

Introducción Ciclo sobre envejecimiento y salud

*Antonio Llombart Bosch**

Presidente de la R. Acad. Med. Comunitat Valenciana

Ser mayor en España.

Abordar el envejecimiento es una misión compleja siendo necesario redefinir el concepto de “persona mayor” para resaltar los aspectos positivos de la edad madura y rechazar el concepto de vejez particularmente cuando se alcanza la jubilación laboral independiente de la edad biológica. Esta nueva situación hace sentir a muchas personas, que han entrado en un periodo de la vida, que han dejado de ser útiles para la sociedad. Uno inicia la vejez cuando deja de sentirse persona mayor y carece de perspectivas de un futuro intelectualmente y socialmente válido.

Se prevé que en el año 2025 más del 20% de los europeos tendrá 65 o más años de edad. En España la proporción de mayores de 60 años será del 31,4%. Actualmente España ya se encuentra entre los cinco países de la Unión Europea con mayor número de personas de edad avanzada y entre los cinco países del mundo con población más envejecida.

Además, existe una feminización del envejecimiento pues las mujeres tienen mayor longevidad y mayor prevalencia de enfermedades crónicas y discapacidades que los hombres.

La esperanza de vida al nacimiento se ha incrementado en 3 años en la última década en la Comunitat Valenciana. Así ha pasado de estar situada en 78.74 años en 2000 a encontrarse en 81.83 años en 2015.

La población valenciana es una población adulta envejecida con un desigual impacto del envejecimiento en el territorio y en la costa mediterránea, debido en parte al denominado turismo residencial por la llegada de personas jubiladas provenientes de la Unión Europea que fijan su residencia en la Comunitat Valenciana, sobre todo en la provincia de Alicante. Según la última Encuesta de Salud de la Comunitat Valenciana (del año 2010 es la última que se ha realizado) el 78,6% de la población entre 65 y 74 años padecía algún tipo de enfermedad crónica, porcentaje que aumenta al 85,7% entre los mayores de 84 años.

Además, los resultados sobre hábitos saludables de la encuesta de salud indican que el 47% de la población valenciana de 65 a 74 años y el 44% de 75 a 84 años tiene sobrepeso, el 22% y 18% de las personas de estos grupos de edad tiene obesidad y el 78% y 84% no hace ejercicio físico o sólo realiza algún ejercicio suave de forma ocasional.

Las principales enfermedades crónicas que afectan a los mayores de la Comunitat Valenciana son la diabetes, la hipercolesterolemia, la hipertensión arterial, problemas degenerativos como la artrosis, los dolores de espalda, el insomnio y ciertos trastornos psiquiátricos como la depresión

A estas patologías hemos de añadir el *grave problema de la soledad* que acompaña al anciano en la vejez. La pérdida de relación familiar de pareja o de familia directa ha crecido en España. Esta soledad se suele asociar a un mayor aislamiento consecuencia de una movilidad física restringida, quedado enclaustrado dentro de un espacio físico y arquitectónico reducido y con escasa o nula relación. De esta forma crecen los problemas emocionales unidos a económicos y de la cronicidad por sus enfermedades.

Urge buscar soluciones a estos problemas cada día más acuciantes tanto desde el punto de vista social como sanitario.

La RAMCV inicia con el symposium de hoy un ciclo de actividades dedicadas al envejecimiento y la salud tratando de abordar los aspectos más sobresalientes de la misma. Pretendemos profundizar en el conocimiento de este periodo de la vida y proponer soluciones para mejorar y capacitar a la persona mayor a ser protagonista de su propia existencia proveyéndole del empoderamiento tanto personal como social necesario para acometerla con dignidad.