



Fecha de recepción: abril 3 de 2021
Fecha de aceptación: abril 15 de 2021

EDITORIAL

DOI: <http://doi.org/10.14482/sun.37.2.155.67>

Envejecimiento activo y saludable: desafío y oportunidad del siglo XXI

Active and Healthy Aging: Challenge and Opportunity of the XXI Century

ELIZABETH FAJARDO RAMOS¹, ZOILA ESPERANZA LEITÓN ESPINOZA²,
LUZ MARINA ALONSO³

¹ Profesora titular FCS. Universidad del Tolima. Coordinadora Redesam Colombia.
efajardo@ut.edu.co. Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-3144-3325>

² Profesora Universidad Nacional de Trujillo- Perú. Coordinadora Redesam Internacional.
zoilaeleton@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-5040-7042>.

³ MSP, MSC.C. Graduado Gerontología. Profesora Universidad del Norte. Departamen-
to de Salud Pública. lmalonso@uninorte.edu.co. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-7935-8042>

Según la Organización Mundial de la Salud, entre el 2000 y 2050 en el mundo la proporción de adultos mayores se duplicará, pasando del 11 al 22 %. Es decir, este grupo de edad pasará aproximadamente de 605 millones a 2000 millones en el transcurso de medio siglo (1).

En América Latina y el Caribe, como lo expresa la Cepal, uno de cada cuatro hogares incluye a una persona mayor (2). Según un reporte de las Naciones Unidas, se prevé que la población de adultos mayores en esta región se duplique entre 2017 y 2050 de 76 a 198 millones (3).

Para Colombia, conforme al Censo Nacional de Población y Vivienda de 2018 (DANE), para 2019 se proyectó un total de 6 509 512 personas de 60 años o más, lo que representó el 13,2 % de la población total para ese mismo año (4).

La tendencia demográfica a nivel mundial se debe principalmente a dos razones: el aumento en la esperanza de vida y el descenso de la natalidad, lo que se traduce en un incremento cada vez más evidente de adultos mayores. Esto supone un reto para las sociedades, fundamentalmente en el contexto económico, en el sostenimiento del sistema pensional y el ámbito sanitario con el incremento en las necesidades de cuidados y atención para esta población.

Este triunfo demográfico, que se ha convertido en una globalización del envejecimiento, es uno de los retos más importantes del presente siglo, por las profundas consecuencias e implicaciones sociales, éticas, económicas, políticas, culturales, psicológicas, espirituales y de salud. Sin embargo, también encierran una gran oportunidad para las políticas sociosanitarias enfocadas en los derechos humanos y en el cuidado de la vida para lograr el bienestar de esta población.

El envejecimiento se ha visto como un proceso complejo de cambios biológicos, físicos y psicológicos caracterizado por la decadencia y declive de estas funciones. Sin embargo, esta visión negativa no permite tener en cuenta y aprovechar las potencialidades que se conservan en esta edad, y aún más, las numerosas contribuciones y las posibilidades que pueden desarrollar las personas mayores.

La ampliación de la esperanza de vida ofrece oportunidades para esta población, sus familias y para la sociedad en su conjunto. No obstante, el alcance de esas contribuciones depende en gran medida de un factor: la salud. Según la Organización Mundial de la Salud, las tasas de discapacidad grave se han reducido en los países de ingresos altos a lo largo de los últimos 30 años, pero no se ha registrado cambio alguno en la discapacidad ligera o moderada en este mismo periodo.

En este aspecto, es importante ahondar y realizar más estudios con el objetivo de alertar a la comunidad acerca de los riesgos que presenta el adulto mayor y desde los entes gubernamentales fortalecer los programas, así como las políticas de prevención para esta población.

Cabe mencionar que el envejecimiento es un proceso normal de cambio relacionado con el tiempo, inicia con el nacimiento y continua durante toda la vida (5), por lo tanto, no es una enfermedad.

Ante este panorama, se necesita un abordaje que mantenga y mejore la calidad de vida y bienestar en las personas mayores; es así que en el Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud (6), que presenta la Organización Mundial de la salud, propone el “envejecimiento saludable”, y lo define como “el proceso de desarrollar y mantener la capacidad funcional que permite el bienestar en la vejez, por medio del fomento y mantenimiento de la capacidad intrínseca (capacidades físicas y mentales), o permitir que alguien con una disminución de la capacidad funcional logre hacer las cosas que crea importantes”. Así mismo, menciona que es urgente una acción de salud pública integral sobre el envejecimiento, centrado en las necesidades de esta población y con un enfoque intersectorial y que debe ser tomado en cuenta en todas las políticas y niveles de gobierno de los países.

En este contexto, el Estado colombiano ha establecido el Programa Colombia Mayor y adoptado la Política de Envejecimiento y Vejez. A su vez, es aliado de la Federación Iberoamericana de Asociaciones de Personas Adultas Mayores, todo esto con el objetivo de proteger y apoyar a las personas de la tercera edad.

Este volumen presenta en los artículos publicados sobre las personas mayores, un panorama internacional que muestra como en los diferentes países se está trabajando en la búsqueda de la calidad de vida y el abordaje integral de los adultos mayores. De igual manera, hace referencia a la realidad que viven algunas de estas personas, que además de tener que adaptarse a las modificaciones propias del envejecimiento a nivel biológico, psicológico, mental, funcional y social, deben afrontar patologías que pueden o no, aparecer en esta etapa de la vida y afectar su salud y bienestar.

Las experiencias publicadas en este volumen muestran que conocer los cambios que se producen durante el proceso de envejecimiento y los fenómenos que lo caracterizan, es de vital importancia para el diseño e implementación de programas y proyectos dirigidos a promover un envejecimiento activo y saludable que proporcione salud, bienestar y eleve la calidad de vida a las personas mayores, su grupo familiar y social.

REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud. *Envejecimiento y ciclo de vida*. 2020. <https://www.who.int/ageing/about/facts/es/>
2. Organización de Naciones Unidas. *Cepal*. 2020. <https://www.cepal.org/es/infografias/personas-mayores-america-latina-caribe>
3. Organización de Naciones Unidas. *World Population Ageing*. 2017. https://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WPA2017_Highlights.pdf
4. Ministerio de Salud y de Protección Social. 2020. *Envejecimiento y Vejez*. <https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/promocion-social/Paginas/envejecimiento-vejez.aspx>
5. Melzert S, Bare B, Hinkle J, Cheever K. *Enfermería médico quirúrgica*. 12 edición. Ed. Wolkerst Klumer; 2017. p. 201.
6. Organización Mundial de la Salud (OMS). Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud. Ginebra: OMS; 2015. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186471/WHO_FWC_ALC_15.01_spa.pdf;jsessionid=39FADDF3D6ED49E3765E97126655FD28?sequence=1
7. Organización Mundial de la Salud (OMS). *Envejecimiento y salud*. 2020. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/envejecimiento-y-salud>
8. Triadó Tur C. Envejecimiento activo, generatividad y aprendizaje. *Aula Abierta*. 2018; 47 (1): 63-66. doi: <https://doi.org/10.17811/rife.47.1.2018.63-66>