

Escenario en adultos mayores

Leonardo Strejilevich

Versión web: <http://www.geriatriaclinica.com.ar>

El envejecimiento de la población mundial, tanto en los países desarrollados como en los países en desarrollo, es un indicador de la mejora de la salud mundial. La población mundial de adultos mayores de 60 años o más es de 750 millones, y se calcula que en 2050 alcanzará los 2000 millones.

Los cambios demográficos relacionados con el aumento poblacional de los adultos mayores se deben a factores como la industrialización, los descubrimientos médicos, el mejoramiento de las condiciones de vida, las intervenciones de salud en la niñez dirigidas a reducir la mortalidad infantil y como consecuencia el aumento de la esperanza de vida, y el descenso en la tasa de natalidad.

En la región de las Américas en el año 2010 la población de 60 años y más alcanzaba el 13,1% de la población total, con un índice de envejecimiento de 53 adultos de 60 años y más por cada 100 niños menores de 15 años, y 49 adultos de 75 años y más por cada 100 niños menores de 15 años. Once países, Canadá, Cuba, Puerto Rico, Martinica, Barbados, Estados Unidos, Uruguay, Guadalupe, Antillas Holandesas, Argentina y Chile, superan el índice de envejecimiento de la región. De ellos, solo en Canadá la población de adultos mayores supera la población menor de 15 años, teniendo 122 adultos mayores por cada 100 niños. El monto de personas de 60 años y más es de 10,1 millones, lo que representa el 9% de la población total. Durante el segundo trimestre del año 2014, la tasa de participación económica de la población de 60 años y más fue de 34,9%, siendo principalmente varones quienes continúan trabajando a pesar de que su comportamiento por edad y sexo

va disminuyendo conforme avanza la edad. Una cuarta parte de los adultos mayores se encuentran pensionados. El 46,7% de los adultos mayores se encuentran en situación de pobreza. Japón alcanzó un nuevo récord de longevidad de su población ya que el número de personas de 100 o más años ha superado los 54.000, un aumento de más del 5,5 por ciento respecto del año anterior. Según el Ministerio de Salud, el total de centenarios japoneses asciende a 54.397, 3.021 más de los registrados en esta misma fecha de 2012 y supone una proporción de 42,66 por cada 100.000 habitantes. Las mujeres siguen siendo de lejos las más longevas en Japón ya que las de 100 o más años superan las 47.600, el 87,5 por ciento del total, mientras que los hombres no llegan a los 6.800. Japón es un país cuya población es la más longeva del planeta. El número de personas centenarias ha aumentado de manera considerable en las últimas cinco décadas, ya que en 1963 los mayores de 100 años eran solo 153. La esperanza media de vida en Japón según datos de 2012 es de 86,41 años para las mujeres y 79,94 años para los hombres. El pasado agosto, el Gobierno reveló que el número de personas de más de 65 años había superado por primera vez los 30 millones, lo que supone casi una cuarta parte de los 126 millones de habitantes de Japón.

El envejecimiento de la población es uno de los grandes problemas para el futuro de muchos países, ya que se estima que cerca del 40 por ciento de sus ciudadanos serán mayores de 65 años para el año 2060. El incremento del número de mayores presenta un difícil escenario para el sistema de seguridad social que deberá otorgar pensiones ante la caída de la edad productiva y garantizar la fortaleza de su sistema sanitario.

América Latina y el Caribe tienen actualmente 45 millones de personas con edad de 60 años o más, considerados adultos mayores, de los cuales la mayoría son jubilados, y 5 millones de personas retiradas, especialmente militares, educadores, funcionarios públicos y políticos, lo que al-

Médico, Exprofesor Regular de la Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Salta. Exdocente de la Facultad de Medicina y de la Facultad de Farmacia y Bioquímica. UBA, Rep. Argentina.

Correspondencia: leonardostrejilevich@hotmail.com

canza 50 millones de personas con capacidad de organizarse en asociaciones o movimientos con las experiencias y reflexiones que son un capital humano importante, un patrimonio que representa alrededor del 10% de la población, y es el sector poblacional que más crece.

La sociedad actual es altamente competitiva, predomina el sistema de la producción y el consumo, la oferta y la demanda. Para ser tomado en cuenta hay que producir y hay que consumir. Los adultos mayores a causa de su edad ya no figuran en la lista de los productores, y su consumo se va limitando al rubro de los medicamentos, alimentación y pocas cosas más.

Los países que cuentan con seguridad social establecen pensiones y jubilaciones que no son dádivas de los gobiernos, sino devolución de una parte de los aportes a la economía durante el largo tránsito por la actividad laboral. Los servicios de salud en general no están dispuestos para la atención sociosanitaria de adultos mayores por la escasa formación en geriatría de sus recursos humanos sumado al hecho de que muchas veces se encuentran con escasez de personal (enfermeras y médicos), medicamentos e insumos básicos. Hay falta de espacios para el entretenimiento y la falta de una serie de servicios que debe brindar el sistema de seguridad social a los pensionados y jubilados, como son: programas de orientación, adaptación y educación a través de los medios de comunicación social; terapia ocupacional, viviendas, clubes sociales, tarifas especiales en actividades recreativas, educativas, deportivas, culturales, en el transporte y en actividades turísticas, precios especiales en la compra de libros, revistas y útiles educativos, ropa y enseres domésticos y programas especiales con actividades que contribuyan a la salud física y mental de los mayores de edad tanto públicas como privadas.

La salud de los adultos mayores es un factor prioritario, en esta etapa de la vida es un bien de primera necesidad; no solo se asocia a la salud física, sino también al bienestar y la calidad de vida. Para una vejez saludable es fundamental la participación y la realización de actividades que tengan sentido para las personas mayores. Las actividades que

más aceptación tienen entre las personas mayores son las de ayudar, enseñar, aprender y servir a otros. Es importante entretenerse y ocupar el tiempo vital una vez que se dejó de trabajar o que se marcharon los hijos del hogar. Es necesario desarrollar la capacidad para disfrutar el presente; vivir el aquí y el ahora permite mucho más allá que sobrevivir o vivir, tener la posibilidad de disfrutar lo cotidiano con mayor tranquilidad.

No se está dando la importancia debida al estado nutricional de los adultos mayores y se lo descontextualiza de los factores socioeconómicos y culturales que inciden sobre él. Varias son las causas que pueden alterar el estado nutricional de los adultos mayores: alteración de la estructura de la boca; disminución de las papilas gustativas y de la capacidad olfativa; disminución de las secreciones salivares, dificultad en la deglución; tránsito esofágico más lento; menor secreción ácida en el estómago y frecuente atrofia de su mucosa; disminución del flujo sanguíneo, y de la actividad y metabolismo hepáticos; frecuente intolerancia a la lactosa; presencia de patología asociada y medicación; aislamiento social y problemas económicos; incapacidad física para la selección y preparación de los alimentos; incapacidad económica para la compra de alimentos básicos de buena calidad.

El estado nutricional deficitario es una patología grave en sí misma aun en ausencia de comorbilidad o enfermedades simultáneas. La falta de los aportes nutricionales imprescindibles suministrados en la dieta diaria trae graves consecuencias biológicas que van más allá del adelgazamiento y la pérdida de fuerzas, hasta anemias, trastornos cognitivos y psiquiátricos y descenso del umbral de la respuesta inmunológica global.

El contexto sociosanitario de los adultos mayores es mucho más abarcativo y complejo de lo que se manifiesta en esta presentación; sería muy saludable aportar todos los argumentos y pruebas al canto de las necesidades reales, divulgar información veraz y objetiva ante la opinión pública y comprometer la voluntad política de los decisores para que las cosas mejoren.