

# Adultos mayores: un 29% tiene un problema de salud permanente

La principal condición que presentan es dificultad física o de movilidad, según el informe elaborado por la Facultad de Gobierno de la Universidad del Desarrollo.

Crismary Castillo Marengo  
crismary.castillo@estrelaiquique.cl

**A**da Hernández tiene 67 años y, en los últimos meses, caminar por el centro de Iquique le toma más tiempo de lo que ella siente es normal. "El problema que tengo en las rodillas hace que necesite apoyo de un bastón para poder tener de dónde afirmarme si encuentro un evento, como le llaman, a los hoyos en las aceras", dijo.

Al respecto, un nuevo estudio realizado por el programa de Conocimiento e Investigación en Personas Mayores de Tarapacá padece algún problema permanente de salud, estando prácticamente al mismo nivel

que el promedio a nivel nacional (28%), mientras que para la cuarta edad (mayores de 80 años) esta proporción llega a un 58,7%.

#### PROBLEMAS DE SALUD

En el caso de la Primera Región, el principal problema que presenta este segmento de la población es la dificultad física o de movilidad con un 18,8%, seguido por ceguera o dificultad para ver (6,7%), sordera o dificultad para oír (6,2%), mudez o dificultad en el habla (2,8%), dificultad mental o intelectual (2,2%) y dificultad psiquiátrica (1,5%).

Otro aspecto que reveló el informe tiene relación con la situación de dependencia de los adultos mayores, donde un 13,7% de la tercera edad



**Lo principal en los adultos mayores son patologías degenerativas como la artrosis”.**

Héctor Ibacache,  
kinesiólogo.

recibe ayuda de otras personas para realizar distintas acciones, proporción de que se eleva a un 38,4% en el caso de la cuarta edad.

El director académico de Cipem, Mauricio Apablaza, informó que "a nivel internacional, Chile es el país 32 con mayor esperanza de vida saludable al nacer alcanzando los 69,7 años. Para quienes alcanzan los 60 años, la esperanza de vida saludable alcanza los 18 años ubicándose entre los 30 primeros del mundo y liderando las estadísticas para Sudamérica. A nivel nacional un 28% de la población adulto mayor presenta algún tipo de condición permanente siendo la más extendida la dificultad física o de movilidad que afecta el 18%

del grupo etario. Las cifras aumentan a 41% y 37% cuando se analiza la cuarta edad", sostuvo.

#### RECOMENDACIONES

El kinesiólogo Héctor Ibacache mencionó las principales recomendaciones cuando un adulto mayor padece de dificultades para moverse por sí solo.

"Lo principal en los adultos mayores son patologías degenerativas como la artrosis, cuando el cartilago articular está desgastado y esto hace que la movilidad articular de la rodilla, por ejemplo, empiece a disminuir y esto hace que se atrofie la musculatura básica en cada per-

sona", describió.

Ibacache destacó que, a partir de esto, como terapia se recomiendan ejercicios de flexibilidad y fortalecimiento, tanto en musculatura en general o en una región si es un paciente con una patología.

"La idea es que estos ejercicios le ayuden a hacer su vida diaria normal, como subir escaleras o caminar por una calle que presente desniveles. Ojalá todo esto se acompañe con una atención integral, ya que muchas veces el adulto mayor trae otras patologías como diabetes", cerró.

**6,7%** **18,8%**

**mantiene dificultades para ver o ceguera y el 6,2 tiene sordera o dificultad para oír.**

**de los adultos mayores tiene problemas para desplazarse.**



UN 13,7% DE LA TERCERA EDAD RECIBE AYUDA DE OTRAS PERSONAS PARA REALIZAR DISTINTAS ACCIONES, LO QUE TIENE RELACIÓN CON LA SITUACIÓN DE DEPENDENCIA DE LOS ADULTOS MAYORES.

CONTINENTAL/ISTOCK/OLGA