

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

### El envejecimiento. Repercusión social e individual

#### The aging. Social and individual repercussion

#### O envelhecimento Repercussão social e individual

María Margarita Hechavarría Ávila<sup>1</sup>, Melba Ramírez Romaguera<sup>2</sup>, Hebert García Hechavarría<sup>3</sup>, Albert García Hechavarría<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Especialista de I Grado en Psiquiatría. Máster en Longevidad Satisfactoria. Asistente. Hospital Psiquiátrico "Luis Ramírez López". Guantánamo. Cuba. Email: [margaritaha@infomed.sld.cu](mailto:margaritaha@infomed.sld.cu)

<sup>2</sup> Especialista de II Grado en Psiquiatría. Máster en Medicina Bioenergética y Natural. Profesora Auxiliar. Hospital Psiquiátrico "Luis Ramírez López". Guantánamo. Cuba. Email: [melbar@infomed.sld.cu](mailto:melbar@infomed.sld.cu)

<sup>3</sup> Especialista de I Grado en Ginecología. Instructor. Hospital de Los Llanos, Maisí. Guantánamo. Cuba. Email: [hgarciiah@infomed.sld.cu](mailto:hgarciiah@infomed.sld.cu)

<sup>4</sup> Especialista de I Grado en Medicina General Integral. Residente de Tercer Año en Imaginología. Hospital General Docente "Dr. Agostinho Neto". Guantánamo. Cuba. Email: [agarciah1982@nauta.cu](mailto:agarciah1982@nauta.cu)

---

## RESUMEN

**Introducción:** hoy se conoce que la vida humana no está solamente determinada por el aspecto biológico del individuo, sino que está directamente influenciada por factores biológicos y ecológicos sin restar importancia a los psicológicos sociales y culturales. **Objetivo:** abordar la temática del envejecimiento y su repercusión social e individual. **Método:** se realizó una búsqueda bibliográfica que permitió a través del análisis y síntesis establecer, nexos, criterios y valoraciones concernientes al tema. Se abordan temas relacionados con los tipos de envejecimiento, repercusión del envejecimiento social e individual y su particularidad en Cuba. **Desarrollo:** el número de personas que en el mundo rebasa la edad de 60 años, aumentó en el siglo XX de 400 millones en la década del 50, a 700 millones en la década del 90. El envejecimiento primario es el proceso o grupo de procesos responsables

del conjunto de cambios observados con la edad en los individuos de una especie y no relacionados con la presencia de enfermedad. El envejecimiento secundario hace referencia al que se produce en los seres vivos cuando son sometidos a la acción de fenómenos aleatorios y selectivos. El envejecimiento individual es el proceso de evolución hasta ahora irreversible que experimenta cada persona en el transcurso de su vida mientras que el envejecimiento poblacional es el incremento del número de adultos mayores con respecto al conjunto de la población a que pertenecen. **Conclusiones:** el envejecimiento y la vejez dependen de la calidad de vida que se lleve desde el nacimiento, para envejecer con salud se deben de mejorar las condiciones de vida de toda la población independiente de la edad, sexo o etnia, brindar bienestar a las personas mayores, asegurando servicios de salud y seguridad social, una subsistencia adecuada, vivienda digna y asistencia integral, priorizando acciones de salud para los grupos más pobres.

**Palabras clave:** envejecimiento; repercusión social; tercera edad

---

## ABSTRACT

**Introduction:** today it is known that human life is not only determined by the biological aspect of the individual, but is directly influenced by biological and ecological factors without downplaying the social and cultural psychological. **Objective:** to address the issue of aging and its social and individual impact. **Method:** a bibliographic search was carried out that allowed through the analysis and synthesis to establish, links, criteria and evaluations concerning the subject. Topics related to the types of aging, the impact of social and individual aging and its particularity in Cuba are addressed. **Development:** the number of people in the world exceeds the age of 60, increased in the twentieth century from 400 million in the 50s, to 700 million in the 90s. Primary aging is the process or group of processes responsible for the set of changes observed with age in individuals of a species and not related to the presence of disease. Secondary aging refers to the one that occurs in living beings when they are subjected to the action of random and selective phenomena. Individual aging is the process of evolution until now irreversible experienced by each person in the course of his life while population aging is the increase in the number of MEAs with respect to the whole population to which they belong. **Conclusions:** aging and old age depend on the quality of life that takes from birth, to age with health should improve the living conditions of the entire population regardless of age, sex or ethnicity, provide welfare to people

elderly, ensuring health and social security services, adequate subsistence, decent housing and integrated assistance, prioritizing health actions for the poorest groups.

**Keywords:** aging; social repercussion; seniors

---

## RESUMO

**Introdução:** hoje sabe-se que a vida humana não é apenas determinada pelo aspecto biológico do indivíduo, mas é diretamente influenciada por fatores biológicos e ecológicos sem subestimar o psicológico social e cultural. **Objetivo:** abordar a questão do envelhecimento e seu impacto social e individual. **Método:** foi realizada uma pesquisa bibliográfica que permitiu, através da análise e síntese, estabelecer, links, critérios e avaliações referentes ao assunto. Tópicos relacionados aos tipos de envelhecimento, o impacto do envelhecimento social e individual e sua particularidade em Cuba são abordados.

**Desenvolvimento:** O número de pessoas no mundo com idade superior a 60 anos aumentou no século XX 400 milhões nos 50, 700 milhões em envelhecimento primário nos 90 é o processo ou grupo de processos responsável pelo conjunto de alterações observadas com a idade em indivíduos de uma espécie e não relacionadas à presença de doença. O envelhecimento secundário refere-se ao que ocorre nos seres vivos quando estes são submetidos à ação de fenômenos aleatórios e seletivos. envelhecimento individual é a evolução irreversível processo até agora experimentado por cada pessoa no curso de sua vida, enquanto o envelhecimento da população está a aumentar o número de AAMM no que diz respeito a toda a população a que pertencem.

**Conclusões:** o envelhecimento e a velhice dependem da qualidade de vida que leva desde o nascimento, até a idade com saúde deve melhorar as condições de vida de toda a população, independentemente da idade, sexo ou etnia, proporcionar bem-estar às pessoas idosas, garantindo serviços de saúde e previdência social, condições adequadas de subsistência, moradia decente e assistência integrada, priorizando ações de saúde para os grupos mais pobres.

**Palavras-chave:** envelhecimento; repercussão social; terceira idade

---

## INTRODUCCIÓN

La idea de la duración de la vida del hombre ha variado a lo largo del tiempo, según los sabios chinos, el rey Salomón, los antiguos hindúes, y el historiador griego Herótolo, la duración de la vida debía de ser entre 70 y 80 años; el poeta griego Mimnermus (siglo VII antes de nuestra era) se lamentaba en sus elegías del carácter transitorio de la vida humana y decía que la muerte alcanzaba al hombre a los 60 años; Solón uno de los sabios griegos consideraba los 80 años como el momento natural de la muerte.<sup>1</sup>

En la edad media y el renacimiento las ideas sobre la duración de la vida eran más pesimistas: El Papa Inocencio III (1161- 1216) escribió en su libro "*De contemptu mundi seu de miseria humana*" (sobre el despreciable mundo y la miseria humana) que son pocos quienes alcanzan los 40 años y los sexagenarios representan excepciones. El poeta francés del siglo XIV Eustache Deschamps (1330-1415) en el libro *Miroir de Mariage* (El espejo del matrimonio) consideraba que las mujeres alcanzaban la vejez a los 30 años y los hombres a los 50, para él 60 años era el límite de la vida humana.

Pero además de estas observaciones puramente personales, también en la historia hubo intentos de establecer científicamente la duración de la vida; desde la antigüedad se trató de encontrar una correlación entre el período de crecimiento y la duración de la vida; Aristóteles planteó esta relación, en el siglo XVIII el naturalista Bufón afirmó que la duración de la vida supera siete veces el período de crecimiento; el filósofo francés Flourence disminuyó el coeficiente a cinco y consideró que el proceso de crecimiento del organismo humano termina a los 20 años y obtuvo la cifra de 100 años.<sup>2</sup>

La opinión de los naturalistas de fines del siglo XIX y principios del XX era más optimista y algunos como el fisiólogo ruso Josef Mayer (1808-1899) sostuvo que la duración de la vida podía ser hasta 110 años.<sup>3</sup>

Hoy se conoce que la vida humana no está solamente determinada por el aspecto biológico del individuo, si no que está directamente influenciada por factores biológicos y ecológicos sin restar importancia a los psicológicos sociales y culturales.<sup>4</sup>

El desarrollo científico técnico que caracterizó al siglo XX, así como las bajas tasas de fecundidad, natalidad y la disminución de las enfermedades trasmisibles traen como consecuencia la elevación de la

expectativa de la vida de la población mundial, por tanto, un incremento de las personas mayores de 60 años.<sup>5</sup>

## **DESARROLLO**

El número de personas que en el mundo rebasa la edad de 60 años, aumentó en el siglo XX de 400 millones en la década del 50, a 700 millones en la década del 90; estimándose que para el año 2025 existirán alrededor de 1200 millones de ancianos.<sup>1</sup> También se ha incrementado el grupo de los "muy viejos", o sea los mayores de 80 años de edad, que en los próximos 30 años constituirán el 30 % de los adultos mayores (AAMM) en los países desarrollados y el 12 % en los llamados en vías de desarrollo.<sup>6</sup>

El reto social que el proceso de transición demográfica representa para las naciones, se debe a las grandes necesidades que genera desde el punto de vista económico, biomédico y social. Su repercusión sobre el sistema de salud radica en que son los ancianos los mayores consumidores (relativos o absolutos) de medicamentos y servicios de salud. A nivel estatal representa un considerable aumento de los gastos para la seguridad y la asistencia social. De la misma manera que el envejecimiento transforma sustancial y progresivamente la situación de salud individual, también influye sobre la estructura y la dinámica de la familia como célula básica de la sociedad.<sup>6</sup>

### **El envejecimiento primario**

El ancestral interés de los humanos por vivir el mayor número de años posible, unido al creciente desarrollo de la ciencia y la técnica, sustentan la tendencia actual que considera que si importante es vivir más años, es esencial que estos transcurran con la mejor calidad de vida posible.

La problemática del anciano adquiere primordial importancia y factor decisivo en las investigaciones médicas y sociales. Las investigaciones sobre el tema se dirigen ya no sólo a los aspectos relacionados con el proceso "fisiológico" de envejecer; también se pretende conocer aquellas condiciones que colocan al adulto mayor (AM) en una situación de riesgo, o potencian la disminución de sus respuestas a las agresiones del medio. Existen dos tipos de envejecimiento: el primario, intrínseco o perse y el secundario.<sup>7</sup>

El envejecimiento primario es el proceso o grupo de procesos responsables del conjunto de cambios observados con la edad en los

individuos de una especie y no relacionados con la presencia de enfermedad. Su investigación se centra en los mecanismos genéticos, moleculares y celulares que intervienen en el proceso de envejecimiento y que, de expresarse adecuadamente, condicionan lo que se ha denominado "envejecimiento con éxito".<sup>7</sup>

### **El envejecimiento secundario**

El envejecimiento secundario hace referencia al que se produce en los seres vivos cuando son sometidos a la acción de fenómenos aleatorios y selectivos, que ocurren a lo largo del tiempo de vida y que interactúan con los mecanismos y cambios propios del envejecimiento primario para producir el "envejecimiento habitual". Los principales representantes de este envejecimiento secundario son los problemas de salud de carácter crónico y los cambios adaptativos para mantener la homeostasis del medio interno. Su investigación abarca tanto la causa, prevención, desarrollo, manifestación, pronóstico y tratamiento de la enfermedad y de sus consecuencias, como lo relacionado con hábitos y estilos saludables de vida.<sup>8</sup>

Sea cual sea el tipo de envejecimiento considerado, la característica fundamental común a cualquiera de ellos es la pérdida de la reserva funcional, que condiciona una mayor susceptibilidad a la agresión externa al disminuir los mecanismos de respuesta y su eficacia para conservar el equilibrio del medio interno.<sup>9</sup>

Esta disminución de la respuesta se manifiesta inicialmente sólo bajo circunstancias de intenso estrés para luego pasar a manifestarse ante mínimas agresiones. Según se pierde la reserva funcional la susceptibilidad es mayor, aumentando la posibilidad de que cualquier nexo causal desencadene en pérdida de función, discapacidad y dependencia.

Es de destacar que aunque la edad constituye un elemento importante, se considera insuficiente como criterio aislado para evaluar, cuantificar y definir las necesidades de una persona mayor enferma.<sup>9</sup>

### **Envejecimiento individual**

En lo que concierne a la especie humana se reconocen tipos diferentes de envejecimiento, entre los que sobresalen el individual y el demográfico o poblacional. El envejecimiento individual es el proceso de evolución hasta ahora irreversible que experimenta cada persona en el transcurso de su vida mientras que el envejecimiento poblacional es el

incremento del número de AAMM con respecto al conjunto de la población a que pertenecen). Esta dualidad de interpretaciones hace que el análisis del envejecimiento deba hacerse en 2 planos diferentes: el social con implicaciones y dimensiones del micromundo y macromundo y el individual.<sup>7</sup>

El proceso de transición demográfica que tiene lugar difiere entre países. La Organización Mundial de Salud ha considerado las tasas de natalidad, mortalidad y crecimiento natural para establecer los criterios que permiten clasificarlos en cuatro grupos de transición:

- a) Incipiente: tasa de natalidad alta, mortalidad alta, crecimiento natural moderado (2,5 %).
- b) Moderada: tasa de natalidad alta, mortalidad moderada, crecimiento natural alto (3,0 %).
- c) Completa: tasa de natalidad moderada, mortalidad moderada o baja, crecimiento natural moderado (2,0 %).
- d) Avanzada: tasa de natalidad moderada o baja, mortalidad moderada o baja, crecimiento natural bajo (1,0 %).

Entre los países con transición avanzada se encuentran, por ejemplo, Japón, Italia y Grecia. En Las Américas se encuentran Argentina, Bahamas, Barbados, Canadá, Chile, Estados Unidos, Jamaica, Martinica, Puerto Rico y Uruguay, entre otros. En este grupo también está Cuba, con una población con edad de 60 o más años por encima del 15 %. En este último país toda persona que alcanza los 60 años de edad y los supera es considerada un adulto mayor.

El reto social que el proceso de transición demográfica representa para las naciones, se debe a las grandes necesidades que genera desde el punto de vista económico, biomédico y social. Su repercusión sobre el sistema de salud radica en que son los ancianos los mayores consumidores (relativos o absolutos) de medicamentos y servicios de salud. A nivel estatal representa un considerable aumento de los gastos para la seguridad y la asistencia social. De la misma manera que el envejecimiento transforma sustancial y progresivamente la situación de salud individual, también influye sobre la estructura y la dinámica de la familia como célula básica de la sociedad.<sup>10-11</sup>

La investigación abarca tanto la causa, prevención, desarrollo, manifestación, pronóstico y tratamiento de la enfermedad y de sus consecuencias, como lo relacionado con hábitos y estilos saludables de vida.

En 1980 existían en el mundo 370,8 millones de personas mayores de 60 años lo que representaba el 8,5 % de la población mundial, esta cifra se ha ido incrementando y se prevé que para mediados del presente siglo en países como China el 40 % de la población tenga más de 60 años.

Cuba, ya en el 2004 contaba con una expectativa de vida de más de 71 años y el 13,9 % de su población tenía más de 60 años, estas cifras continuaron incrementándose y ya al cierre del 2004 el país contaba con 1 732 898 personas mayores de 60 años, de ellos 827 665 varones y 905 233 mujeres, siendo unas de las principales causas del envejecimiento demográfico, la reducción de la fecundidad, la natalidad así como el mejoramiento en los servicios de salud en el país a partir del triunfo de la Revolución trayendo consigo mayor control de las enfermedades crónicas no transmisibles.<sup>12</sup>

### **El envejecimiento: repercusión social e individual**

Siempre han existido individuos que en diferentes latitudes han alcanzado una edad muy avanzada, es decir ancianos.

Las narraciones bíblicas hablan de personajes que alcanzaban los 100 años y más, a tal punto de haberseles denominado patriarcas centenarios.

Estudios históricos revelan que en tiempos del imperio romano la probabilidad del tiempo de duración de la vida en el momento del nacimiento era aproximadamente 23 años, 19 siglos más tarde (hacia 1850) la vida media en Inglaterra era de 40 años.<sup>13</sup>

Con el desarrollo de la civilización general, y la medicina en particular, el promedio de vida se incrementa sistemáticamente y en los últimos tiempos el empleo de los antibióticos, vacunas, cirugía y conocimientos generales de la higiene social, el hombre vive cada vez más tiempo y no se sabe cual será el límite, se cree que es posible vivir 120 años.

El número y la proporción de personas senescentes en el mundo, son cada vez mayores. Las estadísticas demográficas de la Organización de Naciones Unidas (ONU) señalan que existían en el planeta en 1950, 200 millones de seres humanos con más de 60 años, esta cifra se elevó a una cifra superior a los 350 millones en el año 1975.

El grupo de personas de 60 años y más es el que con mayor rapidez está creciendo en el mundo. Hoy se viven 30 años más que a inicios del



siglo XX, más del 30 % de la población total en gran número de países está integrada por ancianos.

Es bueno aclarar que el índice de desarrollo humano alcanzado por los países altamente desarrollados como los de Europa han llevado al aumento de la calidad de vida, que en términos sociodemográficos se tiene la coincidencia de varias generaciones conviviendo en el mismo espacio y en el mismo tiempo.<sup>14</sup>

Por eso el apoyo integral a las personas de edad avanzada y su total integración a la sociedad, constituye un objetivo eminentemente político, cuya solución satisfactoria solo puede acometerse y realizarse gradualmente en el socialismo, y es con el trabajo del médico de la familia donde se encuentra un valioso punto de apoyo en el medio social, para que se tomen en consideración todos aquellos aspectos psicológicos que favorecen un envejecimiento normal y satisfactorio. El envejecimiento significa un reto humano para los individuos comprometidos en todas las sociedades con el mejoramiento de la calidad de vida de la especie humana.<sup>15</sup>

Durante el siglo XX en todas las regiones del mundo se logró una disminución de las tasas de natalidad y mortalidad perinatal e infantil, que mejorará con la alimentación, atención sanitaria y el control de muchas enfermedades infecciosas: la combinación de todos estos factores permite que el mayor número y proporción de personas alcancen edades avanzadas.

Es decir que lo antes expuesto, así como el desarrollo científico técnico que caracterizó al siglo XX trajo como consecuencia la elevación de la expectativa de vida de manera general en el mundo y un incremento de personas mayores de 60 años, fenómeno que es más evidente en países desarrollados.

En el siglo XX la vejez como fenómeno especial de la vida humana evoluciona impetuosamente; el AM se ha convertido en una figura importante de la estructura social, (constituye una sexta u octava parte de toda la población), y en este grupo de edad, la mortalidad desciende 4 veces en comparación con el siglo XVIII. En esta época la posibilidad real de vivir se prolonga en un promedio de hasta 75 años.<sup>16</sup>

Estimaciones de la división de población de Naciones Unidas, que Cuba y Barbados serán los países mas envejecidos de América Latina y el Caribe en las perspectivas inmediatas, mientras que para el 2050 si no

se ha modificado la situación, Cuba estaría ente los 11 más envejecidos del mundo.

Más del 14 % de la población de Cuba (1,6 millones de habitantes) sobrepasa los 60 años, la esperanza de vida es de 76 años. En Cuba actualmente viven personas mayores por cada 7 adultos, y se estima que para el 2025 el 25 % de la población será de 60 y más años; esto condicionaría un patrón demográfico típico de una población envejecida.

Conceptualmente la definición de envejecimiento desde el punto de vista demográfico está relacionada con el aumento en la proporción de personas de edad avanzada con respecto al resto de la población. También se asocia con la inversión de la pirámide de edades, pues el fenómeno implica además una disminución de la proporción de niños y jóvenes. No es casual la preocupación actual de la tercera edad, ya que se estima además que entre el 20 y el 25 % de la población llegue a esta edad padeciendo de una o varias enfermedades crónicas y consumiendo medicamentos variados.<sup>17-18</sup>

### **Repercusión social e individual del envejecimiento en Cuba**

Cuba constituye un ejemplo de país en desarrollo, ya en el 2001 contaba con una expectativa de vida de 71 años y el 13 % de su población era mayor de 60 años, estas cifras continuaron incrementándose, y ya al cierre del 2004, el país contaba con 1 732 898 personas con 60 años y más, lo que representaba el 15,4 % de su población, de ellos 827 665 de sexo masculino y 905 233 del sexo femenino, siendo una de las principales causas del envejecimiento demográfico, la reducción en las tasas de fecundidad y natalidad, causas estas similares a las de Barbados, otro país del Caribe.

Como consecuencia del desarrollo científico-técnico y las conquistas sociales de la última década, en Cuba se está produciendo un aumento en la cantidad de adultos mayores, este grupo constituye el 13,6 % de la población actual. La tasa actual de crecimiento de los menores de 15 años es de 1,6 %, la del grupo mayor de 65 años crece en 2,4 % anualmente, se pronostica que dentro de 10 años será mayor el número de personas con más de 60 años que el número de personas menores de 15 años.<sup>19</sup>

Según el censo de 1982 había en Cuba 751 099 personas mayores de 65 años lo que constituía el 7,7 % de la población, dos años más tarde este porcentaje ascendió a 10.7 %.

La tasa bruta de reproducción actual está por debajo de la unidad (0,95), fenómeno este que se observa desde 1978, esto significa que los niveles de fecundidad y reproducción son bajos, hoy viven en Cuba más personas mayores que adolescentes.

Como la esperanza de vida de los cubanos de hoy es de 77 años, el cuadro demográfico de la nación apunta a un sostenido crecimiento de la cantidad de persona con 60 años y más, (ya representa aproximadamente el 16 % de la población actual, mientras que la población de habitantes de 0-14 años disminuye cada vez más.

En relación a la longevidad (mayores de 90 años), los desarrollos de cada provincia son bastante similares excepto para Camaguey y Ciego de Ávila. Las estadísticas que las provincias más envejecidas en 1999 eran en primer lugar Villa Clara con 15,8 % seguida por Ciudad de La Habana y Cienfuegos.

Este proceso gradual de envejecimiento comenzó desde la década de los 60 del pasado siglo. El Cerro es el municipio donde habitan mas adultos de la tercera edad de todo el país, según datos estadísticos del MINSAP, con el 22 % de personas mayores de 60 años de su población general; otro municipio de mayor envejecimiento es 10 de octubre (19,6 %), sin embargo no tiene una relación de dependencia alta, ya que los ancianos de este municipio en su mayoría no son carga familiar y tienen condiciones de vida estables.<sup>20</sup>

Sin aparecer entre los problemas económicos y sociales que gravitan en la vida cotidiana de los ciudadanos, el envejecimiento poblacional constituye uno de los fenómenos más preocupantes de la sociedad cubana actual.

## **El envejecimiento poblacional en Cuba**

El envejecimiento poblacional hay que verlo en el caso concreto de Cuba, como un hecho causado por el desarrollo social que se alcanzó, en el cual, las variables demográficas en proceso de interrelación muestran niveles comparables a los de los países más desarrollados del mundo, ocurren por tanto bajos crecimientos poblacionales y cambios en la estructura de edades.<sup>21</sup>

Para los teóricos esto se asocia a la postransición demográfica; sea o no correcta la concepción, la cifra en descripción señalan esta tendencia; queda a los planificadores especialistas en práctica de salud, educación, seguridad social, empleo y otros establecer programas para que la

evolución del crecimiento y estructura de la población cubana sea un factor de desarrollo.<sup>22</sup>

No obstante, el crecimiento de la población también tiene consecuencias entre las que están desde el punto de vista médico y psicosocial, la presencia de un grupo de enfermedades específicas y condiciones particulares que presenta esta población, como son las enfermedades degenerativas con sus secuelas de invalidez y dependencia, así como las enfermedades crónicas de evolución tórpida y pronóstico sombrío, las consecuencias económicas producto del envejecimiento de la población activa, desplazamiento de los ancianos de actividades y toma de decisiones, desafío provocado por el envejecimiento, las posibilidades de que logre las mismas satisfacciones que otras edades y que estos años transcurran de forma placentera, útil y dinámica.<sup>23</sup>

Las personas ancianas no son herméticamente viejas, son estructural, fisiológicas y mentalmente hombres y mujeres diferentes de cómo lo fueron en días de su juventud, por tanto, la edad avanzada no es un sinónimo de enfermedad, y las manifestaciones fisiológicas del envejecimiento deben diferenciarse de las enfermedades de los ancianos.

Los ancianos no deben ser considerados ni un problema social ni tampoco un grupo problema. Muchas personas de edad avanzada permanecen activas, independientes e intelectualmente competentes después de la edad de jubilación, por lo que pueden ser incluidas en la categoría de viejos-jóvenes. Sólo una minoría, como consecuencia de una incapacidad mental o física, circunstancias sociales u otras razones se vuelven dependientes de la ayuda externa y forman el grupo de los viejos-viejos.<sup>22</sup>

El gobierno cubano ha fomentado investigaciones designadas a detener el proceso de envejecimiento con incapacidades y estimular la longevidad. El uso de las tabletas de PPG, propóleo y jalea real están difundidos con notables logros en la salud y el bienestar físico de los ancianos de nuestro país, con el objetivo de prolongar la vida activa y la capacidad de valerse por si mismo de estas personas.

La tercera se valora desde los puntos de vista del anciano sano y el paciente anciano, todo esto está por lo general relacionado como consecuencia del envejecimiento del organismo; se comprende que el anciano sano también presenta muchas alteraciones funcionales y morfológicas en todos los órganos y tejidos.

Es bueno valorar que el envejecimiento psíquico consiste en una capacidad inferior para adaptarse a los cambios, los individuos que logran adaptarse y asimilar más racionalmente sus realidades, enfrentan con más éxito la vejez.<sup>22</sup>

El anciano además de padecer dolencias propias del proceso de envejecimiento y otras que se arrastran desde edades más tempranas de la vida, también puede presentar manifestaciones como reacciones psicológicas secundarias al declinar de sus funciones y rendimiento.

Desde el punto de vista psicológico se producen importantes cambios tales como; reforzamiento o acentuación de sus rasgos de personalidad; debido a la limitación en sus actividades laborales y sociales, es frecuente en ellos el retraimiento y la tendencia a mirar hacia el pasado y pesan mucho los recuerdos, se tienen pocas motivaciones, el pasado es más importante que el presente y el futuro, la dependencia de otras personas lo llevan a la inseguridad.<sup>23</sup>

No todo el mundo envejece de la misma manera, la edad cronológica de una persona puede ser un certero convencimiento, pero no forzosamente exacto, la injusta pérdida de oportunidades de empleo no es un indicador de las capacidades funcionales de una persona vieja. El sentimiento de ser viejo varía de una cultura a otra y a través del tiempo, por lo cual es peligroso adoptar una definición fijada y absoluta del anciano.

A medida que se insista en los mecanismos biológicos fundamentales del proceso de envejecimiento, tanto más efectivo podrá la clínica comprender y tratar los problemas planteados por el avance de los años pues en las últimas etapas de la vida existen individuos con peculiaridades biológicas y sociales que lo identifican como un ente único.<sup>23</sup>

Asumiendo que el incremento de la esperanza de vida constituye uno de los principales logros de la medicina de este siglo y que la demanda representa una frustración trágica en tanto no se logre un tratamiento efectivo, es menester, como tarea inmediata realizar un estudio a profundidad en lo que convence a la esfera cognitiva en las personas longevas.

A medida que se avanza en la edad muchas tienden a sufrir deterioro de las funciones cognitivas llegando incluso a la demencia; por otro lado la personalidad del anciano tiende a la introversión, disminuye su estado de ánimo general, la autovaloración la seguridad en su persona y el

sentimiento de satisfacción, por lo que su estado de ánimo es depresivo predominando temores ante la soledad, la indefensión, el empobrecimiento y a la muerte. En el anciano juegan un papel muy importante los problemas físicos emocionales, las enfermedades psiquiátricas y los problemas sociales.

Entre los problemas físicos que el anciano afronta están: las enfermedades artríticas que afectan la locomoción y las enfermedades cardiovasculares que limitan el ejercicio físico, las enfermedades neurológicas que afectan la función intelectual, el cáncer que ocasiona dolor, entre otras.

Los problemas emocionales incluyen la depresión y sus síntomas acompañantes como son los sentimientos de minusvalía, las ideas de autorreproche, llegando incluso a las ideas suicidas; en esta depresión influyen las presiones sociales, la jubilación, el aislamiento, con frecuencia el alejamiento de los hijos que van a ser sus propias vidas (síndrome del nido vacío ), la muerte de familiares y amigos, la pérdida de la seguridad económica entre otras, a estas se suman otras enfermedades psiquiátricas que se arrastran desde edades más tempranas de la vida.<sup>23-24</sup>

## **CONSIDERACIONES FINALES**

El envejecimiento y la vejez dependen de la calidad de vida que se lleve desde el nacimiento, para envejecer con salud se deben de mejorar las condiciones de vida de toda la población independiente de la edad , sexo o etnia, brindar bienestar a las personas mayores, asegurando servicios de salud y seguridad social, una subsistencia adecuada, vivienda digna y asistencia integral, priorizando acciones de salud para los grupos más pobres y desarrollar una cultura donde el envejecimiento y la vejez sean considerados como un símbolo de experiencia, sabiduría y respeto, para eliminar así la discriminación y la segregación por motivos de la edad y contribuir al mismo tiempo al fortalecimiento de la solidaridad y al apoyo mutuo entre generaciones.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

1. García Roche RG, Hernández Sánchez M, Varona Pérez V, Chang de la Rosa P, Bonet Gorbea M, Salvador Álvarez S. Calidad de vida relacionada con la salud da los adultos mayores en el país. Rev Cubana Hig Epidemiol [en línea]. 2010 [citado 5 Abr 2011];

- 48(1):43-52. Disponible en:  
<http://scielo.sld.cu/pdf/hie/v48n1/hie06110.pdf>
2. Martínez Fuentes AJ, Fernández Díaz IE. Ancianos y salud. Rev Cubana Med Gen Integ [en línea]. 2008 [citado 11 Sep 2011]; 24(4):[aprox. 8 p.]. Disponible en:  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252008000400010&script=sci\\_arttext&tIng=pt](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252008000400010&script=sci_arttext&tIng=pt)
  3. Acarin Tusel N. El cerebro del rey. Vida, sexo, conducta, envejecimiento y muerte de los humanos. La Habana: Editorial Científico Técnica; 2008.
  4. González Menéndez R. Clínica psiquiátrica básica actual. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2008.
  5. Álvarez Sintés R. Medicina General Integral. Vol. I Salud y Medicina, La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2008.
  6. Alonso Galbán P, Sansó Soberats FJ, Díaz-Canel Navarro AM, Carrasco García M, Oliva T. Envejecimiento poblacional y fragilidad en el adulto mayor. Rev Cubana Salud Púb [en línea]. 2007 Mar [citado 4 Dic 2011]; 33(1):1-17. Disponible en:  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-34662007000100010](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662007000100010)
  7. Rodríguez Mañas L. Envejecimiento y enfermedad: manifestaciones y consecuencias. En: Fernández-Ballesteros R, editor. Gerontología Social. Madrid: Pirámide; 2000. p. 153-65.
  8. Fuente C De la. Fundamentos demográficos y biomédicos para una atención sanitaria específica al anciano. En: Rodríguez Mañas L, Solano Jaurrieta JJ, editores. Bases de la Atención Sanitaria al Anciano. Madrid: Sociedad Española de Medicina Geriátrica; 2001. p.15-55.
  9. Mañas R. Aproximación al desarrollo de un Programa Nacional de Investigación sobre Envejecimiento desde el concepto de fragilidad. Rev Esp Geriatr Gerontol. 2001; 36 (NM 3):24-35.
  10. Prieto O, Vega E. La atención al anciano en Cuba. Desarrollo y perspectivas. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 1996.
  11. Espinosa JM. El anciano en atención primaria. Aten Primaria. 2000; 26:515-6.
  12. Martínez Almanza L, Menéndez Jiménez J, Cáceres Manso E, Baly Baly M, Vega García E, Prieto Ramos O. Las personas de edad en Cuba. Principales tendencias demográficas y morbimortalidad. RESUMED [en línea]. 1999 [citado 4 Dic 2011]; 12(2):77-90. Disponible en:  
[http://www.bvs.sld.cu/revistas/res/vol12\\_2\\_99/res05299.htm](http://www.bvs.sld.cu/revistas/res/vol12_2_99/res05299.htm)
  13. Benítez M. La familia: su papel en la vida de los ancianos. La Habana: Ed CEDEM; 2005.

14. Fernández Guindo JA, Massó Betancourt E, Chacón Pérez N, Montes de Oca Y. Calidad de vida en el envejecimiento sano del adulto mayor. RIC [en línea]. 2011 [citado 8 Jun 2011]; 70(2): [aprox. 18 p.]. Disponible en: [http://www.gtm.sld.cu/sitios/cpicm/contenido/ric/textos/Vol\\_70\\_No.2/calidad\\_vida\\_envejecimiento\\_sano\\_tc.pdf](http://www.gtm.sld.cu/sitios/cpicm/contenido/ric/textos/Vol_70_No.2/calidad_vida_envejecimiento_sano_tc.pdf)
15. Ballesteros S. Envejecimiento Saludable: Aspectos Biológicos, Sicológicos y Sociales. España: Editorial Universidad Nacional de Educación a Distancia; 2007.
16. Dueñas González D, Bayarre Veá HD, Triana Álvarez E, Rodríguez Pérez V. Calidad de vida percibida en adultos mayores de la provincia de Matanzas. Rev Cubana Med Gen Integ [en línea]. 2009 [citado 8 Jun 2011]; 25(2):[aprox. 36 p.]. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v25n2/mgi02209.pdf>
17. Cuba. Anuario Estadístico de Cuba 2007 [en línea]. La Habana: ONE; 2008 [citado 6 Mar 2011]. Disponible en: [http://www.one.cu/aec2007/esp/03\\_tabla\\_cuadro.htm](http://www.one.cu/aec2007/esp/03_tabla_cuadro.htm)
18. Montoya Arce J, Montes de Oca Vargas H. Envejecimiento poblacional en el Estado de México: situación actual y perspectivas futuras. Papeles Pobl [en línea]. 2006 [citado 6 Mar 2011]; 12(50): 117-146. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1405-74252006000400007](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252006000400007)
19. Callís-Fernández S. Autoimagen de la vejez en el adulto mayor. Ciencia en su PC. Nº2, abril-junio; 2011, p. 30-44. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/1813/181322257004.pdf>
20. Martínez Fuentes AJ, Fernández Díaz IE. Ancianos y salud. Rev Cubana Med Gen Integr [en línea]. 2008 Dic [citado 4 Dic 2011]; 24(4):1-7. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252008000400010&script=sci\\_arttext&tlng=pt](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252008000400010&script=sci_arttext&tlng=pt)
21. Cuba. Centro de Estudios de la Población y el Desarrollo. La Habana: Oficina Nacional de Estadísticas; 2006.
22. Colectivo de autores. Manual de psiquiatría. Madrid: Ene Life Publicidad S.A. y Editores; 2009.
23. Pérez Ortiz L. El envejecimiento desde la perspectiva sociológica. En: Agüera-Ortiz LF, Cervilla Ballesteros J, Martín Carrasco M. Editores. Psiquiatría geriátrica. Madrid: Elsevier-Masson; 2006. p. 81-96.
24. Zarragoitia Alonso I. Depresión generalidades y particularidades. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2011.

**Recibido:** 8 de abril de 2011

**Aprobado:** 31 de enero de 2012