



- Ponencia presentada durante la Tercera Cumbre de las Américas de Nutrición y Salud celebrada durante los días del 5 al 8 de agosto de 2015 en el Hotel Sheraton Puerto Rico del Distrito de Convenciones en San Juan. Fecha presentación 7 de agosto, 8:00 am, Salón San Juan 1-4.
- Demógrafa, Catedrática Jubilada, Recinto de Ciencias Médicas, UPR
- email Judith\_r43@yahoo.com

### **El Envejecimiento de la Población Mundial en el Mundo y sus Grandes Regiones:**

El envejecimiento de la población es un fenómeno demográfico que consiste en un aumento en la proporción de la población de edad avanzada como resultado de las reducciones en la natalidad. Este fenómeno demográfico, no ha ocurrido de manera uniforme a través del tiempo, debido a las grandes diferencias en los niveles de la natalidad en los distintos países del mundo. Desde el S19 algunos países europeos comenzaron a experimentar descensos en la natalidad, siendo Francia el pionero en iniciarse en este proceso demográfico.

Existen varios indicadores demográficos que permiten clasificar las poblaciones de acuerdo a distintos tipos de estructuras de edad. A saber: joven, intermedia y vieja. Uno de estos indicadores es el por ciento que representa la población de 65 años y más del total de habitantes de un país, territorio o comunidad dada. Una proporción menor de 5% corresponde a una población con una estructura de edad joven, de 5 a 9% intermedia o en transición y 10% o más es indicativa de una estructura de edad vieja.

Del análisis de los datos publicados por el *Population Reference Bureau (PRB)* en su página de Población Mundial para el año 2014, se desprende que la población de 65 años y más representa el 8% de los 7.2 billones de habitantes del mundo. De acuerdo a este indicador demográfico el Planeta Tierra tiene una estructura de edad en transición de joven a vieja.

Cuando se subdivide el Mundo en dos grandes regiones, de acuerdo a su nivel de desarrollo esto es: **el mundo desarrollado y el mundo en desarrollo**, la proporción de la población de 65 años o más, en *el mundo desarrollado* es de un 17%. Esta región la conforma Europa, Norte América y Oceanía. Por otro lado, en *el mundo en desarrollo* solo el 6% de la población tenía 65 años o más de edad. Esta Región del Mundo consiste de América Latina con el Caribe, Asia y África. Es menester señalar, que en estas tres regiones geográficas reside el 83 % de la población total del mundo en contraste con un 17% en el Mundo Desarrollado.

Cuando se examinan las 6 regiones geográficas del Mundo con respecto al por ciento de la población de 65 y más, Europa registra la mayor cifra con un 17%, le sigue Norte

América con 14% y Oceanía con 11%. Estas tres regiones, de acuerdo a los datos del año 2014 tienen estructuras de edad viejas. Las regiones de América Latina y Asia poseen ambas una estructura

de edad en transición en donde el 7% de la población es de 65 años y más de edad. La Región de África sin embargo, registra la cifra más baja de las seis grandes regiones del mundo, con un 4% de la población de 65+ para una estructura de edad joven. Esto es, de las seis regiones, Europa exhibe la estructura de edad más vieja y África la más joven. Cabe mencionar que entre los países que componen cada una de las seis regiones del mundo existen grandes diferencias en los por cientos de la población de 65 años y más. Por ejemplo en el Caribe la proporción de personas de 65 años y más de acuerdo a los datos del 2014 es de un 9%, no obstante, la isla de Martinica registra un 17%. Otros registros en esta región fueron los de Puerto Rico con 16%, Cuba 13% y la Republica Dominicana 10%.

Los países con los mayores por cientos de personas de 65 y más exhiben a su vez las tasas más bajas de natalidad (TBN). Por ejemplo Puerto Rico y Cuba registraron las tasas más bajas, entre toda la región latinoamericana con solo 11 nacimientos por cada 1,000 habitantes. Para ese mismo año Canadá y Estados Unidos registraron tasas de 11 y 13 nacimientos por cada 1,000 habitantes respectivamente. En los EU la gran diversidad en los patrones de fecundidad por parte de sus pobladores, contribuye significativamente a una tasa mayor de lo esperado en un país altamente desarrollado. Es importante indicar que la migración es selectiva en cuanto a la edad de los migrantes. Los jóvenes que potencialmente son más fecundos son más dados a migrar que los adultos mayores. Al presente en los EU residen 55.4 millones de latinos o hispanos que conforman el 17.4 % de la población total del país. La estructura de edad de este sector poblacional se encuentra en una etapa muy temprana de transición, pues solamente el 5.8 % de los hispanos son personas de 65 años y más de edad.

Europa, es la región del mundo con la estructura de edad más vieja. Al presente el por ciento de personas de 65 años y más de edad supera la proporción de la población que corresponde a los menores de 15 años. Para el año 2014 estas cifras fueron de un 17% para los adultos mayores de 65+ y de 16% para los menores de 15 años.

Existen grandes diferencias entre los distintos países del mundo en cuanto al por ciento que representan los menores de 15 años de edad y los de 65+. Se examinó el comportamiento de estos dos indicadores en algunos países para los años 2015 y 2030 y se encontró que Etiopia tiene una estructura de edad extremadamente joven con un 2.9% de la población de 65+ en el 2015 y una proyección de 3.4% para el 2030. Para el 2015 un poco menos de la mitad (44%) de la población total de Etiopia era menor de 15 años de edad. Nicaragua y México exhiben estructuras de edad en transición para los dos años bajo consideración. No obstante, aunque la Republica Dominicana muestra una estructura de edad en transición para el año 2015 para el 2030 se espera que entre a formar parte de los países con estructuras de edad viejas. Estados Unidos, Cuba y Puerto Rico presentan estructuras de edad viejas en el 2015 y se proyecta que estén más envejecidas en el 2030. Se espera que dentro de 15 años en estos tres países la proporción de la población de 65+ supere a los menores de 15 años de edad. La población de 65+ para el 2030 en Puerto Rico se espera que supere a los menores de 15 años por un 8.3%.

No existe la menor duda que una población con una estructura de edad vieja, constituye un gran reto demográfico con grandes implicaciones y constantes desafíos para los gobiernos, los adultos mayores, las familias y todos los componentes de la sociedad. Las necesidades de una población estarán determinadas en gran medida por su tipo de estructura de edad. Las necesidades de una población con una estructura de edad vieja son completamente distintas a la de una población joven. Las demandas por servicios de cuidado de salud, pensiones y ayudas sociales para este sector creciente de la población requieren de una partida bastante generosa de los presupuestos de un país que cada vez más, se ven amenazados por los altos costos en la prestación de servicios y reducciones en los ingresos gubernamentales. De hecho ya se escucha de parte de algunos funcionarios de gobierno a nivel mundial y organizaciones internacionales comentarios negativos y preocupantes sobre el fenómeno del envejecimiento de la población y el aumento en la longevidad de las personas. Ejemplos de esto es, el llamado que le hiciera el Primer ministro de finanzas de Japón Taro Aso a los ancianos en el 2013 y cito “que se den prisa en morir” así como el pronunciamiento de Cristine Lagarde del Fondo Monetario Internacional en el

2014 y cito “los ancianos viven demasiado y es un riesgo para la economía global, hay que hacer algo ya”.

Existe un marco teórico explicativo del crecimiento de la población en el mundo que se conoce como la transición demográfica que describe mediante el uso de varias etapas el paso a través del tiempo de altos niveles de natalidad y mortalidad con un crecimiento lento, a uno de bajas tasas con un ritmo de crecimiento lento también. Cuando este modelo explicativo se aplica a los países europeos, se observa que la gran mayoría de estos ya finalizaron su transición demográfica. Algunos de estos países más adelantados en su proceso de transición evidencian un decrecimiento de la población. La reducción en el tamaño de la población ocurre, cuando las tasas de mortalidad son mayores a las de natalidad y los movimientos migratorios no son determinantes en el crecimiento de la población.

El modelo de la transición demográfica consiste de 4 etapas que ilustran los niveles de la mortalidad y natalidad de una población a través del tiempo. La primera etapa de este modelo presenta los países con altos niveles de mortalidad y natalidad y un crecimiento muy lento de la población. La segunda etapa se caracteriza por el descenso de la mortalidad, mientras la natalidad se mantiene alta, lo que resulta en un crecimiento acelerado de la población. Cuanto más grandes sean las diferencias entre la natalidad y la mortalidad, mayor será el crecimiento de la población. Mientras la natalidad sea mayor a la mortalidad y las diferencias entre estas dos variables sean pequeñas se registrará al menos un crecimiento lento de la población. La tercera etapa se caracteriza por bajos niveles de natalidad y mortalidad con un crecimiento lento de la población. La cuarta etapa describe la trayectoria de la natalidad y mortalidad como ya ha ocurrido en algunos países europeos con crecimientos negativos de la población.

Algunos de los países hoy llamados desarrollados iniciaron su transición demográfica durante el S19 y otros en el S20. Sin embargo los países en desarrollo comenzaron este proceso de transición después de la segunda guerra mundial durante el transcurso del S20. Por esta razón, es que se observan diferencias en el estadio de la transición demográfica entre estos países en desarrollo. Mientras la mayoría de los países de Europa parecen haber terminado su transición demográfica, otros de África se

encuentran en las primeras etapas con altas tasas de natalidad y una mortalidad fluctuante y en descenso. Cabe mencionar que la Región de África es la de mayor rezago en cuanto a su nivel de estadio en la transición demográfica. Estas diferencias tan marcadas en los niveles de la natalidad entre los países del mundo, son las que causan las variaciones en los niveles del envejecimiento de las poblaciones humanas.

En resumen el fenómeno del envejecimiento de la población, que consiste en un aumento en la proporción que representa la población de edad avanzada, en relación a la población total, es el resultado principalmente de las reducciones en los niveles de la natalidad que han tenido lugar en los países hoy llamados desarrollados. Los países en desarrollo con descensos continuos en la natalidad y bajas tasas de mortalidad, se estarán enfrentando en un futuro a este fenómeno poblacional. Desde la óptica demográfica el envejecimiento de la población es un fenómeno bastante predecible, que parece no haberse entendido en todas sus manifestaciones y dimensiones por parte de algunos hacedores de políticas públicas y establecimiento de lineamientos poblacionales. Ante la eventualidad de un incremento cada vez mayor del envejecimiento de la población en el mundo en desarrollo se hace urgente la planificación temprana y elaboración de políticas y actividades diversas para lidiar con la magnitud de este gran reto demográfico a nivel mundial.

### **El Envejecimiento de la Población de Puerto Rico, Un Caso Atípico:**

Durante las últimas décadas del Siglo 20 la población de Puerto Rico comenzó a experimentar una gran diversidad de cambios demográficos que han continuado a través del S21 y que de una manera directa e indirecta son causa y efecto del envejecimiento de la población.

Algunos de estos cambios demográficos son:

- Las variaciones extraordinarias en la estructura de edad de la población de Puerto Rico como resultado de la interacción de las variables demográficas a saber la natalidad, la mortalidad y la migración. El envejecimiento de la población es de todos los cambios en la estructura de edad el de mayor

transcendencia e importancia por sus consecuencias en la sociedad puertorriqueña.

- Las reducciones continuas en la natalidad, que contribuyen a que la población siga envejeciéndose cada vez más.
- Un incremento en la esperanza de vida al nacer por motivo de los descensos en la mortalidad durante el primer año de vida y la niñez que se traducen en un aumento en la cantidad de personas de edad avanzada.
- Aunque los riesgos en la mortalidad en la población puertorriqueña se han ido reduciendo significativamente las diferencias entre los sexos prevalecen. Las desigualdades en la mortalidad por género resultan en una expectativa de vida mayor para las féminas que para los varones, lo que resulta en un dominio numérico de las mujeres en estas edades.
- Alza en las cifras de personas adultas de 75 años y más como resultado de un aumento en la esperanza de vida al nacer y las mejoras en el campo de la salud.
- Aumentos en los hogares no de familia mientras se reduce el por ciento de los hogares de familia debido al envejecimiento de la población y el incremento en las cifras de personas viudas y divorciadas.
- Aumento en el número de hogares y familias dirigidos por una mujer sin la presencia de un cónyuge como resultado del aumento en la cantidad de mujeres con hijos tenidos fuera de una relación legal y el incremento en los divorcios y la separación en el caso de las uniones consensuales.
- Aumentos en la modalidad de vivir solo especialmente en las edades avanzadas como resultado de los cambios en el tipo de familia, a saber de una extendida a una de tipo nuclear.
- Aumentos en la cantidad de personas de 65+ con características sociales, económicas y de salud diferentes a sus predecesores como resultado de la entrada de los miembros más viejos de la generación de los “baby boomers” (BB) al grupo de edad de 65+. Este grupo poblacional nació durante los años del 1946 al 1964 y al presente cuentan con edades entre los 51 y 69 años.
- Un éxodo significativo de personas jóvenes hacia los EEUU lo que provoca un mayor envejecimiento de la población.

- Reducción en el volumen total de la población según se evidencia de las cifras del Censo 2010 en comparación con la del Censo 2000. Las disminuciones en el tamaño de la población evidencian una nueva realidad y trayectoria demográfica de gran impacto en la sociedad puertorriqueña. Las estimaciones post censales y proyecciones de población elaboradas por el Negociado Federal del Censo para después del 2010 confirman que la pérdida de población ha continuado y continuara durante los próximos años. A partir del año 2005 comienza la pérdida de población, provocando que la población total de la isla no llegara a los 4 millones de habitantes en el 2010. Es importante señalar que tanto las reducciones continuas de la natalidad como los movimientos de boricuas hacia los EU contribuyen a acelerar aún más el envejecimiento de la población del país.

Para el año 2014 la población total del país fue estimada en 3.5 millones de (3, 548 ,397) habitantes, cifra más o menos similar a la que había en el 1990 (3, 536, 910). La división de Datos Internacionales del Negociado Federal del Censo ha proyectado que para el año 2030 esto es, dentro de 15 años la población total de Puerto Rico será de 3.4 millones (3, 414,456) de habitantes, cifra comparable con la del año 1986. Al presente, la migración es la variable demográfica de mayor importancia en la determinación del crecimiento y tamaño de la población del país.

El crecimiento natural (CN) de la población que es la diferencia algebraica entre la natalidad y la mortalidad, se ha ido reduciendo extraordinariamente en el país. Para los años 2000 y 2014 el CN fue de 30,910 y 3,940 respectivamente. Se espera que conforme los niveles de la mortalidad superen los de la natalidad el CN tendrá un efecto reductor en el tamaño de la población. Al presente hay alrededor de 5 municipios donde el CN es negativo.

Entre los factores de empuje que llevan a la gente a emigrar de Puerto Rico, la crisis fiscal y financiera del país parece ser el de mayor peso. Por tanto, hasta que la situación económica no mejore, el flujo migratorio seguirá durante los próximos años causando mayores reducciones en el tamaño de la población.

### **Tamaño y Características de la población de edad avanzada de Puerto Rico:**



En el análisis de la población de edad avanzada por lo general se hace uso de las edades de 60 y 65 años para delimitar el inicio de este sector de la población. Para fines de esta presentación estaremos haciendo uso de la edad de 65 años para identificar la edad de inicio de este grupo poblacional.

De acuerdo al Programa de Datos Internacionales del Negociado Federal del Censo para el año 2015 la población de 65 años y más del país fue estimada en 629,633 personas. Este sector poblacional conformaba el 17.5 % de la población total.

Para los años 2020 y 2030 las cifras proyectadas son de 19.8 y 24.0 por ciento respectivamente. Para el año 2030, las personas sobrevivientes de la generación de los BB tendrán entre 66 y 84 años de edad y serán los mayores representantes del grupo de edad avanzada del país en ese momento. El hecho de que solo en 15 años una de cada cuatro personas en Puerto Rico sea de 65 años de edad representa un gran reto para la sociedad puertorriqueña por sus repercusiones en el orden político, social y económico del país. Por cada adulto de 65+ en el 2015, se espera haya 1.3 en el 2030. A la cifra de 630,000 personas de 65+ en el 2015 se le adicionarán 190,000 para el año 2030, para una ganancia anual de 12,700 personas durante los próximos 15 años.

### **Población de 65+ con algún tipo de Impedimento o Dificultad:**

El Negociado Federal del Censo publica como parte de la Encuesta de Comunidad los impedimentos o dificultades que padecen las personas desde los 5 años de edad. Se incluye toda condición física, mental o emocional de larga duración que dificulte a las personas de hacer actividades como, caminar, subir escaleras, vestirse, bañarse, aprender o recordar. Y que esta condición pudiera impedir que esa persona pueda ir fuera del hogar solo, ir a trabajar u poseer un trabajo o negocio. Cabe señalar que la inmensa mayoría de los adultos de 65+ en Puerto Rico se encuentran conviviendo en la comunidad, pues solo un poco menos del 2% (1.8%) se encuentra residiendo en un alojamiento de grupo según definido por el Negociado Federal del Censo.

De acuerdo a los resultados de la Encuesta de Puerto Rico para los años 2011 al 2013 el 51 % de las personas de 65+ tenían al menos algún tipo de impedimento o dificultad

según definido por el Negociado del Censo. Mientras que el 21.1% de la población total de 5 años y más informo tener al menos un impedimento.

El 16.1% de los adultos de 65+ indico tener al menos uno de los siguientes impedimentos o dificultades: cuidado propio, dificultad para caminar, visual, auditiva, cognitiva y vivir independientemente. Mientras que el 35.2% notifico tener dos o más de estos impedimentos. Conforme se va ganando en edad dentro del grupo de edad avanzada aumenta la cantidad de personas con un número mayor de impedimentos o dificultades. El grupo de edad más joven conocidos como los viejos jóvenes con edades entre 65 y 74 años obtuvieron un registro de 40.4% personas con impedimentos contra un 65.6% por parte del sector poblacional de 75 años y más. La proporción de personas con un solo impedimento para los grupos de edad de 65 a 74 años y el de 75+ es más o menos similar (16.1 versus 15.3 respectivamente). Sin embargo la proporción de personas de 75+ con dos o más dificultades fue dos veces la cifra registrada para los de 65 a 74 años. De cada dos personas de 75+ una tiene al menos dos impedimentos. Por otro lado una de cada cuatro adultos de 65 a 74 años informo padecer de al menos dos dificultades.

Cuando se examina para cada uno de los impedimentos el número de personas que lo padece independientemente de la cantidad de dificultades que padezca, la dificultad ambulatoria ocupa el primer lugar en importancia relativa. Le sigue en segundo lugar la dificultad para vivir independientemente. Las féminas por vivir más registran una prevalencia mayor de dificultades que la población masculina.

### **Causas de Muerte:**

De acuerdo a los resultados de la Encuesta que lleva a cabo el Departamento de Salud (DS) de Puerto Rico conocida como Puerto Rico Behavioral Risk Factor Surveillance System (PR-BRFSS) para el año 2012, tres de cada cuatro personas (72.1%) de 65+ tenia al menos dos o más condiciones crónicas según definidas por las autoridades federales a cargo de dicha consulta a nivel nacional y de sus territorios. Esta cifra evidencia el papel que juegan las enfermedades crónicas en los adultos mayores del país y pone en perspectiva la magnitud de los servicios de salud que genera y demanda una población con un cuadro de morbilidad de esta naturaleza. No existe la menor duda que, el patrón de causa de muerte de una población esta

grandemente determinado por las personas de mayor edad, que son las que bajo condiciones normales experimenta un mayor riesgo de muerte que cualquiera otro sector de la población de menos edad. De acuerdo a los datos de mortalidad para Puerto Rico publicados por el DS para el año 2014 el 74% (73.9%) de los 30,304 fallecimientos acontecidos, correspondían a personas de 65+. Esto es, 3 de cada 4 defunciones les ocurrió a personas de mayor edad (65+), siendo este sector poblacional el que básicamente establece el patrón general de causa de muerte del país.

Las primeras 5 causas de muerte en la población total son de naturaleza crónica y degenerativa. Estas cinco causas de muerte fueron en orden descendente: el Cáncer, las Enfermedades del Corazón, Diabetes Mellitus, Alzheimer y las Enfermedades Cerebrovasculares.

El total de fallecimientos en Puerto Rico han ido en aumento a través de los años. Por ejemplo en el año 2014 se registró un aumento de 1,754 defunciones con respecto a la cifra del 2000. Sin embargo esto no significa que haya habido un empeoramiento en las condiciones de salud de la población, por el contrario todo esto es, resultado del proceso de envejecimiento de la población y del incremento en el número de personas de mayor edad en el país cónsono con el hecho de que Puerto Rico se encuentra en la cuarta etapa de la transición demográfica.

Del análisis de las principales causas de muerte para la población de 65+ se desprende un patrón de naturaleza crónica bastante parecido al de la población en general. Mientras el Cáncer predomina como la primera causa de muerte en el cuadro general de mortalidad, en los fallecidos de 65+ dominan en orden de importancia relativa las enfermedades del corazón y las muertes por Cáncer.

### **Expectativa de Vida:**

La expectativa o esperanza de vida al nacer es un excelente índice de la mortalidad y un buen indicador de salud. Se define como el número medio de años que se espera

pueda vivir una persona, si a través de su vida se mantienen los mismos riesgos de mortalidad existentes al momento de nacer. De acuerdo al Programa de Datos Internacionales del Negociado Federal del Censo la expectativa de vida al nacer de las mujeres en Puerto Rico fue estimada en 82.9 años para el 2015 superando por 7.3 años la de los varones que es de 75.6 años de vida. La cifra estimada para ambos sexos fue de 79.8 años de vida. No existe la menor duda que la población de Puerto Rico goza de una de las expectativas de vida más altas entre los países de América. La diferencia entre los valores estimados para cada sexo resulta en un incremento mayor de mujeres que de hombres en las edades avanzadas, aunque nacen más varones que mujeres como resultado de un fenómeno biológico universal. Se observa una mortalidad más temprana en los hombres desde el mismo momento de la concepción. Poder llegar a vivir entre 8 y 9 décadas como promedio es una realidad concreta para la inmensa mayoría de las personas en Puerto Rico que llegan a los 65 años de vida. Sin embargo muchos de nuestros adultos mayores pueden llegar a vivir muchos años pero con serios y delicados problemas de salud. A tales efectos se adopta el concepto llamado expectativa de vida saludable que marca el periodo entre el nacimiento de la persona hasta que la persona pierde su independencia ya sea entre otras razones por complicaciones, problemas de salud, enfermedad o accidentes. El periodo de tiempo comprendido entre ese momento y la muerte se conoce como expectativa de vida no saludable y varía en tiempo de duración de acuerdo a la condición de salud, cuidados, recursos económicos, conocimiento médico y tecnología disponible.

### **Recomendación:**

Ante una realidad demográfica como la planteada, se hace necesario que se formule y adopte en el país de manera urgente una política pública abarcadora en el campo de la salud que tenga como meta reducir la brecha entre la expectativa de vida como usualmente se le conoce y la expectativa saludable. La magnitud de las cifras que aquí se han presentado requiere de una pronta intervención pública dirigida a fomentar un envejecimiento activo entre todos los efectivos de la sociedad puertorriqueña. Es deseable que el vehículo facilitador de esta política este fundamentado en los principios salubristas de prevención donde la actividad física, una sana alimentación y la

adopción de estilos de vida saludables sean los principales instrumentos económicos viables que le puedan brindar una verdadera calidad de vida a los puertorriqueños a través de todas las etapas de la vida, pero de manera muy especial en la vejez.