

1 de octubre – Día Internacional de las
Personas Mayores: una mirada de respeto,
reconocimiento y compromiso

Por Marta Domènech

**Diputada responsable de la Comisión de los Derechos de las Personas Mayores y de la
Comisión de Abogados Seniors del Colegio de la Abogacía de Barcelona**

Publicado el miércoles, 1 octubre 2025



Marta Domènech

Cada 1 de octubre conmemoramos el ‘Día Internacional de las Personas Mayores’, una fecha para recordar y reivindicar la importancia de un colectivo que es fundamental para el presente y el futuro de nuestra sociedad. Lejos de ser una etapa invisible o marginal, el envejecimiento es una fase vital que debe vivirse con dignidad, respeto y plenitud. En Barcelona, **las personas mayores representan el 21,1% de la población** de la ciudad. De ellas, **el 60% son mujeres**. Un dato especialmente relevante es que **1 de cada 4 personas mayores de 65 años vive sola**, lo que supone aproximadamente **90.000 personas**, equivalentes al **26% del total de este grupo de edad**. Estas cifras deben hacernos reflexionar y actuar: no hablamos solo de números, sino de personas con nombre y apellidos, con historias, con derechos y con un papel clave en nuestra sociedad.

Las personas mayores son un colectivo con muchas necesidades. Ante problemáticas como la soledad no deseada, la vulnerabilidad económica, la brecha digital o situaciones de maltrato -físico o emocional, debemos garantizar políticas públicas valientes y acciones concretas- para protegerlas y empoderarlas. El reconocimiento no puede ser solo simbólico: debe traducirse en recursos, atención y presencia.

Los mayores son mucho más que un grupo de personas vulnerables: son un activo social de primer orden. Son nuestra memoria viva, las raíces de lo que somos como comunidad. Nos aportan experiencia, sabiduría y una visión global fruto de los años vividos. Escucharlas no es solo un gesto de respeto: es una herramienta clave para tomar decisiones más acertadas, más justas y más sostenibles.

Conscientes de sus necesidades y derechos y como prueba del firme compromiso del Ilustre Colegio de la Abogacía de Barcelona (ICAB) con este colectivo, la Corporación cuenta desde hace más de dos décadas con la **Comisión de los Derechos de las Personas Mayores**, liderada por Joaquín Poch, y con la **Comisión de Abogados Séniors**, presidida por Antonio Martínez del Hoyo. Desde ambas comisiones trabajamos para situar a las personas mayores en el centro: ofreciendo espacios de participación, propuestas legislativas que recogen su voz, actividades culturales y sociales, y, sobre todo, acompañándolas y defendiendo sus derechos.

Con la decana Cristina Vallejo al frente del Colegio de la Abogacía de Barcelona, y personalmente como responsable de la Comisiones citadas anteriormente, desde la Corporación impulsamos una forma de entender la abogacía que pone en valor la colaboración entre generaciones.

Creemos firmemente que los equipos intergeneracionales -formados por jóvenes y personas mayores- son una riqueza profesional y humana. Los jóvenes aportan energía, dominio digital y una nueva mirada; las personas mayores, experiencia, perspectiva y una sabiduría insustituible. Esta suma es imprescindible.

Por eso, en este día, hacemos un llamamiento colectivo: **respetemos, escuchemos y valoremos a las personas mayores.** No como una carga, sino como una oportunidad para crecer, para detectar problemáticas y ayudar desde la abogacía y a través de propuestas legislativas en mejorar conjuntamente los derechos que les atañen para contar con un mundo mejor. Eduquemos a los jóvenes en este respeto y reforcemos los vínculos entre generaciones. Las personas mayores son protagonistas de su vida y merecen continuar siendo parte activa de nuestra sociedad. Desde el ICAB seguiremos trabajando para garantizar que sus derechos y necesidades nunca queden atrás; desde la abogacía siempre tenderemos la mano a las personas mayores, pues una comunidad que no valora a sus mayores tiene el riesgo de perder la memoria y el rumbo.

<https://www.lawyerpress.com/2025/10/01/1-de-octubre-dia-internacional-de-las-personas-mayores-una-mirada-de-respeto-reconocimiento-y-compromiso/>