

***Encuentro México y el  
Mundo  
Envejecimiento y vejez, nuevos  
retos***

***Atención a la salud.***

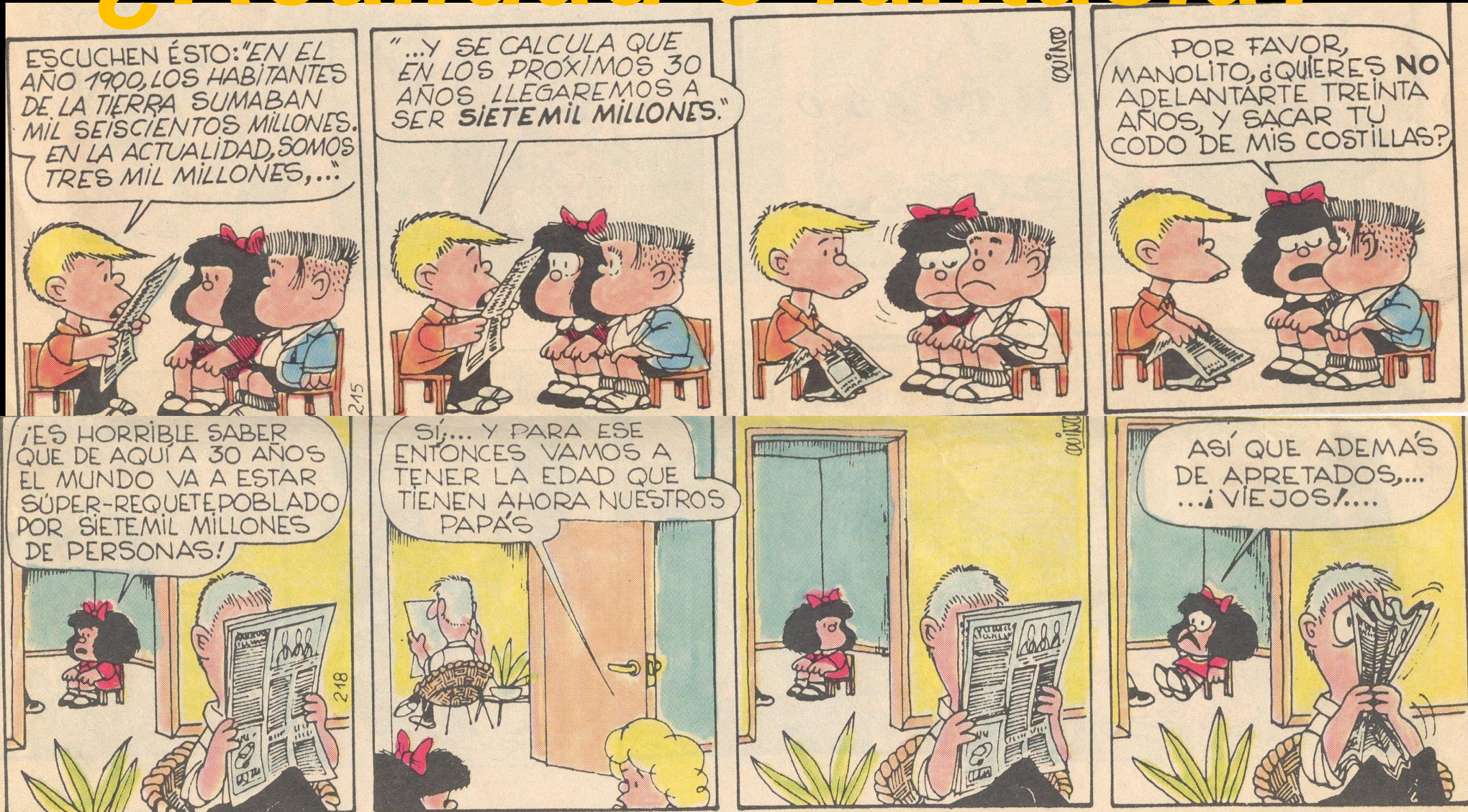
***Dr. Armando Pichardo Fuster***

***Noviembre 23, 2016***

***[apichardof@yahoo.com.mx](mailto:apichardof@yahoo.com.mx)***



# ¿Realidad o fantasía?



ESCUCHEN ÉSTO: "EN EL AÑO 1900, LOS HABITANTES DE LA TIERRA SUMABAN MIL SEISCIENTOS MILLONES. EN LA ACTUALIDAD, SOMOS TRES MIL MILLONES,..."

"...Y SE CALCULA QUE EN LOS PRÓXIMOS 30 AÑOS LLEGAREMOS A SER SIETEMIL MILLONES."

POR FAVOR, MANOLITO, ¿QUIERES NO ADELANTARTE TREINTA AÑOS, Y SACAR TU CODO DE MIS COSTILLAS?

¡ES HORRIBLE SABER QUE DE AQUÍ A 30 AÑOS EL MUNDO VA A ESTAR SÚPER-REQUETE POBLADO POR SIETEMIL MILLONES DE PERSONAS!

SÍ... Y PARA ESE ENTONCES VAMOS A TENER LA EDAD QUE TIENEN AHORA NUESTROS PAPA'S

ASÍ QUE ADEMÁS DE APRETADOS, ... ¡VIEJOS!...

QUINTO

QUINTO

215

218



***“los ancianos poseen barbas grises... sus  
caras arrugadas, de sus ojos escurre un  
ámbar espeso y ...goma del ciruelo....  
Carecen de ingenio ....y sus piernas son  
débiles”***

***“No deben preocuparnos las arrugas del  
rostro sino las del cerebro.***

Shakespeare, Hamlet, 2.2

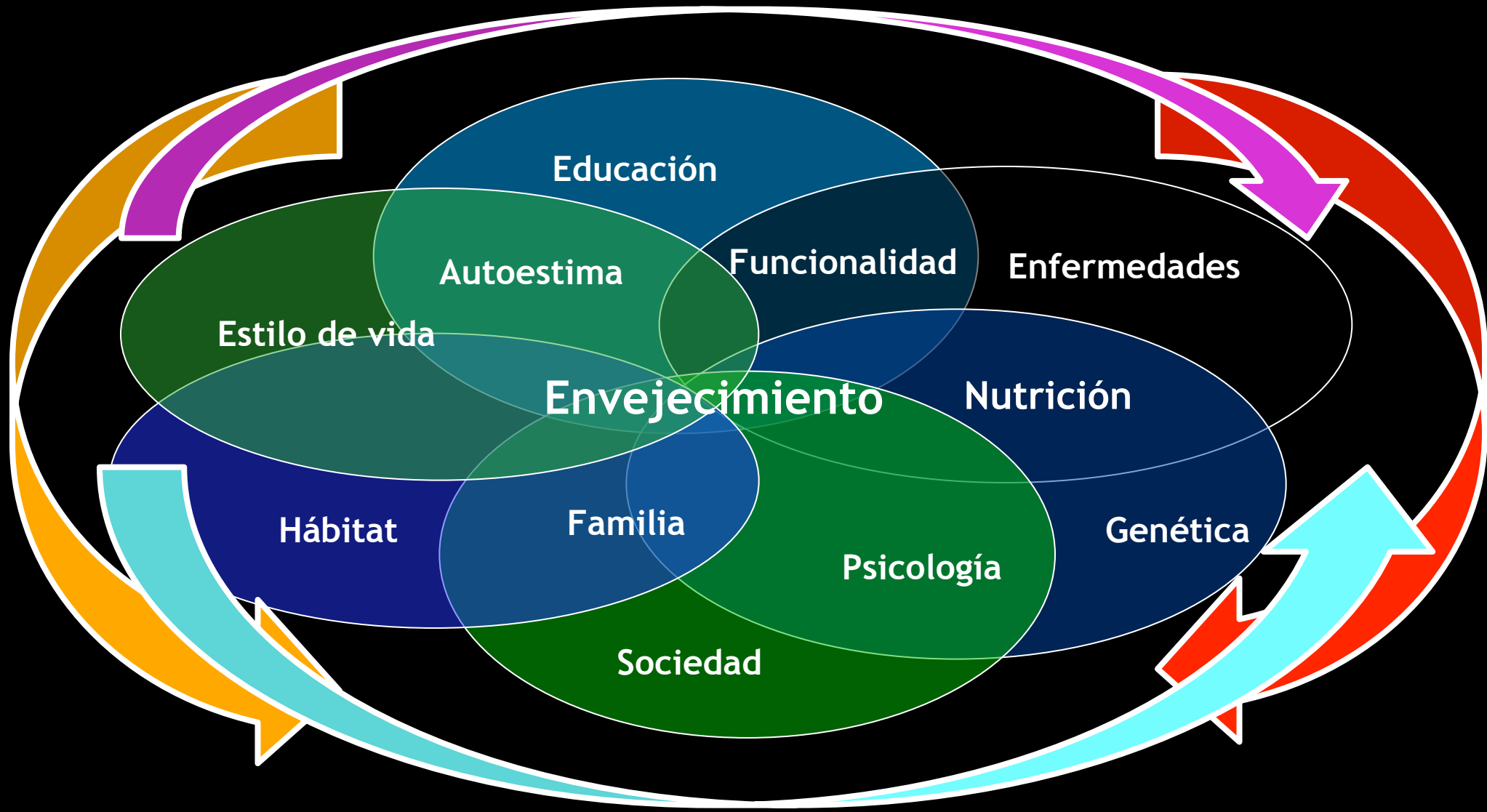
***Estas no las refleja el espejo, pero las  
perciben nuestros amigos, discípulos y***

***lectores”***  
***“Todo el mundo se queja de su memoria,  
pero nadie de su inteligencia”.***

Santiago Ramón y Cajal. El mundo visto a los 80 años

François de la Rochefoucauld  
(Paris 1613-1680)

# Retos de la atención a la salud en el envejecimiento



# Retos de la atención a la salud

México es un país en proceso de envejecimiento acelerado.

La población total se duplicó en menos de 50 años (1970-2000).

En 1930 los ancianos representaban el 2.6%,\* y en el 2015 eran el 7.2%,\*\* se estima que en el 2030 alcanzará el 11.7% y en el 2050 llegarán al 24.5%.

La población de 65 años y más es la única que muestra aumentos notables, cada hora se agregan 5 nuevos adultos mayores.

Incremento de la esperanza de vida al nacer de 40 años en 1940, a 74.1 para los hombres y 78.6 para las mujeres en el 2015, con promedio en 75.3 años.

\* Fuente: Encuesta Salud Bienestar y Envejecimiento. SABE 1999-2000. México. CNVE.

\*\* INEGI: BOLETÍN DE PRENSA NÚM. 524/15

# Retos de la atención a la salud.

Hay más mexicanos de más de 60 años que niños menores de cinco.

Quien hoy cumple 60 años puede vivir 22 años más, pero probablemente pasará los últimos 5 años con algún tipo de discapacidad; cuatro de cada diez hombres y tres de cada diez mujeres tienen buena salud, pero un tercio de ellos tienen dos enfermedades crónicas no transmisibles.

Dos terceras partes de los años de vida saludables perdidos por personas de 60 años o más se relacionan con estilos de vida desfavorables.

En los dos últimos años, cuatro de cada diez personas mayores de 60 años han sufrido al menos una caída.

El deterioro cognitivo y la demencia afectan a más del 15%.

# Retos de la atención a la salud

Una quinta parte de las personas que llega a los 60 años en México está en condición de fragilidad y la diabetes es la principal causa de discapacidad en personas de 70 años o más.

Uno de cada cuatro tienen limitaciones funcionales, siendo mayor en los que tienen menor educación.

Las limitaciones en las actividades básicas e instrumentales de la vida diaria se incrementan conforme aumenta la edad.

Tres de cada cuatro con alguna discapacidad enfrentan barreras ambientales para sus actividades cotidianas y una de cada cuatro necesita algún apoyo o cuidados dentro del hogar.

*Hechos y desafíos para un envejecimiento saludable en México. 2016. México: Instituto Nacional de Geriátria.*

# Retos de atención a la salud



**Sanos**

**Con riesgos o problemas sociales o familiares**

**Con problemas de discapacidad y fragilidad**

**Con alteración en la funcionalidad**



**Con problemas económicos**

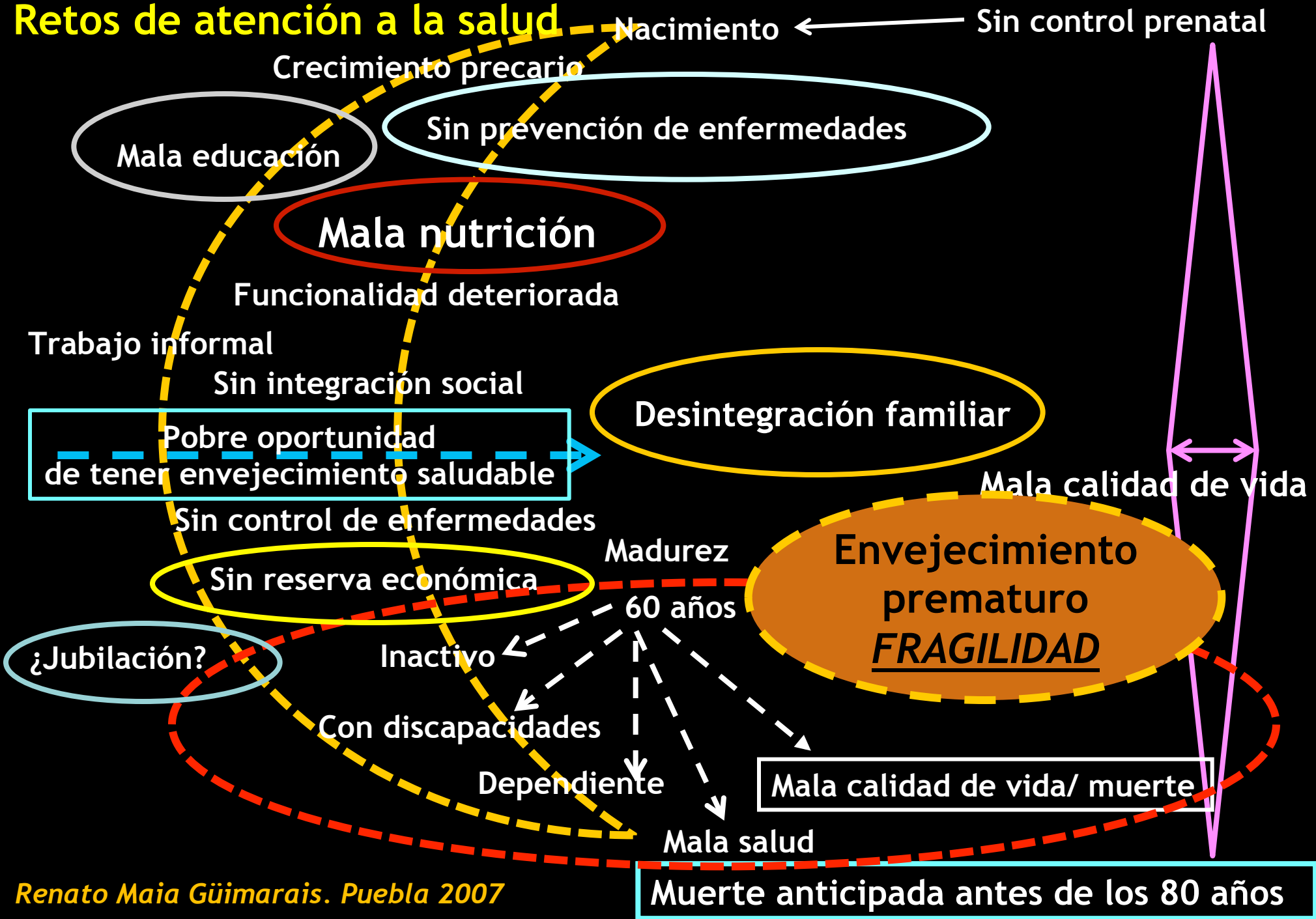
**Con trastornos psicológicos**



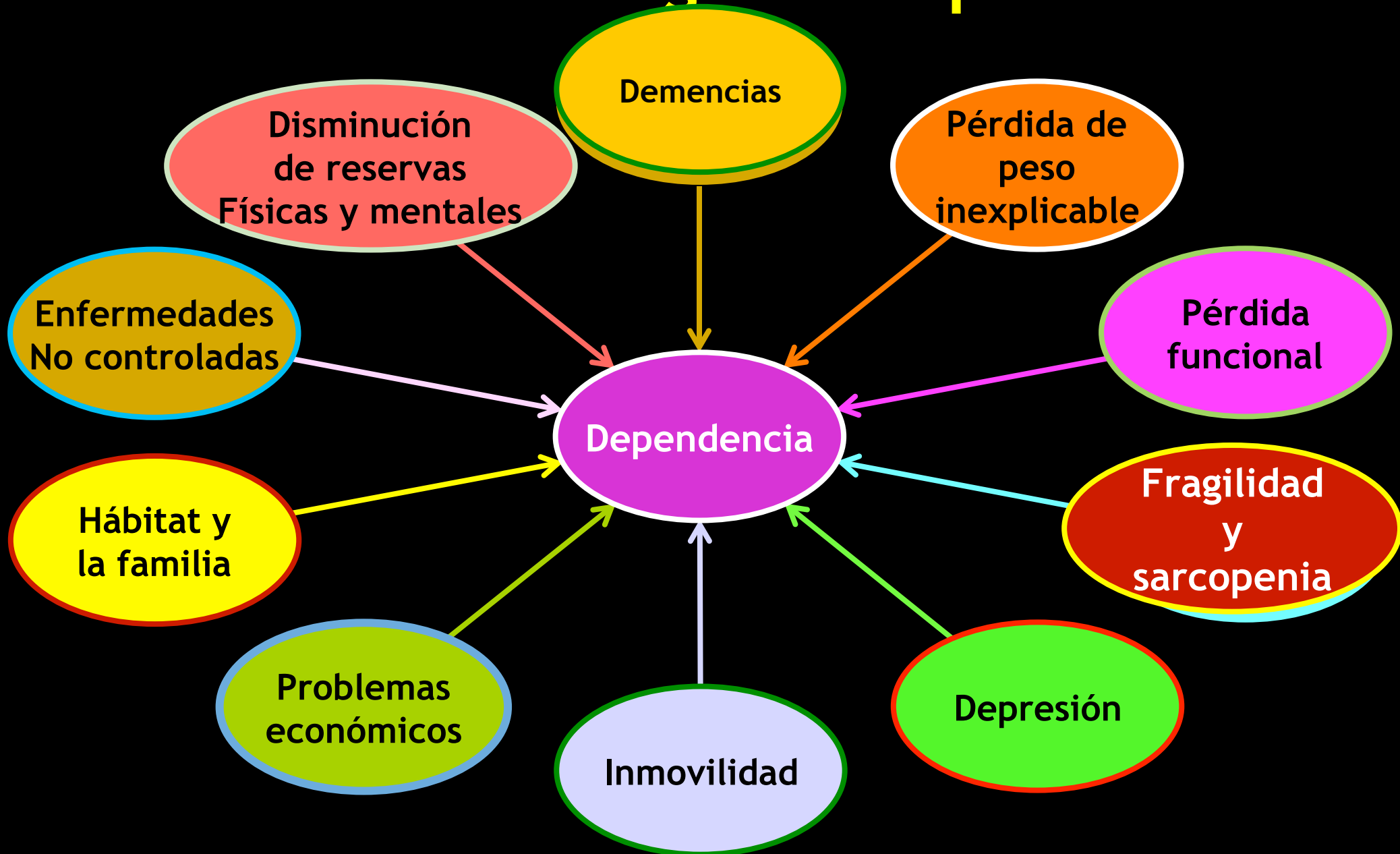


# Retos de atención a la salud

Ciclo de vida deteriorado



# Factores de riesgo de dependencia



# Retos de la atención a la salud

## EL ESTADO DE SALUD DE LOS ADULTOS MAYORES EN MEXICO

	ENFERMEDADES CRÓNICAS NO TRASMISIBLES:	MULTI MORBILIDAD	SINDROMES GERIÁTRICOS:	
APARENTEMENTE SANOS Y FUNCIONALES	HTA. Diabetes ECV Cardiopatías Demencias	+	Caídas Malnutrición / Sarcopenia Dolor Deterioro sensorial Depresión	DEPENDIENTES
		FRAGILIDAD		

55%



+

20%



+

20%



+

5%



Fuente: ENSANUT, 2012

# Retos de la atención a la salud

El envejecimiento saludable es un proceso amplio, integral y dinámico que permite el bienestar a través del mantenimiento de la capacidad funcional de las personas, la cual debe ser mantenida a lo largo del curso de la vida.

Detectar la capacidad funcional y la capacidad intrínseca que las personas experimentan.

Identificar los múltiples factores que influyen en ellas y las intervenciones que promuevan resultados positivos en la salud.

Destacan el respeto de los derechos humanos, la no discriminación, la igualdad de género, la equidad y la solidaridad intergeneracional.

*Hechos y desafíos para un envejecimiento saludable en México. 2016. México: Instituto Nacional de Geriátria.*



# Retos de la atención a la salud

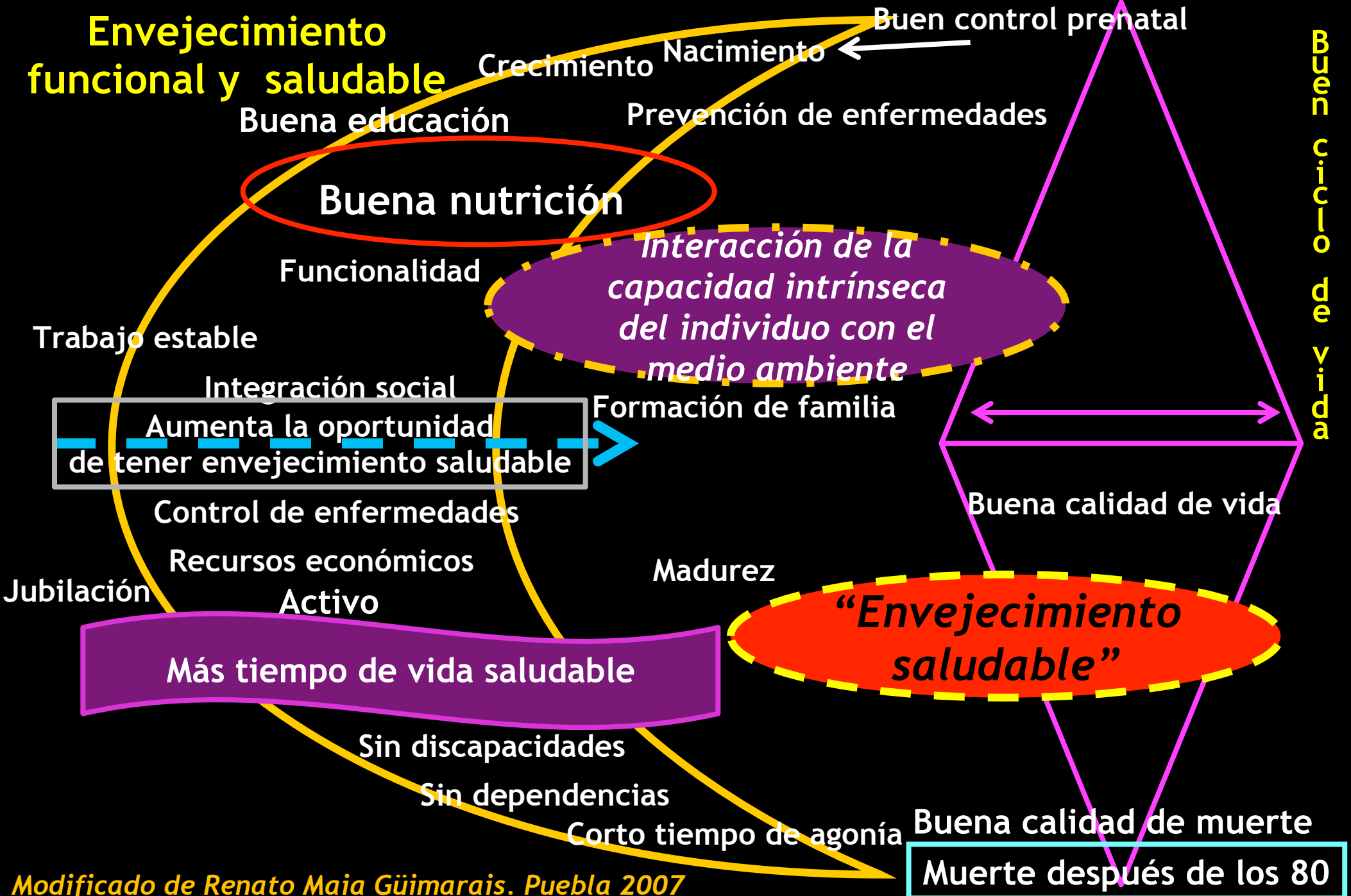
El concepto de envejecimiento saludable implica un enfoque holístico que tenga en cuenta los **factores determinantes de la salud** influidos por la sociedad, sus políticas, la capacidad funcional de las personas y el medio ambiente.

El envejecimiento saludable no se restringe a las condiciones físicas y mentales, sino que considera otros factores como el bienestar, la satisfacción con la vida y la realización personal.

La clave es la preservación de la capacidad intrínseca, que es la combinación de todas las capacidades físicas y mentales de un individuo, para sustentar la capacidad funcional.

**La capacidad funcional resulta de la interacción de la capacidad intrínseca del individuo con las características del medio ambiente.**

# Envejecimiento funcional y saludable



Modificado de Renato Maia Guimarães. Puebla 2007

# Retos de la atención a la salud

A pesar de los avances, aun persisten retos como el acceso efectivo a la salud de este grupo etario para la atención médica con calidad.

La falta de un modelo de atención integral, centrado en la persona, con la infraestructura y personal necesarios para su operación.

***Actualmente existen 168 consultorios y 176 camas de hospitalización especializada en geriatría a nivel nacional.***

La distribución de los servicios es inequitativa, ya que se encuentran concentrados en las grandes urbes y la mayoría en la Ciudad de México.

La Ley General de Salud establece que todas las instituciones de segundo nivel del país deben contar con servicios de geriatría.

***Se recomienda un geriatra por cada 4000 ancianos y necesitaríamos hoy en México 2770 y para el 2040 la cifra será de 9088 pero actualmente solo hay 600, de los cuales 197 laboran en el sector público de salud.***

# Retos de la atención a la salud

La atención geriátrica debe ser interdisciplinaria, no solo del especialista y del médico de primer contacto, sino de personal altamente capacitado de otros profesionales de la salud como enfermeras, nutriólogos, odontólogos, rehabilitadores, psicogeriatras, trabajadores sociales.

Desgraciadamente no se cuenta con un diagnóstico certero del número de estos profesionales capacitados en la materia ni de un cálculo futuro de las necesidades.

Esta situación es un verdadero reto para las políticas públicas de salud en el país.

A pesar del cambio demográfico que presenta México, no ha sido suficiente para que se genere una respuesta gubernamental al respecto.







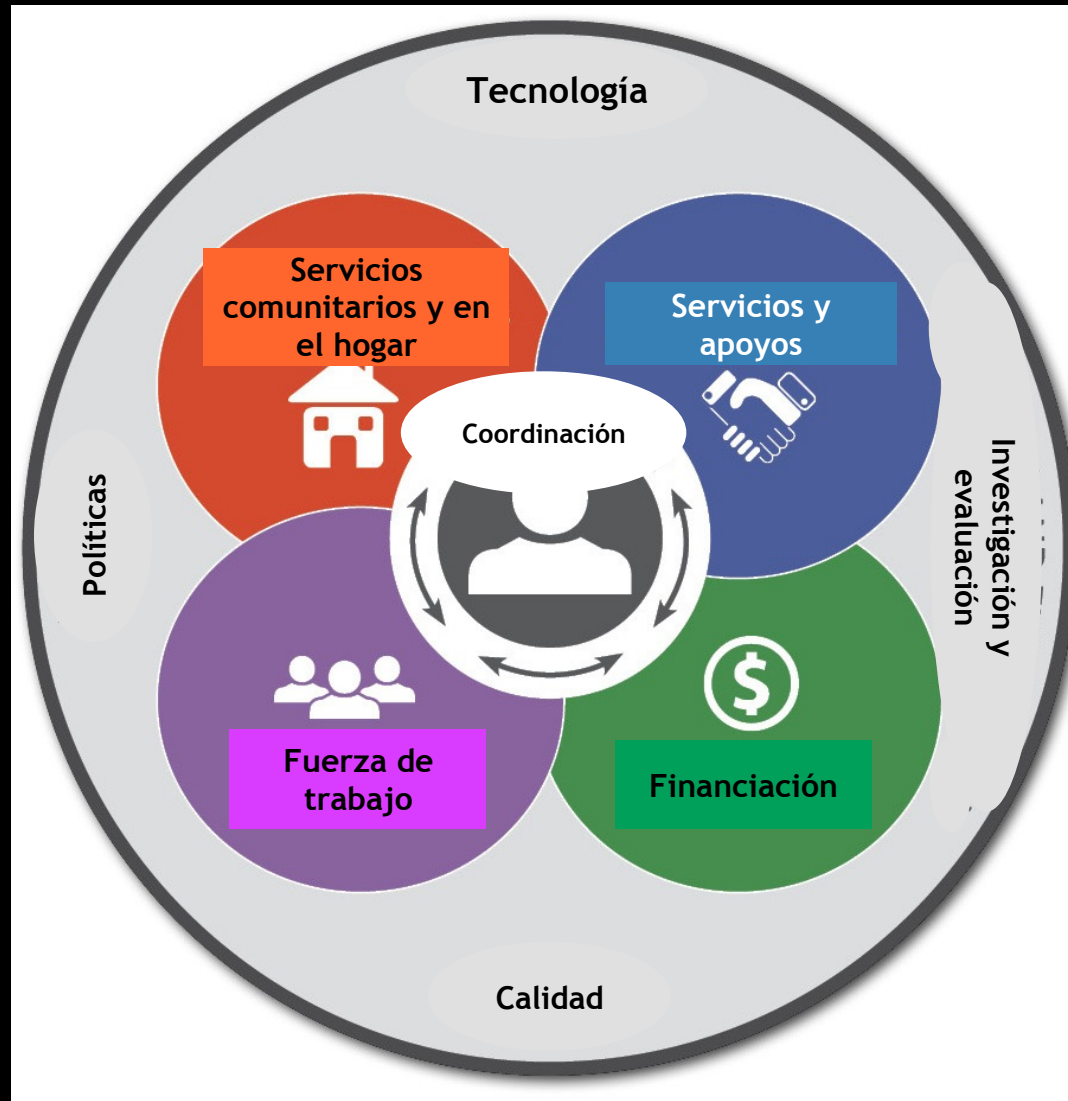
## Modelo ideal de atención integral a la salud

Pichardo FA. INGER/DGPLADES: 10/2013

# Atención centrada en la persona



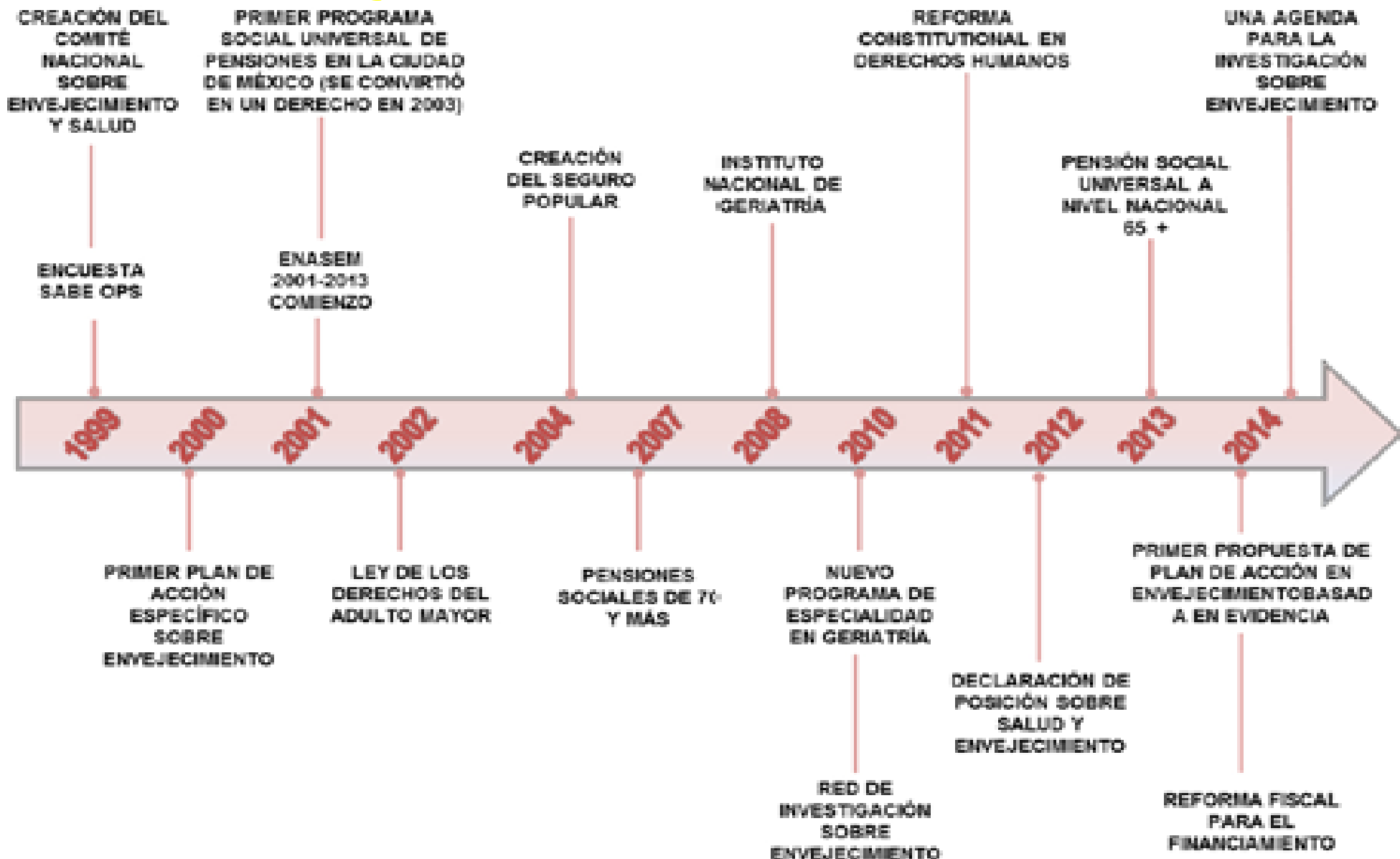
# Foro sobre envejecimiento, discapacidad e independencia



*Policy and Research Needs to Maximize Independence and Support Community Living: Workshop Summary*  
Copyright © National Academy of Sciences. All rights reserved  
[www.nas.edu/ADIForum](http://www.nas.edu/ADIForum) (accessed January 5, 2016).



# Que ha hecho México



**Hechos y desafíos para un envejecimiento saludable en México. 2016. México: Instituto Nacional de Geriatría.**

# Retos de atención a la salud

Realizar acciones preventivas y un mejor control de las enfermedades crónicas no transmisibles.

Analizar que estados tienen UNEMES, (Unidades de Especialidades Médicas), funcionando y en los que se requiera una mayor acción.

El Estado de México cuenta con Centros de Atención Gerontológica en varios de sus municipios.

En la Ciudad de México el programa “Médico en tu Casa”

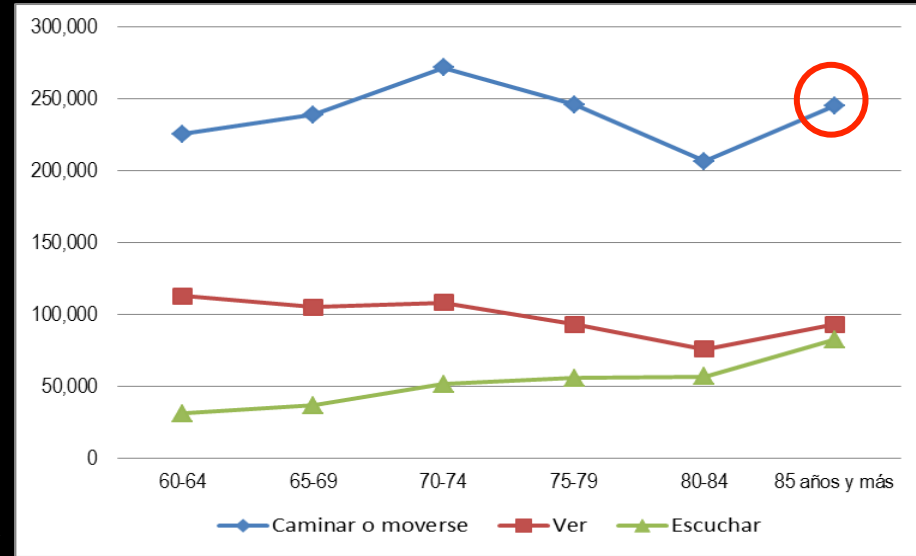
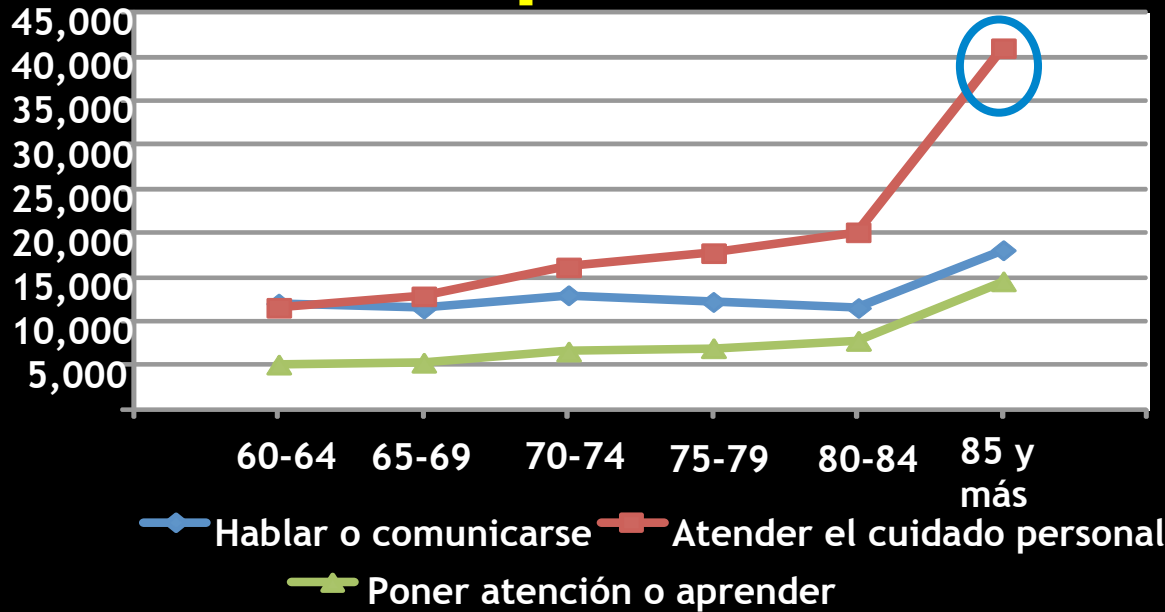
Implementar programas tendientes a detectar problemas de salud mental incluyendo depresión.

Capacitar a los integrantes del equipo de salud de primer nivel.

Establecer los mecanismos para que la Cartilla Nacional de Salud sea llevada a toda la población de adultos mayores.

Fortalecer la semana de salud para gente grande.

# Retos para la atención a la salud



## Comorbilidades crónicas más frecuentes según datos de ENSANUT 2012

**42.9%**  
**Caídas**

**42.8%**  
**Depresión**

# Retos de atención a la salud

1. Evitar que continúen recibiendo atención informal, con remedios caseros y auto medicándose.
2. Contar con una estructura de organización de un **modelo integrado de acciones sectoriales e interinstitucionales** para alcanzar una mayor eficacia en la atención.
3. Implementar el modelo de los **Centros de día** con el objetivo para que la familia cuente con el apoyo necesario para dejar bajo resguardo a su familiar que requiere cuidados asistenciales.
4. Extender el programa **“Médico en tu casa”** a todo el país.
5. Consolidar los **COESAEN\*** con el fin de que se puedan establecer políticas nacionales a favor del envejecimiento activo y saludable mediante la participación intersectorial, Secretaria de Salud Federal, INGER, DIF, INAPAM, ONG.

**\*COESAEN: Comisiones Estatales de Atención al Envejecimiento. Secretaria de Salud Federal**

# Conclusiones

- 1.** Fortalecer los centros de salud y desarrollar modelos de salud que brinden atención multidisciplinaria e integrada para un envejecimiento activo y saludable.
- 2.** Conformar, supervisar y mantener actualizada la plantilla de personal capacitado en la atención de las personas adultas mayores.
- 3.** Creación de centros para atender enfermos con demencia.
- 4.** Las instituciones de seguridad social deben adecuar las funciones de los recursos humanos con que dispongan.
- 5.** Contar con personal responsable y capacitado en la atención de las personas adultas mayores.



# Conclusiones

6. Fortalecer las relaciones interinstitucionales: SSA, INAPAM, CONAEN, INGER, IMSS, ISSSTE, ONG, sociedad civil, etc.
7. Iniciar los programas de atención desde la concepción y mantenerlos durante todo el ciclo de vida.
8. Evitar la pérdida de la funcionalidad a través de mejorar el estilo de vida.
9. Mejorar educación sobre el envejecimiento.
10. El problema que enfrentamos es muy serio por el desconocimiento del envejecimiento.
11. Nunca es tarde para tratar de mejorar.

Llegar a la vejez con buena salud y bienestar, requiere de un esfuerzo personal a lo largo de toda la vida y contar con un entorno en el que ese esfuerzo pueda tener éxito



*Disfrutar la vida, con optimismo, felicidad y compartir nuestras experiencias*







**Gracias amigos**

**En el atardecer de nuestra existencia,  
debemos enfrentar la belleza que la vida nos ofrece**