

# CARACTERÍSTICAS BIOPSIICOSOCIALES DEL ADULTO MAYOR DE 45 AÑOS. BARRIO LAS AMÉRICAS. POPAYÁN 2004

Gilma Pérez de Vera\*, Luz Stella Domínguez Hurtado\*\*,  
Martha Isabel Granda Sánchez\*\*, Soraya del Mar Perafán Herrera\*\*

## RESUMEN

*En Popayán se realizó un estudio descriptivo transversal, con el objetivo de determinar las características biopsicosociales de los adultos mayores de 45 años de un barrio de Popayán, estrato tres, que consta de 275 casas distribuidas en 12 manzanas, en las cuales a través de un censo puerta a puerta en aquellas cuya nomenclatura termina en dígito par, se obtuvo la muestra de 150 adultos, a quienes se les aplicó un cuestionario, con 41 ítems sobre: características sociodemográficas, necesidades básicas basadas en la escala de Maslow, funcionalidad medida con la escala de KATZ modificada, depresión evaluada a través de la Escala de Yesavage para depresión en geriatría y morbilidad sentida. Entre los resultados se encontró: el promedio de edad fue de 60.5 años con una edad mínima de 45 y máxima de 95, la mayoría de los adultos mayores son de género femenino, casados, católicos, bachilleres, su principal fuente de ingreso es de pensión y trabajo, sus ingresos mensuales se encuentran en su mayoría entre uno y dos salarios mínimos, la mayor parte de la población no dependen de un tercero para su cuidado, ingiere una dieta equilibrada, es independiente para realizar actividades básicas e instrumentales según la escala de KATZ modificada, practican ejercicio, están satisfechos con su proceso de envejecimiento, no presentan ningún grado de depresión, según la Escala de Yesavage; menos de la mitad de la población padece de alguna enfermedad y de estos la mayoría son enfermedades crónicas y la mayoría de estas personas no tiene ningún esquema de vacunación. Del estudio se concluye que mantienen un estilo de vida saludable en cuanto a nutrición, sueño y ejercicio y no presentan alteraciones marcadas de depresión.*

**Palabras clave:** Adulto mayor; Características biopsicosociales.

---

Recibido para evaluación: Febrero 19 de 2006. Aprobado para publicación: Mayo 15 de 2006

\* Enfermera, Magíster en Enfermería del Adulto y Anciano. Profesora Titular. Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad del Cauca.

\*\* Estudiantes Décimo Semestre de Enfermería de la Universidad del Cauca. Dic. 2005.

Correspondencia: Departamento de Enfermería. Carrera 6 No. 13N50, Popayán. Telefax.: 8236252. e mail: gilmaperez50@hotmail.com

## ABSTRACT

*A transverse descriptive studio was realized with the objective of determining the biopsicosocial characteristics from older adults than 45 years at Popayán neighborhood. The sample was of 150 adults to whom were applied a questionnaire where variables like: sociodemographic characteristics, basic necessities, functionality, mental appraisal and felt morbidity were included. Among the results were found: the number of women was superior to the number of men, the average of age was of 65 years with a minimum age of 45 years, and maximum one of 95 years that correspond to female sex, the majority are catholic married, bachelors, their source of incomes is a pension and the job, their monthly incomes are founded in the majority between one or two minimum salaries, in their majority do not depend on a third person for their care, they ingest a balanced diet, they are independents to make basic and instrumental activities, they practice exercise, they are satisfied with their process of aging, they do not present any grade of depression, less than the half of population suffers some illness specially chronic ones and most of the part does not any vaccination scheme. One of the conclusions is that they do not have a style of healthy life related to nutrition, sleep and exercise and mental health.*

**Key words:** *Older adults, biopsicosocial characteristics.*

## INTRODUCCIÓN

Envejecer es un reto al cual no todos los seres humanos alcanzan a llegar, solo lo logran aquellos que han superado los múltiples obstáculos sociales, biológicos y psicológicos que se presentan a lo largo de la vida. Sin embargo envejecer es un proceso que requiere de ciertas condiciones, las cuales en Colombia se han visto alteradas por diversos factores. En este país se vive una rápida transformación demográfica por el incremento de la población mayor de 45 años, la cual se ha quintuplicado de 1950 al 2001 y se espera una duplicación progresiva en los próximos años.

Esta situación se considera un desafío futuro el cual se convierte en un problema incrementado por la pobreza, teniendo en cuenta que de tres millones de personas mayores, el 89 % no tiene seguridad social, 42% sin ingresos, 40% con menores a cargo, 52% analfabetas, 42% indigentes y tan solo un 11% con seguridad social y salario mínimo<sup>1</sup>. La población colombiana envejece y no en las mejores condiciones, El objetivo es describir las características biopsicosociales del adulto mayor de 45 años de un barrio estrato tres de Popayán. Éste barrio es uno de los mas antiguos de la ciudad, con gran población de adultos mayores de 45 años, donde no se ha realizado un diagnóstico de necesidades en cuanto a aspectos biopsicosociales, mediante un estudio descriptivo transversal; con el propósito de aplicar estrategias de mantenimiento y promoción de hábitos saludables a la luz de la reglamentación vigente en salud.

El adulto mayor según la Resolución 412 de 2002 se describe como la persona mayor de 45 años; quien presenta riesgo a enfermedades crónicas y cambios en su entorno social: como aislamiento, desinterés, abandono, reducción en los ingresos económicos y en algunos casos, pérdida del rol como miembro de la familia y la sociedad.

## MATERIALES Y METODOS

**Es un estudio descriptivo transversal.**

**Población:** Adultos mayores de 45 años de un barrio nivel socioeconómico medio de Popayán, el cual es uno de los mas antiguos de la ciudad con 275 casas distribuidas en 12 manzanas.

**Selección de la muestra:** Se aplicó un muestreo probabilístico estratificado y se obtuvo la muestra representativa de 74 casas y con el dato anterior se procedió a realizar un censo puerta a puerta en las viviendas cuya nomenclatura terminara en digito par, es decir a través de un muestreo estratificado simple de pares, donde cada investigadora, previa identificación y explicación del objetivo del estudio investigativo indagó acerca de cuantas personas mayores de 45 años vivían en cada casa, posteriormente basándose en los criterios de inclusión y exclusión se definió en 150 el numero de adultos mayores de 45 años residentes en esas viviendas;

**Instrumentos utilizados:** se aplicó un cuestionario dirigido con preguntas abiertas y cerradas; dividido en cinco capítulos: Aspectos sociodemográfico, necesidades básicas basado en la escala de Maslow, funcionalidad a través de la escala de Katz modificada, Escala de Yesavage para medir depresión geriátrica y morbilidad sentida.

Al cuestionario se le aplicó prueba de validez y confiabilidad, juicio de expertos; posterior a esto se hicieron correcciones necesarias y se realizó la prueba piloto, al 10% de la muestra en un barrio de características semejantes.

**Técnicas de análisis:** los datos obtenidos se tabularon y analizaron a través del paquete estadístico EPIINFO 2000.

## RESULTADOS

Con respecto a la edad, el mayor porcentaje (45.3%) corresponde a los individuos que se encuentran en el grupo de 45-59 años, es de destacar que el promedio de edad es de 60.5 años donde la menor edad es 45 y la mayor es 95 años; según el sexo el mayor porcentaje lo presentó el femenino con un 54.6%, el 79.3% de la población a estudio es procedente de Popayán.

De acuerdo a la religión, la más practicada es la católica con un 78.6% y el 68.6% son casados. Según la escolaridad el

42.6% de la población son bachilleres. Con respecto a la fuente de ingresos mensuales el mayor porcentaje corresponde a la pensión con un 40.6% y el mayor porcentaje con respecto al salario devengado mensualmente es de 38% con 1-2 salarios mínimos. El 90% de la población a estudio no depende de otra persona para su cuidado (Tabla 1).

Con respecto a las necesidades se revisaron aspectos sobre nutrición, descanso, sueño y ejercicio. Para analizar los aspectos de nutrición se contó con la asesoría de la nutricionista de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad del Cauca, quien indicó que los adultos mayores mantienen una dieta balanceada si consumen cinco de los ocho grupos de alimentos, mínimo cuatro veces por semana en las porciones adecuadas; una dieta parcialmente balanceada si consumen menos de cuatro de los ocho grupos de alimentos en porciones adecuadas o inadecuadas y una dieta no balanceada si consumen una dieta hiper o hipoproteica, glucida o grasa en porciones adecuadas o no. Se observó que el 49.3% llevan una dieta balanceada, el 44% mantienen una dieta parcialmente balanceada y el 6.6% consumen una dieta no balanceada. Entre el porcentaje de adultos mayores que mantienen una dieta balanceada la mayoría con un 23.3% se encuentra en edades entre 45 – 59 años y la minoría con un 6.6% tiene 75 o más.

De los 150 adultos mayores de 45 años, el 100% consideran que tienen un descanso adecuado durante el día y el 46% refiere dormir más de 8 horas; el 78% de la población

**Tabla 1.** Características sociodemográficas del adulto mayor de 45 años de un barrio de Popayán, 2005.

Variable	Característica	Frecuencia	Porcentaje
Edad	45 – 59 A.	68	45.3%
Sexo	Femenino	82	54.6%
Religión	Católica	118	78.6%
Pareja estable	Si.	85	56.6%
Escolaridad	Bachiller	64	42.6%
Fuente de ingresos	Pensión	61	40.6%
Ingreso mensual	1–2 Salarios mínimos	57	38%
Dependencia para el cuidado	Independientes	135	90%

duermen bien, por otra parte el 56% de los adultos mayores realizan algún tipo de ejercicio.

Con respecto a la vivienda, se observa que el 72% habita en vivienda propia, el 15.33% vive en la casa de algún familiar y el 12.66% restante paga arriendo.

En cuanto a los servicios públicos el 100% cuenta con todos los servicios básicos; el 88% tiene afiliación a salud, perteneciendo el 100% de estos al régimen contributivo.

En cuanto a las relaciones con las personas que los rodean el 88% está satisfecho con las relaciones con su familias, el 56% tiene pareja y están satisfechas con sus relaciones y el 90.69% corresponde a los individuos que están satisfechos con las relaciones con sus amigos; el 70.6% está satisfecho con su proceso de envejecimiento. De la población a estudio el 84% no pertenecen a ningún grupo de adulto mayor. (Ver Tabla 2).

Respecto a funcionalidad: se aplicó la escala de KATZ modificada que evalúa la independencia para las actividades básicas cotidianas (ABC) e instrumentales; se dividie-

ron los resultados de esta escala en: dependencia total, dependencia parcial e independencia; se observó que: el 90% de la población de adultos mayores de 45 años es independiente respecto a funcionalidad en sus actividades básicas cotidianas e instrumentales, existe un 6.7% de dependencia total y un 3.3% de dependencia parcial.

En lo relacionado con depresión, se evaluó con la escala de Yesavage para depresión geriátrica y se observó que el 53.3% de los adultos mayores presentan una escala de Yesavage normal, un 38% depresión leve y un 8.7% depresión moderada.

Al describir la morbilidad sentida de la población a estudio se puede observar que el 50% asiste al medico y de estos el 38% padecen realmente de alguna enfermedad, del 50% restante (no asistentes al medico), el 2% padece de enfermedad para un total de 40% de población enferma de la cual el 26.6% sufre de enfermedades crónicas y el 14.4% restante con enfermedades agudas.

Respecto al esquema de vacunación del adulto mayor que incluye vacunas como Influenza, Neumococo, Hepatitis B

**Tabla 2.** Necesidades básicas del adulto mayor de 45 años de un barrio de Popayán, 2005.

Variable	Característica	Frecuencia	Porcentaje
Nutrición	Balanceda	74	49.3%
Descanso	Si	150	100%
Hábito de sueño	> 8 Horas	69	46%
Calidad del sueño	Duermen bien	117	78 %
Ejercicio	si	84	56%
vivienda	propia	108	72%
Servicios. Públicos	completos	150	100%
Buena Salud	Si	132	88%
Satisfacción familiar	Si	132	88%
Satisfacción con la pareja	Si	84	56%
Satisfacción con los amigos	Si	136	90.6%
Satisfacción con el Envejecimiento	Si	106	70.6%
Partencia a grupos	No	126	84%

y Tétanos, en la población a estudio un 21.3% tienen esquema incompleto de vacunación, tan solo un 1.3% tiene el esquema completo y el 77.3%, no tiene ninguna de las vacunas del esquema.

## DISCUSIÓN

Respecto a la edad las cifras halladas en el estudio se relacionan con el censo del DANE de 1993, donde se estima el aumento de los adultos mayores, primando el sexo femenino, sobretudo en áreas urbanas<sup>2</sup>. Esto se debe a los avances en salud que han logrado aumentar la expectativa de vida en los últimos años y al desplazamiento por la violencia que han hecho migrar a los habitantes de la zona rural hacia la ciudad.

Según la religión se corrobora que son personas que tienen muy arraigadas sus costumbres y creencias religiosas, que puede estar relacionado con una mayor estabilidad emocional, asumir de manera adecuada los roles ante la vida y afrontar cada una de las etapas del ciclo vital.

En cuanto a la afiliación al régimen de seguridad social, se relaciona porque la mayoría de estos adultos son pensionados y debido a las políticas del estado de 1950 donde se produjo un beneficio a todas las personas que han cumplido con el número de semanas requeridas para pensionarse, del dinero que reciben se les descuenta una parte destinada a la seguridad social.

No hay relación directa entre edad y sueño puesto que teóricamente entre mayor es el rango de edad menos horas duerme el adulto mayor por las alteraciones del envejecimiento.

Respecto a las alteraciones del sueño, un estudio de la Universidad Nacional de Colombia reporta que uno de cada tres adultos mayores padece de insomnio, otros duermen en exceso y otros simplemente duermen pero muy mal y por esto viven cansados y estresados; sin embargo en el presente estudio no se encontraron porcentajes altos de dichas alteraciones.

En lo relacionado al ejercicio físico, según Victoria E. Arango L. Geriatra clínica de la Pontificia Universidad Javeriana de Bogotá, Colombia; en el artículo *Los Viejos*

*Saludables se mueven más*, el ejercicio es uno de los parámetros básicos para llegar saludable, activo y feliz a la edad adulta, se debe realizar mínimo tres veces por semana con una duración de 30 minutos diarios, con un horario establecido y en unas condiciones particulares; esto se relaciona con la población a estudio, quienes en su mayoría realizan ejercicio moderado y rutinariamente, evidenciándose en el estado de salud actual de dicha población.

Respecto a la funcionalidad la alteración de actividades instrumentales, puede estar relacionada con los cambios normales del envejecimiento, es decir hay actividades instrumentales como: ir a comprar víveres solo, subir escaleras solo y tomar medicamentos sin ayuda entre otras que se ven alteradas por los procesos normales del envejecimiento, por lo cual si se presentan únicamente estas alteradas no significa dependencia.

Dentro de la población a estudio la mayoría de adultos se encuentra en el rango de 45-59 años, es decir son individuos que aun no están tan afectados por las alteraciones del envejecimiento y además no padecen de patologías que los imposibiliten para la realización de actividades por lo cual tienen un grado de independencia elevado para actividades básicas e instrumentales.

En Colombia los adultos mayores se ven afectados y sometidos a gran estrés, ellos aún sostienen económicamente sus hogares, tienen bajos ingresos económicos y menores a cargo, lo que altera el estado mental de estos individuos ocasionando altos grados de depresión<sup>3</sup>, sin embargo en la población a estudio esta situación no se presenta, porque las personas de este estudio expresaron tener necesidades básicas satisfechas y ser independientes tanto económica como funcionalmente.

La resolución 412 del Ministerio de Protección Social habla acerca de la alta incidencia de enfermedades crónicas en el adulto mayor, debido a las alteraciones del envejecimiento; los malos hábitos de vida durante tiempo prolongado, y poca medidas de prevención para disminuir las complicaciones<sup>4</sup>.

En el tema de vacunación los altos porcentajes de esquema incompleto y ninguna vacuna, se relaciona principalmente con la desinformación acerca del tema, además del posible

2 DANE. Dirección Departamental de Salud del Cauca, proyección de la población del censo. Bogotá.1993.

3 DIRECCIÓN DEPARTAMENTAL DE SALUD DEL CAUCA. En: DANE Proyección de la población del censo de 1993. Bogotá. p 47.

4 MINISTERIO DE PROTECCIÓN SOCIAL. Resolución 412. Bogotá 2002.

temor de muchos adultos a la aplicación de estas vacunas debido a la reacción que puede desencadenar en algunos organismos principalmente en los enfermos e inmuno-suprimidos; por lo cual actualmente no se puede vacunar a los adultos sin antes una valoración medica que evalúe riesgos.

Finalizada la fase investigativa se realizó una jornada de promoción de la salud para los adultos mayores del área de influencia del Centro Universitario de Salud con participación multidisciplinar de las Enfermeras investigadoras, la psicóloga, Fisioterapeutas y dos internos de medicina.

### AGRADECIMIENTOS

Las autoras expresan sus agradecimientos a los habitantes del Barrio las Américas de Popayán, a la Oficina de Catastro Agustín Codazzi, al personal docente y administrativo de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad del Cauca y del Centro Universitario de Salud Alfonso López.

### BIBLIOGRAFÍA

1. **Beverly Witter Du Gas.** Tratado de enfermería practica. 4 Ed. México. Interamericana, 1997.
2. **Brunner y Suddarth.** Enfermería medicoquirúrgica. 8 Ed. . Vol. I , pag 11. McGraw-Hill Interamericana. México 1999.
3. **Camacho A, Wiswell M.** Proyecto Adulto Mayor. Gobierno del Distrito de Bogotá. Instituto Distrital para la Recreación y el Deporte. Bogota 2000.
4. **CESTRA.** Fundación Centro de estudios e investigación del trabajo.1992. Bogotá
5. **Dirección Departamental de Salud del Cauca.** En: DANE Proyección de la población del censo de 1993. Bogotá.
6. **Fernández L, Narváez, Y.** Perfil epidemiológico del adulto mayor de 50 años pertenecientes a grupos comunitarios, Timbío 1996. Tesis (Enfermera). Universidad del Cauca. Facultad de ciencias de la salud. Departamento de enfermería.
7. **Gómez J, Curcio C. Gómez DE.** Valoración integral de la salud del anciano, Información y Publicaciones. Manizales 2002(10). 43 – 49.
8. **López G. Pérez G.** Efecto de un programa de autocuidado del “Centro día” ancianato San Miguel de Cali.1990. Tesis (Maestría en adulto y anciano) Universidad del Valle.
9. **Ministerio de Protección Social.** Resolución 412. Norma técnica para la detección de las alteraciones del adulto mayor de 45 años. Bogota 2002.
10. **Pollety R.** La teoría de enfermería de Dorothea E. Orem. Asociación Nacional de enfermeras: fundamentos conceptuales de la profesión de enfermería. Manual educativo. Vol. 5 N. 42. Bogotá, 1987. p. 110.
11. **Sociedad Española de Medicina.** Versión española del cuestionario de Yesavage abreviado para el despistaje de depresión en mayores de 65 años. Medifam. Vol.12. N. 10.Madrid dic.2002.
12. **Universidad Javeriana.** Instituto de envejecimiento. Manual del apoyo para el diagnostico de demencia. Clínica de memoria. Facultad de Medicina. Bogotá. 2003