

La Voz de los Mayores

Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM) • Revista N. 2 • I semestre del 2006



Conozca a su nuevo aliado:
el **Plan Estratégico**
2006-2012

• **Eugenio Rodríguez,**
Premio Magón 2005

• **CONAPAM y JUPEMA**
juntos por los jubilados

• **Descubra**
por qué vivimos tanto los ticos



¿Por qué vivimos tanto los ticos?

Un estudio único en el país busca conocer los factores que determinan un envejecimiento saludable así como la elevada esperanza de vida de los costarricenses

Los hombres costarricenses de ochenta años pueden esperar vivir un promedio de 8.2 años de más. Esta esperanza de vida es más alta que en cualquier otro país del mundo.

El Centro Centroamericano de Población (CCP) de la Universidad de Costa Rica lleva a cabo un complejo estudio longitudinal de Longevidad y Envejecimiento Saludable con una muestra de tres mil personas adultas mayores costarricenses.

El programa se inició en el 2004 gracias a una subvención de la Fundación Wellcome Trust, CRELES - Costa Rica.

El estudio es un programa combinado de investigación, capacitación y acción social para preparar a Costa Rica y otros países de la región a hacer frente el reto del rápido envejecimiento poblacional.

Sus actividades se centran en descifrar las causas de la excepcional longevidad de las personas adultas mayores costarricenses, así como en poder identificar los factores que llevan a un envejecimiento saludable.

Luis Rosero-Bixby, director del CCP, explicó que el estudio tendrá cinco años de duración y tiene como objetivo principal identificar los determinantes de la salud.

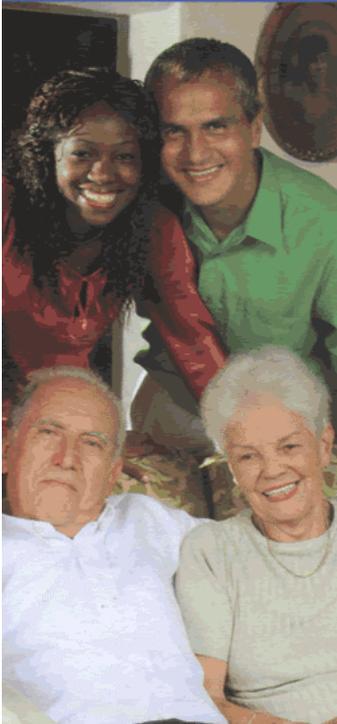
"Lo primero es medir la esperanza de vida, el estado de salud y los determinantes próximos, como colesterol, hipertensión y otros. En segundo lugar, queremos identificar sus factores. Actualmente, no hay estudios de población en Costa Rica para eso y hay una ausencia casi total de estudios con adultos mayores", indicó Rosero-Bixby.

El motivo para realizar esta investigación es que tanto en Costa Rica como en América Latina la población va a envejecer rápidamente, con dos consecuencias importantes: una sobre los regímenes de pensiones y la segunda en la salud.

Algo muy interesante

"Se sabe –comenta Rosero– que en los adultos mayores un porcentaje significativo de los gastos va al cuidado de la salud. Por eso es muy importante tener claro cuál es su situación y debería ser meta para las políticas públicas que las personas envejecen de forma saludable".

El estudio comenzó en abril del 2004 y tras seis meses de planificación, en noviembre, arrancó el trabajo de campo con las entrevistas. Desde entonces ha transcurrido casi año y medio.



6

La Voz de
los Mayores

Durante los primeros dos años se realizaron entrevistas a tres mil adultos mayores en todo el país, y los dos años siguientes esas mismas personas volverán a ser entrevistadas para determinar los cambios que han ocurrido en su salud, así como sus determinantes.

La encuesta también pregunta sobre redes de apoyo, transferencias, uso de servicios públicos y pensiones.

Un aspecto importante de esta investigación es que logra detectar cómo cambia la situación de una persona a lo largo de su historia y esto marca la diferencia en relación con muchos estudios transversales que comparan la situación de una persona de sesenta años con una de setenta y de ahí se infiere la diferencia entre los dos como consecuencia del envejecimiento. Explica, Rosero, que no necesariamente es así.

"Con este estudio longitudinal veremos la evolución y supervivencia de los adultos mayores en Costa Rica, que de hecho tienen, sino la más alta, una de las más altas esperanzas de vida en el mundo. Queremos confirmar eso y ver por qué sucede".

La investigación contempló personas de sesenta años y más en enero del 2005. También, hay un sobre muestreo de adultos en edades extremas, sobre todo los centenarios que habitan las zonas contempladas en el estudio.

A la fecha ya se ha entrevistado a un total de dos mil adultos mayores y se están preparando los primeros estudios preliminares,

que en el mes de junio se presentarán en dos ponencias, durante la reunión de la Asociación de Población de los Estados Unidos. También se espera llevar al CONAPAM un primer informe preliminar de resultados en los próximos meses.

A manera de ejemplo, Rosero-Bixby señala una comparación entre los personas adultas mayores hombres de Costa Rica y los Estados Unidos, muestra que una ventaja de los primeros se ubica en las enfermedades cardiovasculares.

Eso explicaría por qué la esperanza de vida es más alta. Otra clave pueden ser las redes de apoyo, que se sabe es un factor muy importante para la sobrevivencia, pues estudios hechos han demostrado que quien tiene una red de apoyo se enferma menos y vive más que el individuo solo y abandonado. "Tenemos la idea de que aquí hay más redes de apoyo y más acercamiento de la familia".

Cerrando el capítulo de los primeros cinco años, tendremos un panorama muy claro de la situación de la persona adulta mayor de Costa Rica, en términos de salud, retiro, pensiones, redes sociales, transferencias, dieta. Cuánto miden, cuánto pesan, cuál es su presión arterial... todos esos son insumos importantísimos para las políticas de salud.

El apoyo de la Fundación Wellcome Trust para ejecutar el programa CRELES es parte de una iniciativa de esa Fundación de centros regionales de excelencia para el desarrollo de las capacidades locales en investigación. El CCP ha sido seleccionado como uno de nueve centros de excelencia en el mundo.

"La esperanza de vida al nacer en Costa Rica es de 78 años en ambos sexos. El nuevo estudio busca conocer la esperanza de vida para una persona de 60 o 65 años".