



La “Casa de día” como una opción para los adultos mayores ante el crecimiento de esta población en México

DIRECCIÓN DE SERVICIOS GERONTOLÓGICOS

Carmen Julieta Lechuga Domínguez | AsesoríaGerontologica.com | Cd. México, México
Octubre 2017

Profesores: Dr. Hugo Roberto Valderrama y MBA María de los Ángeles Valderrama

Introducción

La población de adultos mayores en México ha presentado un crecimiento importante las últimas tres décadas representando el 5.4% de la población en 1980 hasta el 9.1% en el 2010 según los Censos de Población y Vivienda del INEGIⁱ. Sin embargo, los servicios gerontológicos no han crecido en la misma proporción. Asimismo este segmento de la población es considerado como un segmento vulnerable de acuerdo a la Organización Mundial de la Salud y los tipos de maltrato pueden ser físicos, psicológicos, sexuales, abusos económicos o desatención al adulto mayorⁱⁱ. Es por ello que a través de la recopilación de datos oficiales se mostrará la importancia de tener alternativas de actividades para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores.

Se comenzará describiendo el marco poblacional de México prestando especial atención a los adultos mayores. Después se mostrarán algunas características que predominan a este segmento como su convivencia familiar y el tiempo que le dedican a sus actividades. Por último se mostrarán los resultados de una encuesta realizada a adultos mayores para determinar si consideran que tienen calidad de vida, entender sus necesidades y gustos para mejorar la oferta de servicios de las Casas de día y finalmente conocer quién sería el tomador de decisiones en caso de contratar estos servicios.

Desarrollo

Datos demográficos de México

México ha presentado cambios demográficos de tal forma que la estructura piramidal ha sufrido transformaciones fuertes, esto es a través de un achicamiento en la base de la población y un ensanchamiento en la parte alta. Según los Censos de Población y Vivienda del INEGI esta transformación poblacional se observa desde 1970 hasta el 2010. Esto se puede interpretar como que hay menos proporción de gente joven y de gente económicamente activa y más proporción de adultos mayores. En 1970 y 1980 la población con más de 60 años representaban el 5.5% y 5.4% de la población total respectivamente. Para 1990 representaba el 6.2%, en el 2000 el 7.3%, en el 2005 el 8.2% y en 2010 llegaba a representar el 9.1% de la población total, lo cual equivalía a 6.9 millones de adultos mayores.ⁱⁱⁱ Ver el gráfico 1 para mayor detalle.

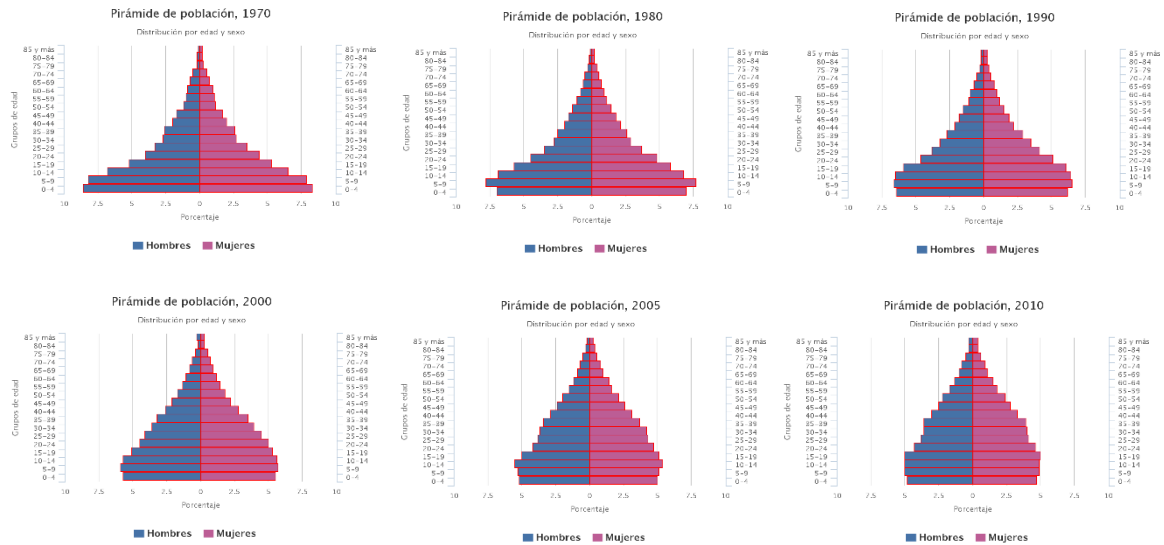


Gráfico 1. Fuente: INEGI; Censo de Población y Vivienda 1970, 1980, 1990, 2000, 2005 y 2010

Asimismo se observa que la esperanza de vida ha ido aumentando. Según el censo de población de INEGI en el 2010 la esperanza de vida en México es de 74 años de edad, particularmente en la Ciudad de México es de 75.5 años. Por otro lado, los cálculos obtenidos por Consejo Nacional de Población (CONAPO) proyectan que la esperanza de vida en el 2030 será 81 años y 76.6 años en mujeres y hombres respectivamente mientras que para el 2050 se proyecta en 83.9 en mujeres y 81.9 en hombres.^{iv}

Respecto las proyecciones de población, el estudio *Proyecciones de la Población 2010-2050* de CONAPO señalan que en el 2015 había más de 8.1 millones de adultos mayores a 65 años, cifra que aumentará a 9.6 millones en el 2020 y a 13.8 millones en el 2030^v.

Características de los adultos mayores

En promedio los adultos mayores a 65 años dedican 35 horas a la semana a trabajo doméstico, es decir, 5 horas diarias. Este dato disminuye conforme aumenta la edad, de tal forma que a los 80 años se dedican en promedio 2 horas diarias al trabajo doméstico. Por otro lado, la edad de jubilación ocurre entre los 60 y los 65. Según el INAPAM 3 de cada 10 adultos mayores a los 60 años declaran seguir activos laboralmente pero este dato decrece nuevamente al aumentar la edad hasta llegar a 1 de cada 10 adultos a la edad de 80 años^{vi}. Sin embargo, los adultos tienen la capacidad y el deseo de seguir realizando actividades.

Por otro lado, aproximadamente 9% de los adultos mayores viven solos, según el INEGI. Por otro lado, el Instituto Nacional de las personas Adultas Mayores (INAPAM)

estima que en la Ciudad de México son el 18% los que viven solos y cerca del 70% viven con su familia. En el estudio *Los adultos mayores en México. Perfil sociodemográfico al inicio del siglo XXI 2005* se señala que vivir solo ocasiona carencia afectivas haciéndolos más vulnerables y más propensos a enfermedades. Se cita textualmente con la finalidad de entender una conclusión importante en el estudio: “Con todo, necesitarán apoyo intenso y prolongado que las familias no siempre podrán proporcionarles”^{vii}.

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud cerca de 1 de cada 10 adultos mayores ha sufrido maltrato en el último mes aunque la cifra probablemente esté muy subestimada ya que sólo se notifica 1 de cada 24 casos de maltrato a personas mayores, en parte por miedo de informar a sus familiares o a las autoridades. Los tipos de maltrato pueden ser físicos, psicológicos, sexuales, abusos económicos o desatención al adulto mayor^{viii}.

Otra realidad es que las familias han ido cambiando y ahora son más familias en las que los hijos y sus cónyuges trabajan. Por lo que los adultos mayores pasan muchas horas solos sin tener actividades que les beneficien o sin poder mejorar su salud.

Encuesta

Se realizó una encuesta a 10 adultos mayores de 65 años en la Ciudad México para determinar la calidad de vida que tienen actualmente así como sus necesidades con la finalidad de ofrecer una mejor oferta en las Casas de día para adultos mayores.

Los resultados obtenidos fueron que la mayor parte considera que sí tienen calidad de vida en relación al aspecto emocional, se sienten queridos por sus hijos aunque lamentan que se vean poco debido a las actividades familiares de los hijos. Otro segmento de encuestados mencionó que viven con sus hijos y éstos trabajan pero en las noches están al pendiente de ellos. De lo que se quejó el 33% es que han sufrido alguna lesión física ocasionada por una caída o como consecuencia de una cirugía pero que no han logrado recuperarse totalmente.

La mayor parte de su rutina diaria ocurre dentro de su hogar en donde hay tiempo para para su aseo personal, limpieza del hogar, comprar la despensa, cocinar y descanso (ver la tv o leer). También pasan tiempo en la iglesia o en grupos de oración, en especial las mujeres. Aunque lo hacen poco les gusta mucho irse a desayunar con sus amigas o en las tardes los grupos en la iglesia y de oración les sirven para socializar. Tampoco salen mucho de paseo o de viaje pero todos mencionaron que lo disfrutaban.

Ninguno de los encuestados dedica tiempo para realizar actividad física, principalmente porque no tienen un espacio dónde realizarlo. Sus principales preocupaciones son que sus hijos estén bien y alguno mencionó la parte económica de su manutención. Todos mencionaron ser independientes económicamente excepto una persona que sus hijos lo mantienen pero la distribución y uso de ese dinero es personal. Sin embargo, se observó que ajustan sus gastos a su presupuesto.

Una vez que se les platicó sobre qué es una Casa de día y cuáles eran sus opiniones los adultos mayores se mostraron muy complacidos con el proyecto y mencionaron que les gustaría mucho participar para no estar solos, hacer ejercicio, convivir con otras personas e incluso llegar a tener rehabilitaciones en aspectos de su vida que hoy son una limitante.

Oferta actual en México

Se realizó una investigación dentro del Instituto para la Atención de Adultos Mayores (IAAM) y se encontraron inscritos 181 asilos, albergues, casas hogar, casas de día y estancias. De los cuales el 87% son instituciones privadas. Dentro de las instituciones privadas el 43% son asilos, el 35% casas hogar, 16% estancias, 3% albergues y 3% casas de día; es decir, tan sólo hay 5 casas de día registradas privadas. El foco de las instituciones públicas está centrado principalmente en albergues y asilos con el 38% y 25% de sus instituciones; 17% casas hogar, 13% casas de día (lo que corresponde a 3) y 2 estancias.

Sin embargo, platicando con los del IAAM mencionaron que muchos adultos mayores no saben de la existencia de alternativas diferentes a asilos, albergues o casas hogar. No hay falta de demanda sino falta de conocimiento. Es por ello que el servicio que se quiere ofrecer es el “Casa de día” porque es una posibilidad de mejorar la calidad de vida en los adultos mayores sin tener que separarse de su hogar o de su familia pero realizando actividades que no hacen en su hogar como ejercicios físicos, ejercicios de estimulación mental, terapias de rehabilitación y por supuesto la convivencia con otras personas de su misma edad de tal forma que también haya una mejora en su estado anímico.

Conclusiones

La pirámide poblacional seguirá su ensanchamiento en la parte alta de la misma aumentando el tamaño de la población de adultos mayores. Se estima que en el 2030 habrá más de 1.2 millones de adultos mayores tan sólo en la Ciudad de México siendo un grupo vulnerable de población. Esto, junto con el cambio de roles que han tenido las familias ocasiona que una mayor cantidad de adultos mayores pasen mucho tiempo solos ya que sus familias están trabajando durante el día sin poder satisfacer sus necesidades y aumentando las probabilidades de contraer otros padecimientos.

Dado que los adultos mayores están solos muchas horas y tienen tiempo ocioso que cubren principalmente viendo la televisión o leyendo un rato. Algunos tienen padecimientos como fracturas (hace años), Parkinson, problemas de presión o azúcar y el único tratamiento que tienen son medicinas pero no terapias físicas, ni para fortalecer la memoria ni para evitar depresiones. Es por eso que la Casa de día les ofrece un espacio para convivir con personas de su edad que tienen intereses en común siendo un apoyo para el adulto mayor en los aspectos social, emocional, material, de compañía y de salud física y psicológica. Por otro lado, también es un apoyo para los familiares del adulto mayor que no pueden dedicarle tiempo y los recursos necesarios para tener activo y sano al adulto mayor.

Bibliografía

1. Consulta interactiva de datos; Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI); http://www.inegi.org.mx/est/lista_cubos/; Actualización junio 2013
2. Comparativo del perfil de las Personas Adultas Mayores afiliadas al Inapam en los 31 Estados y D.F.; Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores, INAPAM
3. Los adultos mayores en México. Perfil sociodemográfico al inicio del siglo XXI; Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática; Edición 2005
4. Organización Mundial de la Salud; <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs357/es/>; octubre 2015
5. Proyecciones de la Población en México 2005-2050; Consejo Nacional de Población; <http://www.conapo.gob.mx/es/CONAPO/Proyecciones>; Actualización abril 2014
6. Comparativo del perfil de las Personas Adultas Mayores afiliadas al Inapam en los 31 Estados y D.F.; Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores, INAPAM
7. Los adultos mayores en México. Perfil sociodemográfico al inicio del siglo XXI; Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática; Edición 2005
8. <https://pixabay.com/es/abuela-gente-argentina-952032/>

Referencias. Para consultar la fuente completa ver la Bibliografía

ⁱ Consulta interactiva de datos INEGI 1980, 2010

ⁱⁱ Organización Mundial de la Salud octubre 2015

ⁱⁱⁱ Consulta interactiva de datos INEGI 1970, 1980, 1990, 2000, 2010

^{iv} Consejo Nacional de Población (CONAPO) en Estimaciones y Proyecciones de Población 2005-2050

^v Consejo Nacional de Población (CONAPO) en Estimaciones y Proyecciones de Población 2005-2050

^{vi} Comparativo del perfil de las Personas Adultas Mayores afiliadas al Inapam en los 31 Estados y D.F.; INAPAM

^{vii} Los adultos mayores en México. Perfil sociodemográfico al inicio del siglo XXI; INEGI

^{viii} Organización Mundial de la Salud octubre 2015