaşayan bireylerin sorunlarına çözüm arayışları gibi nedenler çevresel özellikleri dikkate alan model arayışları sürmektedir. Örneğin; Dünya’da 65 yaş ve üzeri bireylerin sayısının 2050 yılında 1,5 milyarı geçeceği tahmin edilmektedir (UN, 2020). Kentleşme için de benzer bir eğilim vardır. Dünya nüfusunun %55’inden fazlası kentsel alanlarda yaşamaktadırlar. Bu eğilimin artma içinde olduğu, 2050 yılında sayının %68’e yükseleceği tahmin edilmektedir. Değişimin de yoğunluklu olarak gelişmekte olan ülkelerde olması beklenmektedir (WHO, 2024b). Dünya’da 60 yaş üzeri bireylerin de kentlerde yaşamlarını sürdürmeleri konusundaki eğilimler genel toplum eğilimleri ile uyumludur, artma eğilimindedir (WHO, 2024c).

Dolayısıyla yaşlı bireylerin kent yaşamına uyumlarını da artıran ve mekândan bağımsız sağlıklı bir yaşam sürmelerini sağlayan modeller bu gibi gereksinimlere yanıt verebilir. “Yaşlı Dostu Şehir (YDŞ)” kavramı ve uygulamaları bu bakış açısıyla değerlendirildiğinde önemli bir yer tutmaktadır.

Bu yazı içeriğinde YDŞ kavramının tarihsel süreci, uygulama gereklilikleri, Dünya’da mevcut durum ve yaklaşımın gereksinim duyduğu iyileştirme alanları halk sağlığı perspektifi ile açıklanmıştır.

Tarihsel Süreç

“Yaşlı Dostu Şehir” kavramını daha iyi anlayabilmek için yaşlı dostu kavramının neleri işaret ettiğini bilmek gerekir. Toplumlar, yaşam alanları, hizmet alınan kurumlar *yaşlı dostu* olabilirler (Wisman ve ark., 2024). Bu durumda “Yaşlı Dostu Toplum (YDT)” kavramı öne çıkar. Bir toplumun *yaşlı dostu* olarak kabul edilebilmesi için o toplumda yaşayan yaşlı bireylerin yeteneklerini, mevcut kapasitelerini

*Prof. Dr. Hacettepe Üniversitesi Halk Sağlığı AD. (ORCID No: 0000-0002-4053-2517)

Geliş Tarihi / Received : 11.11.2024

Kabul Tarihi / Accepted : 03.12.2024

en üst düzeyde kullanarak onların yaşamın her alanına katılmalarına olanak sağlayan koşulların varlığından bahsedilir. Bu koşulları sağlayan hizmet, politika, fiziksel olanaklar, insan gücü olanaklarının varlığı ise yaşlı dostu toplumların en önemli ön koşuludur. Yaşlı Dostu Toplum; yaşlılar arasındaki farkı gözetir, yaşamın bütün alanlarına yaşlıların entegrasyonu için model geliştirmeyi önerir ve yaşlıların gereksinimlerine yanıt verebilen sistemlerin varlığını destekler (Plouffe ve ark., 2010). Tıpkı toplumlar gibi; makro ya da mikro çevre, bir başka ifadeyle şehir, okul, ev, sağlık kurumu gibi mekanların da "yaşlı dostu" olabileceğini ifade etmektedir (Aslan, 2023).

"Yaşlı Dostu Şehir", Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından yaşlı bireylerin iyilik ve sağlık hallerinin yanı sıra sosyal yaşama katılmalarına öncelik veren bir çerçeve yaklaşımıdır. Yaklaşımın aşağıda yazılı olan sekiz temel bileşeni bulunmaktadır (Şekil 1):

1. Toplum ve sağlık hizmetleri

Sağlıklı, aktif ve bağımsız bir yaşam için yaşlılık döneminde her zaman erişilebilir sağlık ve toplumsal hizmetlerin varlığı önemlidir. Yaşlılık döneminde gereksinim duyulan hizmetlerin farklılığı hizmetlere erişimin önünde engel olmamalıdır (WHO, 2024d).

2. Ulaşım

Yaşlı bireylerin yaşam alanlarında bağımsız bir yaşam sürebilmeleri için ulaşım olanaklarının güvenli, erişilebilir ve uygun maliyette olması sağlanmalıdır. Bu sayede yaşlı bireyler toplumsal yaşamdan kopmazlar. Yaşlı sürücüler için de gerekli düzenlemelerin yapılması uygun olur (WHO, 2024e).

3. Konut koşulları

Konut koşulları yaşlılık döneminde nasıl yaşlanılacağı ile yakından ilişkilidir. Konutların uygun tasarımda yapılmış olması, sosyal ve sağlık hizmetlerine yakın olup olmaması, güvenlik, konfor konutların tasarlanmasında dikkate alınacak konular arasındadır. Konut maliyetlerinin de yaşlı bireylerin ekonomik açıdan karşılayabileceği şekilde düzenlenmesi uygun olur (WHO, 2024f).

4. Sosyal katılım

Boş zamanları değerlendirebilme, sosyal, kültürel etkinliklere katılabilmeye yaşlı bireylerin toplumsal yaşamda varlığını sürdürmesi ve toplumsal yaşamla bütünleşmesi açısından son derece değerlidir. Bu tür faaliyetleri destekleyecek politika ve uygulamaların olması gerekmektedir (WHO, 2024g).

5. Dış mekanlar ve binalar

Dış mekanların yaşlı bireylerin bağımsız bir yaşam sürebilmeleri için önemi bulunmaktadır. Rekreasyon alanları, dinlenme alanları, güvenli mekanlar, yaya yolları, vb. sağlıklı ve güvenli bir şekilde planlanmalıdır (WHO, 2024h).

6. Saygı ve sosyal katılım¹

Sosyal katılımı destekleyen sistemler yaşlı bireyleri yaşadıkları ortamların sosyal, ekonomik, vb. aktivitelerine katılmalarını sağlar, böylelikle yaşlı bireylerin aktif yaşlanma süreçleri desteklenir. Her türlü faaliyette yaşlı bireylere saygı bir ön koşuldur. Bu sayede önyargılar, ayrımcılık, istismar, vb. önlenmiş olur (WHO, 2024i).

7. Kent yaşamına katılım ve çalışma koşulları

Yaşlı bireyler emeklilik sonrasında da kendileri açısından uygun koşullar sağlandığında topluma katkı sunmaya devam edebilirler. Bu olanakların sağlanması gerekir (WHO, 2024j).

8. İletişim ve bilgi

Yaşlı bireylerin bireysel ya da toplumsal olaylardan, kendileri için gerekli bilgilerden yararlanmaları onların yaşamla olan bağlarını güçlendirir. Bilgiye istenildiği zaman erişebilme, bilgi kaynaklarını doğru ve zamanında kullanabilme, teknoloji olanaklarından yararlanabilme yaşlılık döneminde de mutlaka sağlanmalıdır (WHO, 2024k).



Şekil 1. "Yaşlı Dostu Şehir" kavramının bileşenleri (WHO, 2024d-k).

"Yaşlı Dostu Şehir" kavram ve uygulamaları ile ilgili tarihsel bir birikim söz konusudur. Şekil 2 içeriğinde YDŞ kavramının ortaya çıkmasına ve gelişmesine neden olan öne çıkan bazı konular yer almaktadır.

Şekil 2. içeriğinde yer alan tarihsel gelişmeler arasında Birleşmiş Milletler'in 16 Aralık 1991 tarihli toplantısının önemi vardır. Toplantıda Yaşlanma ile

İlgili Uluslararası Eylem Planı'nın uygulanmasıyla ilgili üye devletler yaşlıların başkalarına bağımlı olmadan yaşam sürmek, katılım, saygınlık gibi konularda kararlar almışlardır (UN, 2024). Bu karar YDŞ yaklaşımının



Şekil 2. “Yaşlı Dostu Şehirler” konusunda bazı gelişmeler (WHO, 2024I).

temelini oluşturmuştur (WHO, 2024I). İlerleyen dönemlerde de kavramı desteklen gelişmeler kaydedilmiştir.

Bu gelişmeler arasında 2018 yılında Yaşlı Dostu Kentler ve Toplumlar Ağı konusunda hazırlanmış bir rapor içeriğinde kavramın “Yaşlı Dostu Çevre” kavramı kapsamında ele alınması ile ilgili önemli bilgiler yer almaktadır. Bu noktada; yaşlı dostu çevre kavramının temel çerçevesini bilmek yararlı olur (WHO, 2018). Yaşlı Dostu Çevre denildiğinde yaşlı bireylerin temel gereksinimlerin karşılanması, bireylerin öğrenme, gelişme ve karar verme süreçlerine katılımları, hareketli bir yaşam sürmeleri, sosyal ilişkilerini geliştirme ve topluma katkı yapma yeteneklerinin gelişimine katkı sunacak bir ortamın hazırlanmasına işaret edilmektedir. “Yaşlı Dostu Çevre” yaklaşımı bu sayede sağlıklı ve aktif yaşlanmayı destekleyen bir ortam sunmaktadır. Bu yaklaşım yaşlı dostu şehirlerde de olması beklenen (WHO, 2007) yaşlı bireylerin geniş yelpazedeki kapasite ve kaynaklarını tanımak, yaşlanmayla ilgili gereksinim ve tercihleri öngörmek ve bunlara olabildiğince yanıt verebilmek, yaşlı bireylerin kararlarına ve yaşam tarzı ile ilgili seçimlerine saygı duymak, eşitsizlikleri azaltmak, incinebilir grupları gözetmek ve korumak, yaşlı bireyleri toplumsal yaşamının bütün alanlarına dahil olmalarını ve katkıda bulunmalarını desteklemek gibi konulara da katkı sağlamak tadır. Yaşlı dostu çevre kavramının geliştirilebilmesi için sağlık, uzun süreli bakım, ulaşım, ev koşulları, çalışma koşulları gibi alanlarda eylemliliği gerektirir. Bu süreç de kamusal mekanizmaların, hizmet sunanların, sivil toplum örgütlerinin, yaşlı bireylerin kendilerinin, ailelerinin ve arkadaşlarının desteği

ve katkısıyla başarılı bir şekilde gerçekleştirilebilir (WHO, 2018).

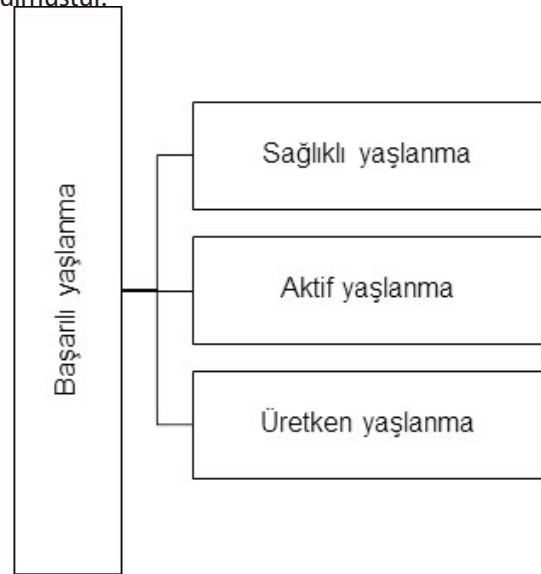
“Yaşlı Dostu Şehir” modeli aktif yaşlanmayı destekleyen bir modeldir (Plouffe ve Kalache, 2010). Aktif yaşlanma DSÖ tarafından 2002 yılında; “bireyler yaşlandıkça yaşam kalitesini artırmak için sağlık, toplumsal katılım ve güvence² olanaklarını optimize etme süreci” olarak tanımlanmıştır (WHO, 2002). Yapılan bazı çalışmalar, aktif yaşlanmaya katkıda bulunan öznel değişkenlerin yanı sıra nesnel değişkenlerin de bulunduğunu ve psikolojik değişkenlerin bu sürece önemli katkılar sağladığını ortaya koymuştur (Paul ve ark., 2012).

Aktif yaşlanmanın yanı sıra yaşlanma süreci ile ilgili sağlıklı ve başarılı yaşlanma kavramlarını da hatırlamakta yarar bulunmaktadır.

Sağlıklı yaşlanma kavramı; yaşam boyunca fiziksel ve mental sağlığı, bağımsızlığı ve yaşam kalitesini korumak ve iyileştirmek için olanakları en üst düzeyde tutan bir amaca öncelik verir. Sürekliliği vardır (WHO, 2024m; PAHO, 2024).

Başarılı yaşlanma; sağlık ve işlevsellik üzerine odaklanır. Fiziksel, işlevsel, sosyal ve psikolojik sağlık alanlarını kapsayan çok boyutlu bir kavramdır. Başarılı yaşlanmanın sağlanabilmesi için nesnel ve öznel koşullar birlikte dikkate alınmalıdır. Başarılı yaşlanma, sağlıklı, aktif ve üretken yaşlanma kavramlarını içermektedir (Urtamo ve ark., 2019).

Başarılı yaşlanma ve bileşenleri Şekil 3. içeriğinde sunulmuştur.



Şekil 3. Başarılı yaşlanma ve bileşenleri (Urtamo ve ark., 2019).

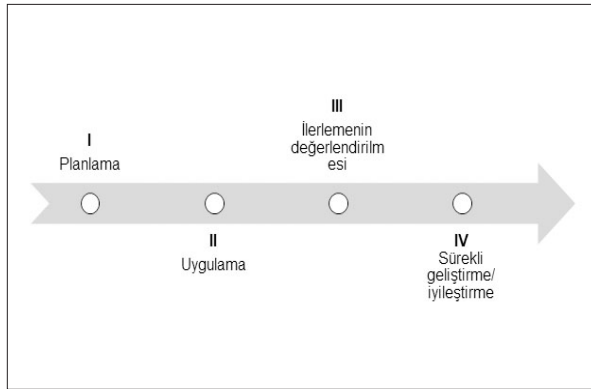
Dünya’da Mevcut Durum

Dünya’da Mayıs 2024 tarihi itibarıyla 53 ülkede 1606 şehir ve topluluk “Yaşlı Dostu” olarak kabul edilmektedir (WHO, 2024I). Nicelik açısından artması amaçlanan bu sayının nitelik açısından da bütün gereklilikleri karşılayabilmesi için çalışmaların sürekliliğinin sağlanması gerekir.

Uygulama Adımları ve Öneriler

“Yaşlı Dostu Şehir” kavramını kavramsal düzleminde yaşamın içine taşıyabilmek bir süreç gerektirir. Bu sürecin genel anlamda dört aşaması vardır (Şekil 4). “Yaşlı Dostu Şehir” olmak için başvurulduğunda süreç DSÖ tarafından belirlenmiş kriterlerle değerlendirilir ve izlenir. Değerlendirme ve izleme aşamalarında Şekil 1. içeriğindeki sekiz bileşen için objektif ölçütleri mevcuttur (WHO, 2024n).

Şekil 4. içeriğinde görülen adımlar bir döngünün bileşenidir, ardışık aşamalardır. Bu aşamaların tamamlanabilmesi yaşlı dostu şehir yaklaşımının yanı sıra halk sağlığı perspektifine de ihtiyaç duyar. Bu perspektif kapsamında, sağlığın belirleyicileri, sağlık ve hastalık örüntülerinde neden ve sonuç ilişkileri, izleme değerlendirme bileşenleri gibi önemli konular ele alınır. Dolayısıyla, yaşlı dostu şehir kavramının halk sağlığı zemininden bağımsız tartışılmamasıdır. Hatta, yaşlı dostu şehir kavramının küresel sağlık, tek sağlık gibi daha geniş perspektif sunan bakış açılarıyla ele alınması gerektiği, çalışmaların bu çerçevede sürdürülmesinin yararlı olabileceği de akılda tutulmalıdır.



Şekil 4. “Yaşlı Dostu Şehir” olabilmek için adımlar.

Sonuç olarak; YDŞ kavramsal çerçevesi ve uygulamaları ile yaşlı bireylerin gereksinimlerini gözeterek, öncelik veren ve toplumsal yaşamda eşitlik ve hakça uygulamaları savunmaktadır. Bu uygulamaların Dünya’da yayılabilmesi için teknik, sistemsel, politik, vb. altyapının sağlanması önem taşır. Bu konuda eksikliklerin giderilerek düzenlemelerin yapılması önerilmektedir.

Dipnot

1. inclusion
2. security

Kaynaklar

- Aslan, D. (2023) Halk Sağlığı Bakış Açısıyla Yaşlılık. Hipokrat yayıncılık.
- PAHO (Pan American Health Organization) (2024). Healthy aging <https://www.paho.org/en/healthy-aging> Erişim tarihi: 26.11.2024.
- Paul, C., Ribeiro, O., Teixeira, L. (2012) Active Ageing: An Empirical Approach to the WHO Model. *Curr Gerontol Geriatr Res*, 2012:382972.
- Plouffe, L., Kalache, A. (2010 Sept) Towards Global Age-friendly Cities: Determining Urban Features That Promote Active Aging. *J Urban Health*, 87(5):733-9.
- UN (United Nations) (2024). Implementation of the International Plan of Action on Ageing and related activities Erişim tarihi: 3.11.2024, <https://documents.un.org/doc/resolution/gen/nr0/581/79/img/nr058179.pdf>
- UN (United Nations), Department of Economic and Social Affairs, Population Division (2020). *World Population Ageing 2019 (ST/ESA/SER.A/444)*, p 5. Erişim tarihi: 3.11.2024, <https://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WorldPopulationAgeing2019-Report.pdf> Erişim tarihi: 3.11.2024.
- Urtamo, A., Jyväkorpi, S.K., Strandberg, T.E. (2019 May) Definitions of Successful Ageing: A Brief Review of a Multidimensional Concept. *Acta Biomed*, 23;90(2):359-363.
- WHO (World Health Organization) (2002). *Active Aging: A Policy Framework*. Geneva, Switzerland.
- WHO (World Health Organization) (2007) *Global Age-Friendly Cities: A guide* World Health Organization, Geneva, Switzerland, p 5.
- WHO (World Health Organization) (2018) *The Global Network for Age-friendly Cities and Communities: looking back over the last decade, looking forward to the next*. Geneva, Switzerland: World Health Organization; 2018 (WHO/FWC/ALC/18.4). Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO Erişim tarihi: 3.11.2024, <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/278979/WHO-FWC-ALC-18.4-eng.pdf?sequence=1>
- WHO (World Health Organization) (2024a). Age friendly environments Erişim tarihi: 3.11.2024, <https://www.who.int/teams/social-determinants-of-health/demographic-change-and-healthy-ageing/age-friendly-environments>
- WHO (World Health Organization) (2024b). Urban health overview Erişim tarihi: 3.11.2024, https://www.who.int/health-topics/urban-health#tab=tab_1
- WHO (World Health Organization) (2024c). Data platform, Percentage of older people aged 60 or over living in rural and urban areas Erişim tarihi: 26.11.2024, <https://platform.who.int/data/maternal-newborn-child-adolescent-ageing/indicator-explorer-new/mca/percentage-of-older-people-aged-60-or-over-living-in-rural-and-urban-areas>
- WHO (World Health Organization) (2024d). Community and healthcare. Erişim tarihi: 3.11.2024, <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/age-friendly-practices/community-and-health/>
- WHO (World Health Organization) (2024e). Transportation. [Internet] <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/age-friendly-practices/transportation/> Erişim tarihi: 26.11.2024.
- WHO (World Health Organization) (2024f). Housing. Erişim tarihi: 3.11.2024, <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/age-friendly-practices/housing/>
- WHO (World Health Organization) (2024g). Social participation. Erişim tarihi: 26.11.2024, <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/age-friendly-practices/social-participation/>
- WHO (World Health Organization) (2024h). Outdoor Spaces and Buildings. Erişim tarihi: 26.11.2024, <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/age-friendly-practices/outdoor-spaces-and-buildings/>
- WHO (World Health Organization) (2024i). Respect and Social Inclusion. Erişim tarihi: 26.11.2024, <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/age-friendly-practices/respect-and-social-inclusion/>
- WHO (World Health Organization) (2024j). Civic Participation and Employment. [Internet] <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/age-friendly-practices/civic-participation-and-employment/> Erişim tarihi: 26.11.2024.
- WHO (World Health Organization) (2024k). Communication and Information. Erişim tarihi: 26.11.2024, <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/age-friendly-practices/communication-and-information/>
- WHO (World Health Organization) (2024l). The WHO Age Friendly City Framework. A history of AFC Erişim tarihi: 3.11.2024, <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/age-friendly-cities-framework/>
- WHO (World Health Organization) (2024m). Healthy ageing and functional ability Erişim tarihi: 3.11.2024, <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/healthy-ageing-and-functional-ability>
- WHO (World Health Organization) (2024n). Checklist of Essential Features of Age-friendly Cities Erişim tarihi: 26.11.2024, <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/wp-content/uploads/2018/04/Age-Friendly-Checklist-WHOedit.pdf>
- Wismann, A., Kleszynski, K., Jelinek, D., Hand, R., Lich, B., Wickersham, E., Jennings, L.A. (2024 Aug) An Age-friendly Approach to Primary Care in an Academic Health System. *J Am Geriatr Soc*, 72 Suppl 3:S23-S35.