

## DIFICULTADES DE DESPLAZAMIENTO

La presencia de limitaciones en la realización de actividades diarias no solo afecta la autonomía de los individuos, sino también su participación e inclusión plena en la sociedad. En el caso de las personas mayores, comprender las limitaciones en este grupo es vital para evaluar el apoyo necesario y mejorar su calidad de vida. Los datos presentados reflejan una mirada preliminar de las dificultades que enfrentan las personas en actividades cotidianas fundamentales como acostarse o levantarse, caminar o subir escalones, salir a la calle, y realizar compras o visitas al médico. Esta información revela patrones de dependencia y dificultad que se agudizan con la edad.

La siguiente tabla refleja el porcentaje de la población que declara dificultades extremas, severas o la imposibilidad de realizar la acción por cada grupo etario.

	20-39 años	40-59 años	60-79 años	80+ años
Caminar o subir peldaños	1.7%	6.0%	17.4%	42.3%
Moverse o desplazarse en la casa	0.5%	1.2%	3.5%	16.7%
Acostarse o levantarse de la cama	1.0%	2.1%	4.6%	16.5%
Hacer las tareas de la casa	1.5%	3.2%	7.9%	30.8%
Salir a la calle	1.9%	3.5%	10.2%	39.3%
Hacer compras o ir al médico	2.3%	4.1%	11.7%	43.3%
Mantener el equilibrio físico	1.1%	2.8%	8.2%	29.1%

En el análisis de las dificultades para realizar actividades cotidianas por grupos etarios, se observan patrones interesantes al comparar entre las distintas actividades. Por ejemplo, la actividad de "Hacer compras o ir al médico" presenta las mayores dificultades en todos los grupos etarios, con un notable incremento del 2.3% en el grupo de 20-39 años al 43.3% en el grupo de 80+ años. En contraste, "Moverse o desplazarse en la casa" es la actividad con menor porcentaje de dificultades en todos los grupos, aunque sigue mostrando un aumento significativo con la edad, de 0.5% a 16.7%. "Salir a la calle" y "Caminar o subir peldaños" también presentan altos porcentajes de dificultad en el grupo de mayor edad, con 39.3% y 42.3% respectivamente. Estos resultados parecen destacar la creciente prevalencia de dificultades severas o extremas en actividades cotidianas según avanza la edad, subrayando la importancia de brindar apoyo y adaptaciones adecuadas para mejorar la calidad de vida de los mayores.

De manera similar, la situación de discapacidad evidencia resultados similares, con un claro cambio en la tendencia de la prevalencia de la condición a partir de la cuarta edad.

	20-39 años	40-59 años	60-79 años	80+ años
Sin discapacidad	89%	84%	73%	41%
Discapacidad leve a moderada	6%	6%	7%	10%
Discapacidad severa	5%	10%	20%	49%

La evidencia demuestra que las personas mayores, particularmente aquellas de 80 años o más, enfrentan dificultades de desplazamiento en actividades cotidianas. Este grupo etario experimenta una disminución en su capacidad para moverse de manera independiente, evidenciada por el aumento de dificultades para realizar tareas básicas como caminar, subir escaleras, o salir de casa. La situación se agrava en actividades esenciales como hacer compras o visitar al médico, donde la mayoría reporta enfrentar desafíos.