

Boletín No. 60



Foto: Tomada de Shutterstock

### **Abuelos en Colombia se sienten más felices, pero preocupa el estado de su salud mental: estudio Universidad CES**

- *El 44,2% de los adultos mayores tienen riesgo de conducta suicida en cinco ciudades de Colombia. Pereira es la ciudad del país donde el 62,5% de los abuelos presentan riesgos superiores que ameritan atención especializada de profesionales en salud física y mental.*
- *Por el contrario, menos del 15% de la población mayor consume sustancias legales e ilegales como tabaco o cigarrillo, cannabis, cocaína, anfetaminas, tranquilizantes u otras. El 8,1% de los consultados consume varios medicamentos de forma simultánea.*
- *En general la mayoría de los abuelos se sienten felices. El puntaje de felicidad fue alto para el 73% de los encuestados de las cinco ciudades con proporciones similares entre ellas superiores al 65%.*

Video [aquí](#) de la Dra. Doris Cardona Arango, líder de la investigación.

**Medellín, octubre de 2022.** Un preocupante deterioro en la salud mental de la población adulta mayor evidenció un estudio adelantado por investigadores de la Universidad CES de Medellín en cinco ciudades principales de Colombia.



La investigación *Salud y bienestar mental de la persona mayor en cinco ciudades de Colombia 2021* surgió con el propósito de comparar el estado de la salud mental y el bienestar mental de las personas mayores en las ciudades de Bucaramanga, Medellín, Pereira, Popayán y Santa Marta.

El estudio financiado por el Ministerio de Ciencia y Tecnología y la Universidad CES incluyó una investigación cuantitativa, observacional de tipo analítico transversal (cross-sectional), donde se encuestaron 2506 personas de 60 años y más de edad en Bucaramanga (96.748), Medellín (407.879), Pereira (78.127), Popayán (42.710) y Santa Marta (56.251), según las proyecciones poblacionales del Departamento Administrativo Nacional de Estadística (Dane).

Con este estudio se promueven los hábitos y estilo de vida saludable al desestimar el acceso a los servicios de salud como única vía para mantenerse sano, la reducción en la utilización de los recursos sociales y la constitución de las redes de apoyo y red de instituciones que propicien programas donde se privilegie lo positivo sobre lo negativo, fomenten el bienestar subjetivo y busquen un envejecimiento activo, saludable y digno. Además de posibilitar la formulación de políticas públicas que beneficien directamente a las personas mayores actuales, mejorando su satisfacción con la vida, calidad de vida y por ende su felicidad.

Al frente del análisis estuvieron los investigadores Dra. Doris Cardona Arango, Dra. Angela Segura Cardona, Dra. Alejandra Segura Cardona y el Dr. Carlos Arturo Robledo Marín, docentes de la Escuela de Graduados y la Facultad de Medicina, ambas de la Universidad CES.

## **Hallazgos en salud mental**

En la salud mental se indagó por tres situaciones propias de la vejez y la longevidad, tales como el comportamiento suicida, de alta prevalencia en personas mayores de los países desarrollados pero poco explorados en Colombia; la afición al juego, no necesariamente de juegos de azar; tema de interés en grupos de personas jóvenes, pero cada vez estamos viendo la aparición de más casinos y salas de juego, solamente para personas mayores, lo que indica que este fenómeno va en aumento sin que nos percatemos de sus consecuencias en la sociedad, y el consumo de sustancias psicoactivas, orientado en esta investigación desde la perspectiva del consumo de medicamentos y otras sustancias de venta libre en el mercado.

En las cinco ciudades se halló que el 44,2% de los adultos encuestados presentan algún tipo de riesgo que requiere una conducta a seguir respecto a la ideación suicida. No obstante, el 55,8% de la población mayor cuenta con un bajo riesgo. Por ciudades, en Pereira se encontró un 62,5% con riesgos superiores que requieren atención especializada, por parte de profesionales de la salud física y mental.



Por el contrario, menos del 15% de la población mayor consume sustancias legales e ilegales como tabaco o cigarrillo, cannabis, cocaína, anfetaminas, tranquilizantes u otras. El 8,1% de los consultados consume varios medicamentos de forma simultánea.

Entre tanto, uno de cada tres abuelos tiene afición al juego en las ciudades evaluadas. El chance, los juegos de mesa, la lotería, el Baloto y Súper astro son los juegos más reportados. El 13,6% de las personas mayores aficionados a los juegos manifestaron haber realizado en algún momento de su vida apuestas en dinero siendo este uno de los criterios para establecer el riesgo de juego patológico, donde, el 25,5% de estos no tienen ningún riesgo de padecer ludopatía. Medellín es la ciudad donde más adultos mayores tiene afición.

### **Resultados en bienestar mental**

En el bienestar mental de la persona mayor se aportó evidencia desde tres variables positivas, que se alejan de la enfermedad y le permiten vivir en sociedad, como: el bienestar psicológico que abarca diferentes aspectos de la vida y le permiten “vivir mejor”, la felicidad como estado y como proceso mental que le ayuda a las personas el máximo disfrute de la vida; y la calidad de vida, entendida como la percepción individual de las condiciones de vida y la satisfacción con la vida. Acá también la salud mental contribuye a la salud social, por lo tanto, en la persona mayor, estar bien le garantiza una mayor calidad de vida, independiente de los padecimientos y las limitaciones.

Sobre el bienestar psicológico, medido como tener mucha fortaleza, es del 38,3% en las cinco ciudades de estudio, con mayor porcentaje en Bucaramanga con el 52,1%, mientras la menor proporción se encontró en los residentes de Pereira con el 28,6%. Esta condición está asociada con condiciones demográficas, sociales, económicas, del estado de salud físico, y de la salud mental.

Otro aspecto es la felicidad: en general la mayoría se siente feliz. El puntaje de felicidad fue alto para el 73% de los encuestados (390.415 personas mayores) de las cinco ciudades con proporciones similares entre ellas (superiores al 65%), excepto en la ciudad de Pereira donde se encuentra que solo el 43% de los mayores alcanzó esta clasificación.

Finalmente, sobre la calidad de vida se evaluó el estado de salud física y mental, la capacidad funcional, la seguridad económica y el apoyo social y familiar recibido. En ese sentido, se encontró que la percepción de la buena calidad de vida fue del 29,2% de ellos, predominando la moderación en su sentir (47,4%) y como mala la percibió el 23%. Seis de cada diez mayores residentes en la ciudad de Bucaramanga percibieron mejor calidad de vida, seguidos de los de Popayán (tres



de cada diez), en Santa Marta, Medellín y Pereira esta buena opinión solo fue para dos de cada diez encuestados.

### **Con los resultados del estudio se busca posibilitar:**

- Cambio de mirada positiva de la vejez, al posibilitar el conocimiento de cómo lograr llegar a viejo con mejor calidad de vida, felicidad y bienestar.
- Estimación de la demanda de servicios de salud mental, al mostrar el panorama presente y futuro que rodea a las personas mayores de hoy y las necesidades del mañana.
- Reducción de las condiciones multimórbidas como: depresión, soledad, ideación suicida y consumo de sustancias psicoactivas (legales e ilegales) tanto en personas mayores, como sus familias, mediante la identificación de los factores de protección que pueden ser fortalecidos.
- Diseño de políticas y programas que garanticen el disfrute del derecho a una vida digna de los viejos de hoy y del mañana, pero cada vez más funcionales, saludables y activos, dado que representan un número mayor cada día. ¡Abogamos de esta forma, por el derecho a envejecer y morir dignamente!
- Implementación de medidas tempranas que propicien la felicidad, la calidad de vida, la dignidad y la autonomía de las personas mayores, que garanticen una vida activa, saludable, desde una perspectiva de un goce efectivo de derechos, indistinto de la edad que se tenga.

Contacto para periodistas:

#### **Sergio Ocampo Rivera**

Periodista | Oficina Comunicación Organizacional

Universidad CES

Celular: 3162921954

Teléfono: (4) 4440555 Ext. 1973

E-mail: [socampo@ces.edu.co](mailto:socampo@ces.edu.co)