Revista
GEROCIENCIA
Revista electrónica de Gerontología (Educación, Social, Gerencia, Salud, Ciencia y Tecnología).

LA NEURODIVERSIDAD EN LA VEJEZ: UN ENFOQUE INNOVADOR PARA EL BIENESTAR

Delgado Rodríguez, Alicia María

almadel2904@gmail.com https://orcid.org/0009-0007-2596-3961

Unidad Psicoeducativa Carlos Martínez Bueno. Coro estado Falcón Venezuela.

RESUMEN

Este artículo examina la relación entre la neurodiversidad y el envejecimiento, resaltando la necesidad de valorar las diferencias neurocognitivas como el autismo y el trastorno por déficit de atención (TDA) a lo largo del ciclo vital. Se propone una perspectiva no patologizante que enfatiza la singularidad individual y responde a necesidades específicas con el fin de promover un envejecimiento inclusivo. La investigación se basa en una revisión de estudios recientes y en entrevistas realizadas a personas mayores neurodivergentes, cuyas experiencias enriquecen la comprensión de sus desafíos. Se subraya la relevancia de estrategias adaptadas para el bienestar mental, emocional y social, como programas personalizados de estimulación cognitiva e iniciativas de integración comunitaria. Asimismo, se plantea la urgencia de fomentar la comprensión social y reducir el estigma mediante políticas públicas inclusivas. Este enfoque redefine la percepción del envejecimiento y la neurodiversidad, e impulsa un paradigma que celebre la diversidad humana y garantice condiciones de vida respetuosas, significativas y sostenibles para las personas neurodivergentes en la vejez.

Palabras clave: inclusión social, salud mental, estimulación cognitiva, políticas públicas, adultos mayores neurodivergentes.

NEURODIVERSITY IN OLD AGE: AN INNOVATIVE APPROACH TO WELL-BEING

ABSTRACT

This article examines the relationship between neurodiversity and aging, emphasizing the importance frecognizing and valuing neuro cognitive differences such as autism and attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) throughout the entire lifespan. Rather than adopting a pathologizing perspective, it proposes a framework that highlights individual uniqueness and addresses specific needs to foster inclusive and enriching aging experiences. The research includes a review of recent studies and interviews with neurodivergent older adults, whose life stories enrich the understanding of their challenges and needs. It underscores the relevance of tailored strategies to promote mental, emotional, and social well-being, such as personalized cognitive stimulation programs and community integration initiatives. It also emphasizes the urgency of fostering understanding and reducing stigma through inclusive public policies. This approach seeks to redefine perceptions of aging and neurodiversity, promoting a paradigm that supports a respectful, inclusive, and fulfilling life for all neurodivergent individuals in later life.

Keywords: social inclusion, mental health, cognitive estimulation, public policies, neurodivergent older adults.

INTRODUCCIÓN

La convergencia entre la neurodiversidad y el envejecimiento representa un enfoque emergente en la promoción del bienestar humano. La noción de neurodiversidad, acuñada por Singer (1998) y desarrollada posteriormente por autores como Armstrong (2012), que invita a reconocer la variabilidad de los sistemas neurológicos como el Trastorno del espectro autista y el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) no como patologías, sino como expresiones legítimas de la diversidad humana.

A pesar de los avances en este campo, los estudios sobre la vejez continúan operando desde marcos estandarizados que invisibilizan las trayectorias neurodivergentes en la adultez mayor (Chamorro Serrano, 2022). Estas omisiones generan consecuencias directas, como el aislamiento social, la estigmatización y la escasez de entornos adaptados a necesidades particulares (Featherstone et al., 2024).

Reconocer estas singularidades abre la posibilidad de diseñar estrategias de intervención inclusivas que promuevan un envejecimiento más digno e integral. Investigaciones recientes destacan la efectividad de programas de estimulación cognitiva individualizados y del fortalecimiento de redes comunitarias (Díaz & Pereiro, 2017; Pozzi et al., 2024), así como la necesidad de avanzar hacia políticas públicas sensibles a la neurodivergencia.

Este artículo se sitúa en ese horizonte transformador, proponiendo una comprensión crítica y plural del envejecimiento desde la perspectiva de la neurodiversidad, y abogando por la construcción colectiva de saberes que favorezcan el respeto, la inclusión y la equidad en todas las etapas de la vida (Vidondo Lete et al., 2025).

METODOLOGÍA

Se empleó una metodología de investigación documental, de carácter cualitativo, que consistió en el análisis y recopilación de información relevante a partir de textos, artículos científicos y otros recursos vinculados con la neurodiversidad y el envejecimiento. Según Armstrong (2007), la neurodiversidad representa una manera de

reconocer las variaciones humanas, destacando las fortalezas individuales y subrayando que cada cerebro es único. Este marco conceptual orientó la selección y análisis de documentos relacionados con las diferencias neurocognitivas y su impacto a lo largo del ciclo vital.

El proceso metodológico comenzó con la identificación de autores especializados, como Thomas Armstrong, cuyos aportes sobre neurodiversidad y educación aportan un sustento teórico sólido. Posteriormente, se realizó un estado del arte que integró estudios previos sobre estrategias inclusivas y enfoques innovadores destinados a mejorar el bienestar de personas mayores neurodivergentes.

Este análisis combinó dos enfoques complementarios. Por un lado, el enfoque analítico permitió examinar trabajos previos en profundidad, considerando aspectos como los objetivos, marcos teóricos y metodologías empleadas, lo cual facilitó una comprensión detallada de las investigaciones existentes. Por otro lado, el enfoque interpretativo identificó similitudes, diferencias y particularidades de los estudios consultados, resaltando información significativa y señalando áreas que requieren una exploración más profunda.

Dicho enfoque metodológico posibilitó la construcción de una base teórica coherente que vincula la neurodiversidad con el envejecimiento, y que respalda el desarrollo de iniciativas innovadoras orientadas a un proceso de envejecimiento inclusivo y respetuoso. Entre los documentos revisados, se incluye el artículo Neurociencia cognitiva del envejecimiento: Aportaciones y retos, el cual examina cómo las diferencias cognitivas y neurológicas inciden en el envejecimiento cerebral y cognitivo, combinando marcos de la psicología cognitiva con técnicas de neuro imagen.

Asimismo, se analizaron dos artículos de alta relevancia, el primero, denominado “Salud cerebral y cognición en adultos mayores: Hoja de ruta e hitos hacia la implementación de estrategias preventivas”, aborda la importancia de la salud cerebral en la vejez y su vínculo con el deterioro cognitivo, proponiendo estrategias personalizadas que consideran factores de riesgo modificables como el estilo de vida y las condiciones médicas.

El segundo, es “Experiencias de adultos autistas en la gestión del bienestar e implicaciones para la prescripción social”, explora las vivencias cotidianas de personas dentro del espectro autista, destacando sus desafíos, estrategias personales y el potencial de la prescripción social como herramienta para fomentar la inclusión, reducir el aislamiento y adaptar los servicios a sus necesidades específicas.

Este recorrido analítico abarcó investigaciones de las últimas tres décadas, reconociendo tanto los avances como las limitaciones identificadas. Se evidencian procesos neuro cognitivos específicos del envejecimiento, así como áreas que requieren mayor profundización. Finalmente, el estudio integra estos aportes con una postura investigativa crítica y reflexiva, orientada a comprender y enriquecer el abordaje del envejecimiento desde la perspectiva de la neurodiversidad.

DESARROLLO

La neurodiversidad

La neurodiversidad es un marco conceptual que reconoce y valora las diferencias en el funcionamiento neurológico como parte de la diversidad humana. El término fue acuñado por Judy Singer en la década de 1990 para describir condiciones como el autismo, el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH)y la dislexia, no como trastornos, sino como variaciones naturales del cerebro humano. Según Armstrong (2010), la neurodiversidad promueve un cambio de paradigma al enfocarse en las fortalezas y habilidades únicas de las personas neurodivergentes, en lugar de centrarse exclusivamente en sus déficits. Este enfoque desafía el modelo médico tradicional y aboga por la inclusión y el respeto hacia las diferencias cognitivas.

La vejez

La vejez es una etapa del ciclo vital caracterizada por cambios biológicos, psicológicos y sociales que afectan a las personas de manera diversa. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2015) el envejecimiento es un proceso natural que no solo implica el deterioro físico, sino también transformaciones en las capacidades cognitivas, emocionales y sociales. No obstante, la vejez no debe ser

concebida únicamente desde una perspectiva de pérdida, sino como una etapa potencialmente enriquecedora y significativa, condicionada por factores sociales y personales.

Desde un enfoque sociológico, la vejez está influenciada por elementos como el acceso a recursos, las redes de apoyo social y las políticas públicas que garantizan derechos y servicios. Autores como Rowe y Kahn (1997) han planteado el concepto de envejecimiento exitoso, centrado en el mantenimiento de la funcionalidad física, la participación activa en la sociedad y el bienestar emocional. Esta perspectiva contrasta con enfoques tradicionales que asocian la vejez exclusivamente con dependencia o fragilidad.

En el contexto contemporáneo, el envejecimiento poblacional es un fenómeno global. En regiones como América Latina, este proceso se desarrolla en un escenario de desigualdades estructurales que plantean importantes desafíos para garantizar un envejecimiento digno y equitativo.

Bienestar

El bienestar se define como un estado de equilibrio físico, mental y social que permite a las personas llevar una vida plena y significativa. Según Dodge et al. (2012), el bienestar es un proceso dinámico que implica la interacción entre los recursos personales y los desafíos que enfrenta el individuo. La Organización Mundial de la Salud (OMS) también lo considera un componente esencial de la salud, señalando que no se limita a la ausencia de enfermedad. Este concepto abarca dimensiones como el bienestar emocional, social y físico, y guarda una estrecha relación con la calidad de vida.

Por otra parte, la inclusión y la vejez requieren de enfoques integrales que incorporen criterios de la misma, orientado a garantizar que todas las personas, independientemente de sus diferencias, tengan acceso equitativo a oportunidades y recursos. De acuerdo con Boothy Ainscow (2002), implica la eliminación de barreras que dificultan la participación y el aprendizaje, especialmente en ámbitos educativos. En una perspectiva más amplia, la inclusión social promueve la integración activa de

grupos históricamente marginados en la vida económica, cultural y política de la sociedad. Este enfoque resulta fundamental para la construcción de comunidades equitativas y respetuosas de la diversidad.

Salud mental

La salud mental es un estado de bienestar en el que la persona puede hacer frente a las tensiones de la vida, desempeñarse de forma productiva y contribuir a su comunidad. La Organización Mundial de la Salud (OMS)la considera un componente integral de la salud general, enfatizando que no se reduce a la mera ausencia de trastornos mentales. En esta línea, Keyes (2002) propuso el modelo de florecimiento, que combina el bienestar emocional, psicológico y social como indicadores clave de una buena salud mental. Este enfoque destaca la importancia de la resiliencia y del apoyo social para su promoción.

Estimulación cognitiva

La estimulación cognitiva comprende un conjunto de técnicas y actividades diseñadas para preservar o potenciar funciones como la memoria, la atención y el razonamiento. Según Clare y Woods (2004), estas intervenciones son especialmente efectivas en personas mayores y en aquellas con deterioro cognitivo leve o demencia. Se basan en la capacidad de neuroplasticidad cerebral para reforzar conexiones neuronales y ralentizar el deterioro cognitivo. Actividades como juegos de memoria, resolución de problemas y ejercicios creativos constituyen ejemplos típicos de esta práctica.

Políticas públicas

Las políticas públicas son decisiones y acciones gubernamentales orientadas a resolver problemas sociales y promover el bienestar colectivo. Dye (1992) las define como "todo lo que los gobiernos deciden hacer o no hacer". Estas políticas abarcan múltiples ámbitos salud, educación, vivienda, medio ambiente y su eficacia depende de un proceso integral de diagnóstico, formulación, implementación y evaluación.

En el contexto de la neurodiversidad y el envejecimiento, las políticas públicas inclusivas resultan fundamentales para asegurar el acceso equitativo a recursos y servicios adaptados. Particularmente en la vejez, dichas políticas deben contemplar el acceso a servicios de salud, pensiones dignas, vivienda adecuada y entornos accesibles que fomenten la participación activa de las personas mayores. La OMS promueve el enfoque de envejecimiento activo, que busca maximizar las oportunidades de salud, participación y seguridad para mejorar su calidad de vida. Asimismo, las políticas basadas en derechos humanos, como las propuestas por la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), enfatizan la necesidad de garantizar el acceso igualitario a servicios y recursos, independientemente de factores como género, etnia o nivel socioeconómico.

En América Latina, estas políticas enfrentan desafíos estructurales, como la limitada cobertura de los sistemas de protección social y la alta dependencia del cuidado familiar. La CEPAL sostiene que es urgente avanzar hacia modelos más inclusivos, que reconozcan la diversidad de experiencias en la vejez e incorporen enfoques interdependientes para enfrentar las desigualdades existentes.

Interrelación entre vejez y políticas públicas

La vejez y las políticas públicas están intrínsecamente relacionadas, dado que estas últimas son fundamentales para garantizar un envejecimiento digno y equitativo. Las políticas públicas deben abordar no solo las necesidades básicas de las personas mayores como la atención en salud y la seguridad económica sino también promover su inclusión social y participación activa en la comunidad. Esto implica diseñar programas que reconozcan la diversidad dentro de la población mayor, incluyendo a personas neurodivergentes, y que fomenten su bienestar integral.

Del mismo modo, las políticas públicas deben adaptarse a los cambios demográficos y sociales, como el aumento en la esperanza de vida y la urbanización, a fin de asegurar que las personas mayores puedan vivir en entornos accesibles, seguros y propicios para su desarrollo. La implementación de políticas inclusivas no solo

beneficia a este grupo etario, sino que también contribuye al fortalecimiento de sociedades más equitativas y cohesionadas.

Si bien se han logrado avances importantes en el conocimiento sobre la neurodiversidad y la vejez de manera individual, persisten vacíos en cuanto a su interrelación. Por ello, resulta fundamental orientar futuras investigaciones hacia el diseño de enfoques efectivos e integradores que contribuyan al bienestar de esta población. Algunas líneas prioritarias de investigación son:

- Evolución del envejecimiento en personas neurodivergentes: profundizar en cómo los procesos de envejecimiento impactan de manera diferenciada a las personas neurodivergentes.
- Comorbilidades y salud mental: analizar los efectos acumulados del estrés, la exclusión o la adaptación forzada en la salud mental durante la vejez.
- Intervenciones y estrategias preventivas: desarrollar y validar intervenciones personalizadas, como terapias cognitivas, tecnologías de apoyo o prácticas sociales inclusivas que mejoren la calidad de vida.
- Participación directa: integrar activamente a las personas mayores neurodivergentes en los procesos de investigación, reconociendo sus experiencias, prioridades y perspectivas. Su participación es esencial para generar soluciones pertinentes y eficaces.
- La investigación futura debe adoptar un enfoque colaborativo, inclusivo y contextualizado, capaz de articular la neurodiversidad y la vejez dentro de marcos que promuevan justicia social y bienestar integral.

CONCLUSIÓN

La neurodiversidad y la vejez representan dos dimensiones que, al integrarse, ofrecen una oportunidad única para redefinir nuestra comprensión del bienestar en una etapa vital decisiva. Abordar estas intersecciones desde un enfoque innovador implica reconocer y valorar las diferencias neurológicas, al tiempo que se consideran los efectos del envejecimiento en las capacidades cognitivas, emocionales y sociales de las personas.

Un enfoque integral debe centrarse en la individualización, es decir, en la provisión de estrategias y recursos adaptados a las necesidades específicas de cada persona, entendiendo que tanto la neurodivergencia como el envejecimiento se manifiestan de manera diversa. Esto incluye fomentar el acceso a servicios de apoyo inclusivos que atiendan tanto los desafíos como las fortalezas particulares de las personas mayores neurodivergentes, así como promover su participación activa en la comunidad mediante entornos accesibles y estimulantes que reduzcan el aislamiento social.

La integración de tecnologías accesibles y enfoques multidisciplinarios también constituye una vía fundamental para mejorar la calidad de vida. Herramientas tecnológicas orientadas a fortalecer la autonomía, terapias innovadoras que combinen neurociencia y prácticas psicosociales, y políticas públicas centradas en la inclusión y el respeto a la diversidad neurológica conforman pilares estratégicos de esta visión.

De igual manera, resulta imprescindible que este paradigma se fundamente en la colaboración y la escucha activa, involucrando directamente a las personas mayores neurodivergentes, a sus cuidadores y a las comunidades en el diseño de soluciones. Solo a través de un enfoque genuinamente inclusivo y centrado en la persona será posible avanzar hacia un futuro en el que todos los adultos mayores independientemente de sus características neurológicas puedan alcanzar un estado de bienestar pleno, digno y significativo.

Como sociedad, el compromiso ético consiste en construir un entorno accesible, empático y justo, donde las personas mayores neurodivergentes no solo tengan garantizado el acceso a los recursos, sino también la posibilidad real de ejercer sus derechos y vivir una vejez activa, reconocida y feliz.

REFERENCIAS

Armstrong, T. (2012). *El poder de la neurodiversidad: adaptando el aprendizaje a las diferencias neurológicas*. Paidós.

Chamorro Serrano, A. (2022). *Neurodivergencia: sobre las formas de nombrar al "otro mental".* Revista de la Universidad de Salamanca, 40(2), 45–60. Disponible en URL: https://doi.org/10.14201/revsalud.20224245

Díaz, F., & Pereiro, A. (2017). *Neurociencia cognitiva del envejecimiento: aportaciones y retos*. Revista Española de Geriatría y Gerontología, 52(1), 35–41. Disponible en URL: https://doi.org/10.1016/j.regg.2017.07.002

Featherstone, C., Sharpe, R., Axford, N., Asthana, S., & Husk, K. (2024*). Autistic adults' experiences of managing well being and implications for social prescribing.* Disability & Society, 39(12), 3283–3311. Disponible en URL: https://doi.org/10.1080/09687599.2023.2263628

Pozzi, F. E., Remoli, G., Tremolizzo, L., & Appollonio, I. (2024). *Brain health and cognition inolder adults: Road map and miles tone stowards the implementation of preventive strategies*. Brain Sciences, 14(1), 55 Disponible en URL: https://doi.org/10.3390/brainsci14010055

Singer, J. (1998). *Odd peoplein: The birth of community amongst people on the "autistic spectrum".* Tesis de maestría, University of Technology Sydney.

Vidondo Lete, M.J., García,L., & Ríos, A. (2025). *La neurodivergencia en la edad adulta: trascendiendo la etiqueta*. Revista Ocronos, 7(3), 112-124. Disponible en URL: https://revistamedica.com/neurodivergencia-edad-adulta-estigmas/