

Calidad de vida asociada a salud en el Círculo de Abuelos. "Amigos del Deporte". Municipio Matanzas. 2006.

Revista Médica Electrónica 2007;29 (6)

CENTRO PROVINCIAL DE HIGIENE Y EPIDEMIOLOGÍA. MATANZAS.

Calidad de vida asociada a salud en el Círculo de Abuelos. "Amigos del Deporte".

Municipio de Matanzas. 2006.

Life quality associated with health in the Elder's Club "Sports Friends". Municipality
of Matanzas 2006.

AUTORES

Dra. Jana M. Fernández Alfonso. (1)

E-mail: jana.mtz@infomed.sld.cu

Dra. Lenia Delgado Pérez. (1)

Dra. Berta Bello Rodríguez. (2)

(1) Especialistas I Grado Higiene y Epidemiología. Profesoras Asistentes. Centro
Provincial de Higiene y Epidemiología.

(2) Especialista I Grado Higiene y Epidemiología. Profesora Instructora. Centro
Provincial de Higiene y Epidemiología.

RESUMEN

Se realizó un estudio descriptivo para valorar la calidad de vida relacionada con la salud en las personas de la tercera edad que integran el círculo de abuelos "Amigos del Deporte", de la ciudad de Matanzas, durante el año 2006. Para esto se utilizó como muestra el total de integrantes del círculo. Para la obtención de la información fue utilizada una encuesta diseñada por el Centro Nacional de Prevención y Control de Enfermedades de Estados Unidos (CDC), la misma fue aplicada a cada uno de los integrantes. Se estudiaron las siguientes variables: edad, sexo, estado civil, nivel de escolaridad, antecedentes patológicos personales, tiempo de pertenecer al círculo de abuelos, percepción de la salud, promedio de días en que los problemas físicos o mentales impidieron gozar de una buena salud ya fuera física o mental, y el promedio de días en que estos problemas impidieron realizar las actividades diarias. Estos elementos nos permitieron realizar el cálculo de los días no saludables, siendo una estimación del número de días durante los 30 días precedentes en los cuales el encuestado consideró que su salud física o mental no fue buena. Los días saludables fueron la forma complementaria positiva de días no saludables. Obtuvimos como resultados que el promedio de edad de los integrantes del círculo es de 69 años, el sexo femenino predomina con respecto al masculino, el color de la piel blanco es el de mayor por ciento, el estado civil casado y el nivel de escolaridad secundario terminado predominaron en sus categorías. La hipertensión arterial fue la enfermedad más prevalente entre estos abuelos. El promedio de días en que estas personas no gozaron de una buena salud física y mental fue de 6 y 5 días en una y otra respectivamente. Sólo un día como promedio en estas personas el mal físico o mental repercutió en sus actividades diarias. El promedio de días saludables fue de 20 días.

**DeCS:
CALIDAD DE VIDA
SALUD DEL ANCIANO
SERVICIOS DE SALUD PARA ANCIANOS
ESTILO DE VIDA
ESPERANZA DE VIDA
SERVICIOS DE SALUD COMUNITARIA
EJERCICIO
HUMANO
ANCIANO**

INTRODUCCIÓN

La llamada Tercera Edad desde tiempos remotos se ha considerado poco gratificante para el hombre, así vemos como Cicerón apreció 4 razones por las que la ancianidad era contemplada como un tiempo infeliz; nos aparta del trabajo activo, porque nos debilita el cuerpo, nos priva prácticamente de todos los placeres físicos y no está lejos de la muerte. (1)

Se afirma que, a escala mundial, el siglo XX fue de crecimiento para la población y que el siglo XXI será el de su envejecimiento. La era moderna se caracteriza no tanto por el aumento en el límite superior de la duración de la vida humana, sino por un aumento en la proporción y el número de quienes viven más cerca de ese límite. (2-4)

El problema del envejecimiento se examinó por primera vez en la Asamblea General de las Naciones Unidas en 1948. En aquel momento no era tan evidente que la población mundial envejecería de forma tan impresionante como sucedió en los decenios siguientes. En 1969, veinte años después, se reexaminó la situación y finalmente se exhortó a la celebración de una Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento. (5)

En agosto de 1982 la Organización de Naciones Unidas organizó en Viena la Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento, con la finalidad de discutir el impacto del envejecimiento poblacional y promover las políticas que permitieran prever y reaccionar de manera oportuna ante las consecuencias que este fenómeno acarrearía. (6)

Mantener una calidad de vida adecuada en las personas que llegan a la vejez es uno de los problemas más grandes y urgentes con que se enfrentan los sistemas de Salud y Seguridad Social en el mundo. De manera exponencial aumentan las personas que arriban a los 60 años, de la misma forma que aumentan la cantidad de años que han de vivir los sujetos que cumplen esta edad. (7-13) Teniendo en cuenta todos estos elementos nos decidimos realizar la presente Investigación, la cual va encaminada a valorar la calidad de vida asociada a salud en las personas de la tercera edad que integran el Círculo de Abuelos "Amigos del Deporte", de la ciudad de Matanzas.

MÉTODO

Se realizó un estudio descriptivo para valorar la calidad de vida relacionada con salud en personas de la tercera edad que integran el Círculo de Abuelos "Amigos del Deporte", de la ciudad de Matanzas, durante el año 2006.

Universo y Muestra.

Estuvo constituido por las 60 personas que integran el Círculo de Abuelos. Para la obtención de la información se utilizó una encuesta, la cual fue diseñada por el Centro Nacional para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos CDC. La misma fue aplicada por las autoras de la Investigación a todos los integrantes del círculo de abuelos.

Fueron estudiadas las siguientes variables:

Edad, sexo, estado civil, nivel de escolaridad, antecedentes patológicos personales, tiempo de pertenecer al Círculo de Abuelos, percepción de su salud, número de días en que los problemas físicos y accidentes le impidieron gozar de una buena salud física (referido a los últimos 30 días), número de días en que los problemas de salud mental (incluye tensión, depresión, problemas emocionales) le impidieron gozar de una buena salud mental (referido a los últimos 30 días), número de días en los que la salud física y mental le impidieron realizar sus actividades, tales como cuidado personal, trabajo, recreación (referido a los últimos 30 días). Estos elementos nos permitieron realizar el cálculo de los días no saludables, el cual es una estimación del número general de días durante los 30 días precedentes, en los cuales el encuestado consideró que su salud física o mental no fue buena. Para obtener esta estimación se combinan respuestas a las preguntas 2 y 3 para calcular un índice de los días no saludables en general, con un máximo lógico de 30 días. Los días saludables son la forma complementaria positiva de días no saludables. Los días saludables estiman el número reciente cuando la salud física y mental de una persona fue buena y se calcula restando el número de días no saludables de 30 días.

Los datos obtenidos fueron introducidos en computadora, utilizando el EXCEL y el Programa EpiInfo versión 6.04 para el análisis de los mismos. Para una mejor comprensión de los resultados obtenidos se confeccionaron cuadros y gráficos.

RESULTADOS

El círculo de abuelos "Amigos del Deporte", del municipio Matanzas, se encuentra fundado desde el año 1985, consta de un total de 60 integrantes en estos momentos y los mismos proceden de diferentes Áreas de Salud de dicho municipio. El promedio de la edad de las personas que integran el círculo es de 69 años, con un mínimo de 52 años y un máximo de 89. El grupo al que correspondieron mayor cantidad de personas fue al Grupo # II con un 61.7 %. En cuanto al sexo el mayor por ciento corresponde al sexo femenino con un 91.7 % y sólo un 8.3 % al sexo masculino.

Relacionado con el nivel de escolaridad, el mayor por ciento fue el secundario terminado con un 33.3 %, le siguió el primario terminado con un 23.3 %. En cuanto al estado civil el casado fue el que más predominó con un 53.3 %, seguido del viudo con 31.7 %.

Gráfico No. 1

Distribución según grupos de edades y sexo. Círculo de abuelos "Amigos del Deporte". Municipio Matanzas. 2006

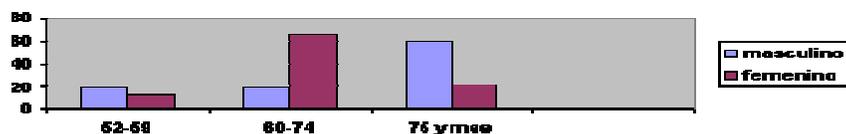


Gráfico No.2
Distribución según nivel de escolaridad. Círculo de abuelos"Amigos del Deporte". Municipio Matanzas.2006

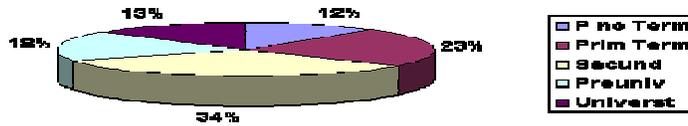


Tabla No.1
Distribución según estado civil. Círculo de abuelos "Amigos del Deporte". Municipio Matanzas. 2006

Estado Civil	No	%
CASADO	32	53.3
SOLTERO	5	8.3
DIVORCIADO	4	6.7
VIUDO	19	31.7
Total	60	100

Gráfico No.3
Percepción de la Salud. Círculo de Abuelos "Amigos del Deporte". Municipio Matanzas. 2006

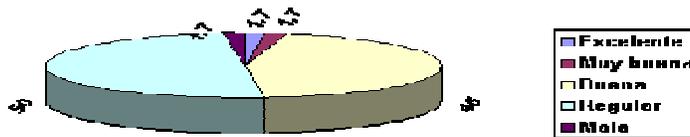


Tabla No.2
Tiempo de pertenencia en el círculo y repercusión de la salud física o mental en las actividades diarias

Tiempo pertenencia al Círculo de Abuelos	Frecuencias	Media X	Desviación standard
< 0 = 5 años	20	0.6	2.3
6 - 10 años	14	3.6	0.5
11 - 15 años	10	0	0
< 16 años	16	0	0

Fuente. Datos de la encuesta. $p < 0.05$

DISCUSIÓN

Cuando fueron analizados los Antecedentes Patológicos Personales, encontramos que el 26.3 % de los abuelos no tenían antecedentes de ninguna enfermedad. El tiempo promedio de pertenencia al círculo de abuelos fue de 9 años. La enfermedad más prevalente encontrada en este grupo de personas fue la Hipertensión Arterial con un 34.2 %. La prevalencia de esta enfermedad ha estado en ascenso en todo el mundo y en nuestro país, asociado a hábitos dietéticos inadecuados, la disminución de la actividad física y otros aspectos conductuales relacionados con hábitos tóxicos como el hábito de fumar y la ingestión inadecuada de bebidas alcohólicas. En la mayoría de los países la prevalencia se encuentra entre un 15 y un 30 % y su frecuencia aumenta con la edad. Se considera que después de los 50 años el 50 % de la población puede padecer de Hipertensión Arterial. Esta enfermedad constituye además un factor de riesgo muy importante para otras enfermedades como son las Cerebrovasculares, la Cardiopatía Isquémica, la Insuficiencia Cardíaca entre otras, constituyendo importantes causas de morbimortalidad en nuestro país y en nuestra provincia. (14,15) En el control de esta enfermedad desempeña un papel fundamental el tratamiento no farmacológico que comprende: la dieta del paciente, el control del peso corporal en la disminución de la obesidad, la práctica de ejercicios físicos en la reducción del sedentarismo, la eliminación del hábito de fumar, la reducción a niveles no dañinos del consumo de bebidas alcohólicas y el control de estrés (14). Si tenemos en cuenta todo lo anterior y además la importancia que reviste este grupo de personas (adulto mayor) en este sentido, el círculo de abuelos se convierte en una instancia fundamental que ofrece la posibilidad a las personas de la tercera edad de llevar una vida más saludable y activa.

Al valorar la salud, el 50 % de abuelos consideró que su salud era Buena, el 45% la consideró Regular y sólo un 1.7 % la consideró Excelente o Mala. (Gráfico No.3) Cuando fue analizada la cantidad de días (de los últimos 30 días) en que estas personas no gozaron de una buena salud física, se obtuvo como promedio que 5.6 de días (6 días) de los 30 días del mes estas personas refirieron no tener una buena salud física.

Al analizar esta misma variable, pero respecto a la salud mental, los resultados mostraron que como promedio 4.5 días (4 días) del mes estas personas no se sintieron bien mentalmente. Cuando se analizaron la cantidad de días (de los pasados 30 días) en que ese mal estado de salud físico o mental le impidieron realizar las actividades diarias, tales como cuidado personal, trabajo y recreación se recogió como resultado promedio de 1 día.

Se realizó una Diferencia de Medias teniendo en cuenta la variable Tiempo de Permanencia en el círculo de abuelos y la variable en que el mal estado de salud física o mental impidieron la realización de las actividades diarias, este resultado fue significativo con un valor de $p < 0.05$. A pesar de estas personas tener un problema físico o mental, su permanencia en el círculo de abuelos repercutió en que esto no influyera en la realización de sus actividades diarias y este resultado se obtuvo con un nivel de significación del 95 %. (Tabla No.2)

Posteriormente se sacó el promedio de días no saludables en estas personas, se obtuvo como resultado promedio 9.6 (10 días) no saludables. Al calcular, por tanto, el complemento, obtuvimos, que las personas que integran este círculo de abuelos tienen como promedio 20 días saludables en el mes. En un estudio realizado en los Estados Unidos expresaba que la calidad de vida relacionada con la salud se refiere a la salud física y mental percibida por una

persona o grupo en el curso en tiempo, en el mismo se encontró que los adultos norteamericanos son saludables 19 días del mes. Estos resultados, aun cuando incluyen a todos los adultos y no sólo al adulto mayor, son similares a los nuestros, obtenidos en este círculo de abuelos y reflejan en cierta medida la importancia que reviste el mismo en la calidad de vida de estas personas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Astrain MB, Pria Mc, Remus N. La mortalidad como expresión de las diferencias en las condiciones de vida. *Rev Cubana Salud*. 1998; 23 (1): 2-31.
2. Rojas Ochoa F. Estado de Salud de la Tercera Edad. La Habana: Ciencias Médicas; 1993.p.40.
3. García de Tolón P. Envejecimiento: Hechos más resaltables que lo determinan. *An Real Acad Fam*. 1996; 62(4): 565-601.
4. Fajardo Ortiz G. Tercera Edad. Adulto Mayor. En: Centro Interamericano de Estudios de Seguridad Social. *El Adulto Mayor en América Latina: sus necesidades y problemas médicos sociales*. México DF: OPS-OMS; 1995.p. 1-11.
5. Quintero Pérez R, Manresa JA, Devesa E. Algunos aspectos higiénicos sociales de la Gerontología. *Rev Cubana Adm Salud*. 1984; 10(3): 243-50.
6. Martínez Almanza L, Menéndez Jiménez J, Cáceres Manso E. Las personas de edad en Cuba. Principales tendencias demográficas y morbimortalidad. *Resumen*. 1999; 12(2): 11-90.
7. Prieto Ramos O, Vega García E. *Temas de Gerontología*. La Habana: Científico-Técnica; 1998.p. 15-29.
8. Hernández Montesino AM, Núñez Blanco N. Estudio del estado anímico de los ancianos atendiendo al lugar donde realizan sus actividades. *Rev Cubana Enfer*. 2000; 14(1): 11-27.
9. Gutiérrez Robledo LM. Características Bio-Psicosociales de nuestros ancianos. En: Centro Interamericano de Estudios de Seguridad Social. *El Adulto Mayor en América Latina: sus necesidades y sus problemas médicos sociales*. México DF: OPS- OMS; 1995.p.105-9.
10. Centro Iberoamericano de la Tercera Edad (CITED). *La Salud en la Tercera Edad*. Bol Informativo. 1992; 1(1):7
11. OMS. *La salud de las personas de la tercera edad*. Informe de un Comité de Expertos. Ginebra: OMS; 1989.
12. Dulcey Ruiz E, Uribe C. Psicología del Ciclo vital: hacia una visión comprensiva de la vida humana. *Rev Latinoamericana Psicología*. 2000; 34(1-2): 17-27.
13. Fleitas González D. Evaluación Geriátrica. *Rev Cubana Enf*. 1995; 11(2); 102-7.
14. MINSAP. Programa Nacional de Hipertensión Arterial. La Habana: MINSAP; 1998.
15. CPHE. Cuadro Epidemiológico Provincial. Matanzas: CPHE; 2006.

SUMMARY

We carried out a descriptive study to evaluate the life quality related with health in old people integrating the elder's club "Sports Friends", from Matanzas, during the 2006 year. For that reason, we took all the members of the club as sample. To obtain the information, we used a survey created by the National Centre for Disease Control and Prevention of the United States. The survey was applied to every of the members of the club. We studied the following variables: age, sex, marital status, scholarship, personal pathologic records, time assisting to the

elder's club, health perception, average of days in which mental or physical problems did not allow to enjoy a good physical or mental health, and the average of days in which this problems did not allow them to do their daily activities. These elements allowed us to calculate non-healthy days, being an estimation of the quantity of days during the 30 precedent days in which the enquired considered their physical and mental health was not good. As a result we concluded that the mean age of the club members is 69 years old, female sex predominates over male, white people are the biggest percent, and the finished secondary level of scholarship and married marital status predominated in their categories. The most predominant disease among these old people was blood hypertension. The average these people did not enjoy a good physical and mental health was 6 and 5 respectively. On average, only one day the physical or mental discomfort reflected in their daily activities. The average of healthy days was 20 days.

MeSH
QUALITY OF LIFE
AGING HEALTH
HEALTH SERVICES OF AGED
LIFE STYLE
LIFE EXPECTANTY
COMMUNITY HEALTH SERVICES
EXERCISE
HUMAN
AGED

CÓMO CITAR ESTE ARTÍCULO

Fernández Alonso JM, Delgado Pérez L, Bello Rodríguez BM. Calidad de vida asociada a salud en el Círculo de Abuelos "Amigos del Deporte". Municipio Matanzas. 2006. Rev méd electrón[Seriada en línea] 2007; 29(6). Disponible en URL: <http://www.cpimtz.sld.cu/revista%20medica/año%202007/vol6%202007/tema10.htm> [consulta: fecha de acceso]