

Evaluación de barreras del entorno físico y movilidad en adultos mayores de San Gabriel, Irapuato.

Evaluation of barriers of the physical environment and mobility in elderly of San Gabriel, Irapuato

Romero de Anda María Natalia¹, García Hernández Silahel¹, Ferrera Gómez Natalia Evangelina¹, Ríos Acosta Jacqueline¹, Ruiz Valencia Margarita¹, Ávila Póveda Karen Daniela¹, Cantú Sánchez Claudia Marcela², Vergara Hernández Lourdes Alejandra².

¹Estudiante Licenciatura en Enfermería y Obstetricia, División Ciencias de la Vida, Universidad de Guanajuato

²Profesora Tiempo Completo Licenciatura en Enfermería y Obstetricia, División Ciencias de la Vida, Universidad de Guanajuato
la.vergara@ugto.mx²

Resumen

Introducción: Los adultos mayores tienden a reducir su espacio cotidiano al ámbito de la vivienda y el barrio, limitando sus recorridos y aumentando el tiempo en el hogar, esto convierte a los barrios en los lugares centrales del envejecimiento y en sus principales contextos de socialización, por tanto se pretende identificar aquellas barreras dentro como fuera del hogar, en el uso del transporte público, evaluando su participación social y participación en actividades físicas, con la finalidad de generar estrategias para mejorar su calidad de vida a través de la mejora de la accesibilidad a su entorno. **Metodología:** estudio cuantitativo, descriptivo y transversal, con una muestra de 87 adultos mayores de la colonia San Gabriel en Irapuato, Guanajuato. Se aplicó el instrumento "Evaluación de las barreras del entorno físico y movilidad", para el análisis de los datos, se utilizó SPSS versión 29. **Resultados:** el 87.4% presenta barreras para movilizarse fuera de su domicilio, el 63.2% reporta alguna barrera en el transporte y el 92% presenta barreras para la realización de actividad física y participación social. **Conclusión:** Los profesionales de enfermería son un apoyo a la detección de las necesidades en infraestructura y salud a través de las visitas domiciliarias, se conoce el entorno donde se encuentra el adulto mayor, pero es necesario contar con ayuda de asociaciones privadas y gubernamentales para que se generen e implementen planes de acción que contemplen la implementación de transporte más accesible a este grupo etario así como la creación de entornos amigables y accesibles a la población adulta mayor, dando lugar al envejecimiento activo y a facilitar la adaptación al entorno cotidiano.

Palabras clave: adulto mayor; barreras arquitectónicas, independencia.

Abstract

Introduction: Older adults tend to reduce their daily space to the sphere of housing and the neighborhood, limiting their routes and increasing time at home, this makes neighborhoods the central places of aging and their main contexts of socialization, therefore, it is intended to identify those barriers inside and outside the home, in the use of public transport, evaluating their social participation and participation in physical activities, in order to generate strategies to improve their quality of life through improved accessibility to their environment. **Methodology:** quantitative, descriptive and cross-sectional study, with a sample of 87 older adults from the San Gabriel neighborhood in Irapuato, Guanajuato. The instrument "Evaluation of the barriers of the physical environment and mobility" was applied, for the analysis of the data, SPSS version 29 was used. **Results:** 87.4% present barriers to moving outside their home, 63.2% report some barrier in transportation and 92% present barriers to physical activity and social participation. **Conclusions:** Nursing professionals are a support for the detection of infrastructure and health needs through home visits, the environment where the elderly is located is known, but it is necessary to have the help of private and governmental associations so that they are generated and implement action plans that contemplate the implementation of more accessible transportation for this age group as well as the creation of friendly and accessible environments for the older adult population, giving rise to active aging and facilitating adaptation to the daily environment.

Keywords: elderly; architectural barriers, independence.

Introducción

A nivel mundial, varios factores inciden en el proceso de envejecimiento poblacional que resultan en el incremento de la proporción de adultos y adultos mayores. Información censal de 1990 y 2020 indica que la población de 60 años y más pasó de 5 a 15.1 millones, lo cual representa 6% y 12% de la población total, respectivamente. Este incremento evidencia el proceso de envejecimiento que se observa a nivel mundial. Por grupos de edad, en 2020, 56% de las personas adultas mayores se ubican en el grupo de 60 a 69 años y según avanza la edad, disminuye a 29% entre quienes tienen 70 a 79 años y 15% en los que tienen 80 años o más. Se calcula que, en México, la población de 60 años o más llegará a representar casi el 20% de la población general para el 2030 (Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI], 2021). Esto implica grandes retos como el de promover y alcanzar un envejecimiento saludable, mantener una adecuada calidad de vida en los adultos mayores, así como la prevención y atención de enfermedades asociadas a la vejez.

La capacidad funcional comprende las capacidades que permiten a una persona ser y hacer lo que es importante para ella. Hay cinco dominios clave de la capacidad funcional, que los factores ambientales pueden ampliar (o restringir). Estas capacidades son: satisfacer las necesidades básicas; aprender, crecer y tomar decisiones; tener movilidad; establecer y mantener relaciones, y contribuir a la sociedad. Tener la posibilidad de vivir en entornos que apoyan y mantienen la capacidad intrínseca y la capacidad funcional es fundamental para el envejecimiento saludable. La capacidad funcional se compone de la capacidad intrínseca de la persona, las características del entorno que afectan esa capacidad y las interacciones entre la persona y esas características. La capacidad intrínseca es la combinación de todas las capacidades físicas y mentales de una persona e incluye su capacidad de caminar, pensar, ver, oír y recordar. Distintos factores influyen sobre la capacidad intrínseca como la presencia de enfermedades, los traumatismos y los cambios relacionados con la edad (Organización Mundial de la Salud, 2019).

Membrado citado por García, Sánchez y Román (2019) menciona que los adultos mayores tienden a reducir su espacio cotidiano al ámbito de la vivienda y el barrio, limitando sus recorridos y aumentando el tiempo en el hogar. Esta circunstancia convierte a los barrios en los lugares centrales del envejecimiento y en sus principales contextos de socialización.

En México en el año de 2018, los adultos mayores de 65 años y más presentaron carencias en cuanto a calidad y espacio en sus viviendas. El hacinamiento por la infraestructura deficiente repercute en la calidad de vida de las personas mayores, aunado a esto con los materiales de construcción, servicios básicos como agua entubada, drenaje, luz eléctrica y actividades que pueda realizar en su entorno entre otros son algunas de las carencias que tuvo este grupo etario en un 19.4% (Sánchez, 2015).

Actualmente se empieza a comprender que controlando el ambiente se logra modificar el bienestar físico y emocional en los adultos mayores. La calidad de vida de la población que envejece está sujeta a diversas negociaciones entre sujetos afines y sus entornos, por lo que los expertos sugieren el diseño de políticas sociales sostenibles enfocadas en el envejecimiento en el hogar. Pero a su vez se deben plantear las preguntas sobre los problemas que enfrenta el adulto mayor en sus entornos cotidianos y el modelo a seguir para la creación de entornos físicos y sociales para un envejecimiento en esa área específica (Sánchez, 2015).

El entorno comprende el hogar, la comunidad y la sociedad en general. En el entorno se encuentra una serie de factores que abarcan el entorno construido, las personas y sus relaciones, las actitudes y los valores, las políticas de salud y sociales, los sistemas que las sustentan y los servicios que prestan.

Anteriormente, la palabra accesibilidad estaba asociada a la eliminación de barreras físicas, a facilitar el acceso a los entornos urbanos, arquitectónicos. Sin embargo, se ha ido avanzando desde esa concepción parcial de la accesibilidad a englobarla en un concepto que considera a la persona y a su entorno como un todo: abarcando el medio físico, los transportes, la educación, el deporte, la cultura, el ocio o la sociedad de la información; en definitiva, se deben plantear soluciones que no señalen de manera diferenciada a los ciudadanos según sus capacidades (De Benito et al, 2005).

Por lo anterior expuesto se pretende que la investigación aporte conocimientos sobre como el adulto mayor percibe la adaptación a su medio ambiente, identificando aquellas barreras del entorno físico y movilidad tanto dentro como fuera del hogar, en el uso del transporte público, también evaluando su

participación social y participación en actividades físicas, esto al final brindará la oportunidad de generar estrategias para mejorar su calidad de vida a través de la mejora de la accesibilidad a su entorno.

Materiales y métodos

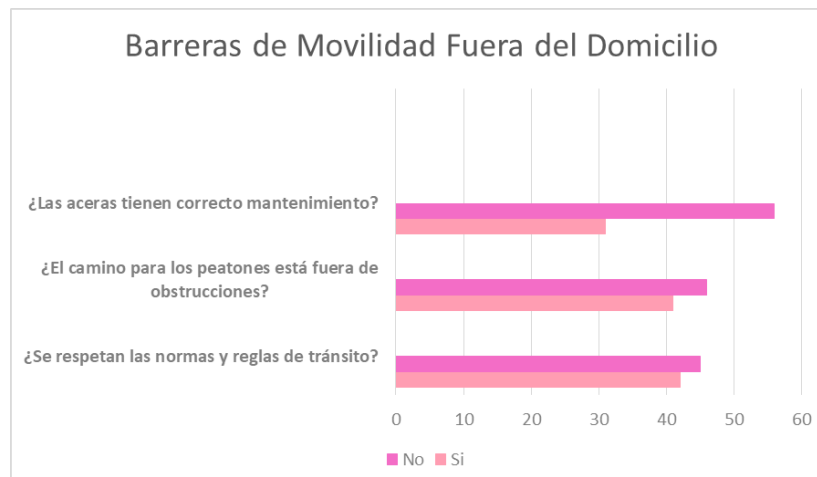
Se realizó un estudio de enfoque cuantitativo, descriptivo y transversal. La muestra fue seleccionada por conveniencia y estuvo constituida por 87 adultos mayores habitantes de la colonia San Gabriel en la ciudad de Irapuato, Guanajuato. Se aplicó de manera manual el instrumento de "Evaluación de las barreras del entorno físico y movilidad" el cual consta de 47 reactivos con opción de respuesta dicotómica, que en caso de ser afirmativas podrían identificar la existencia de barreras para la movilidad dentro y fuera del domicilio, barreras para la movilidad en el transporte, barreras para la actividad física y barreras para la participación social, además de la accesibilidad a dispositivos auxiliares. Dicho cuestionario fue elaborado por el Instituto Nacional de Geriátría con base al estándar de competencia 0964 Evaluación de la capacidad funcional de personas mayores. Para el análisis de los datos, se utilizó estadística descriptiva en el Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales (SPSS) en su versión 29, presentando los resultados a través de tablas y gráficos.

Resultados

Con respecto a algunos datos sociodemográficos, de los 87 adultos mayores encuestados el 33.3% (29) se encuentra en el rango de edad de 66-70 años, además se identificó que un 11.5% (10) supera la edad de 80 años, el 12.6% (11) vive solo versus el 86.2% (75) que vive acompañado de diferentes miembros de la familia como esposo(a), hijos, nietos. La derechohabencia es reportada en un 50.6%(44) al Instituto Mexicano del Seguro Social, mientras un 33.3% (29) refiere no tener ningún tipo de seguridad social.

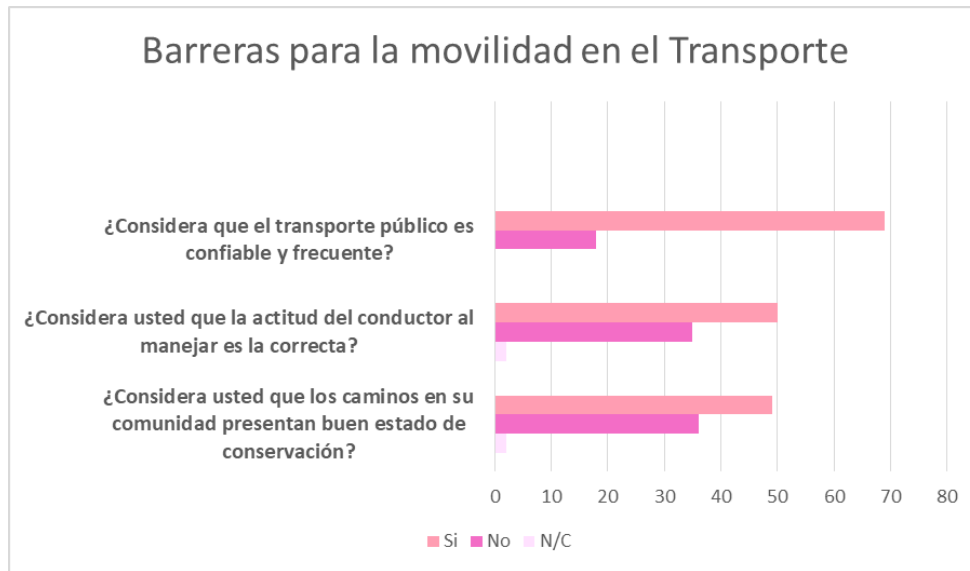
En el primer rubro del cuestionario "movilidad dentro del domicilio" el 93.1% (81) respondió que en su hogar si existe el espacio suficiente para permitir su libre movimiento, por otro lado, de acuerdo al cuestionamiento: De acuerdo a su condición de salud ¿su vivienda está adaptada para una persona mayor? el 78.2% (68) refiere que sí, mientras que el 21.8% (19) refleja lo contrario; ligado a este último punto, el 17.2%(15) mencionaron no contar con las posibilidades de cambiar su vivienda para adaptarla a su condición de salud.

En el segundo rubro del cuestionario "movilidad fuera de su domicilio" el 87.4% (76) de los adultos mayores consideran que los edificios públicos que visitan si son accesibles, sin embargo de manera general si se identifica la presencia de barreras, siendo las principales: aceras en la comunidad que no presentan un correcto mantenimiento con un 51.7% (45), aceras obstruidas por diferentes motivos como vendedores ambulantes, vehículos estacionados, árboles, material de construcción, entre otro con un 52.9% (46) y que no se respetan las normas y reglas de tránsito con un 64.4% (56). En la tabla 1 se pueden comparar estas tres principales barreras identificadas.



Gráfica 1. Barreras de Movilidad fuera del domicilio

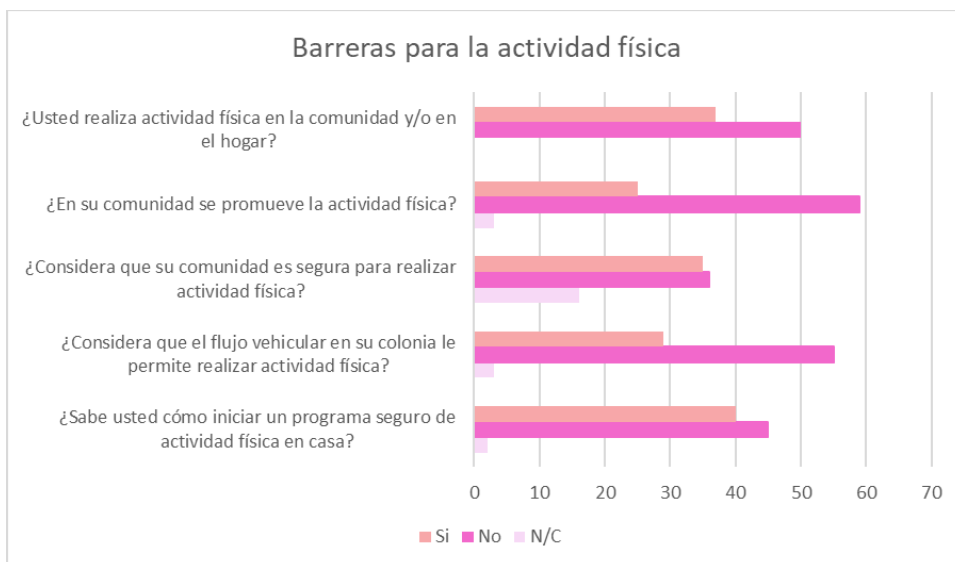
En el tercer rubro del cuestionario “barreras para la movilidad en el transporte” se obtuvo que el 63.2% (55) presenta alguna barrera, dentro las que destaca un 20.7% (18) considera que el transporte no es confiable ni frecuente, respecto a la actitud del conductor al manejar el 40.2% (35) consideran que no es la correcta, además el 41.4% (36) menciona que los caminos de su comunidad no presentan buen estado de conservación.



Gráfica 2. Barreras para la movilidad en el transporte.

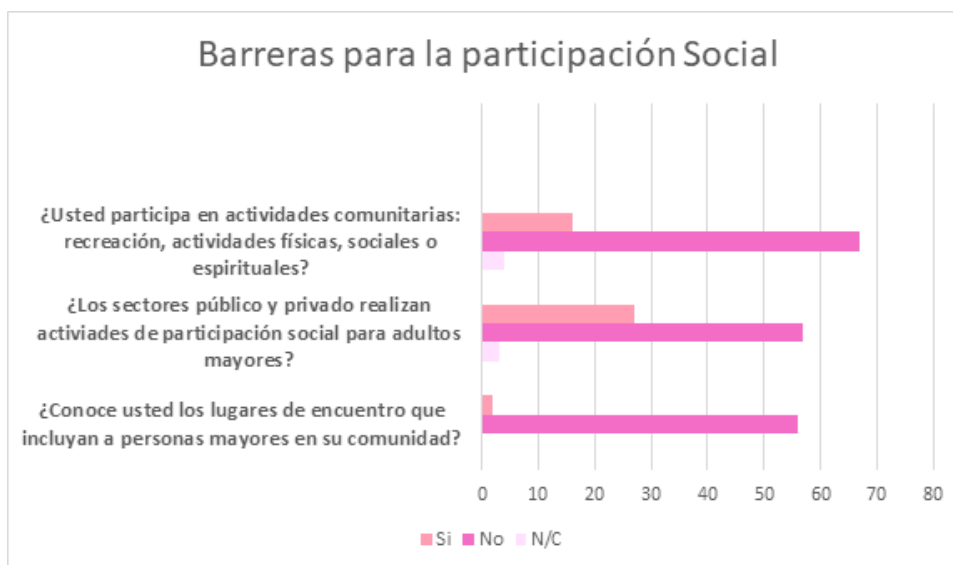
En el cuarto rubro del cuestionario “dispositivos auxiliares” al 70.1% (61) no se le han prescrito dispositivos auxiliares o ayudas técnicas para su movilidad; y el 39.1% (34) considera que si requiere de algún dispositivo de ayudar para mejorar su marcha.

En el quinto rubro del cuestionario “barreras para la realización de actividades de actividad física/ participación social” se encuentra en el primer segmento que actualmente el 57.5% no realiza ningún tipo de actividad física ni en la comunidad ni en su hogar y el 51.7% (45) no sabe cómo iniciar un programa seguro de actividad física en casa; sin embargo el 62.1% (54) refiere estar interesado en realizar actividad física, además de que el 65.5% (57) considera que su situación de salud si le permitiría realizarla. Los adultos mayores también comentaron en un 67.8% (59) que la actividad física no se promueve dentro de su comunidad, además de que no consideran que la comunidad sea segura (41.4%) ni que el flujo vehicular de su colonia (63.2) permitan realizar este tipo de actividades.



Gráfica 3. Barreras para la actividad física.

En el segundo y último segmento que aborda la participación social, el 64.4% (56) de las personas abordadas mencionan no conocer lugares de encuentro que incluyan a personas mayores en su comunidad, también comentan en un 65.5% (57) que los sectores públicos y privados no realizan actividades de participación para adultos mayores dentro de su comunidad, razón relevante por la que el 77% (67) refiere no participar en actividades comunitarias ni de recreación, social o espiritual.



Gráfica 4. Barreras para la Participación social.

Discusión

El envejecimiento poblacional es principalmente en zonas urbanas, pero a pesar de esto los que toman las decisiones de las ciudades y de los países son los gobiernos, desarrolladores, u organizaciones empresariales y sociales, que no han implementado las medidas necesarias para que las zonas urbanas se adecuen a las necesidades de los adultos mayores camino al siglo XXI. (Andrews *et al.*, 2006; Harper y Laws, 1995).

Las dificultades de movilidad constituyen una barrera que complica y en ocasiones impide generar y sostener interacciones significativas entre los adultos mayores. Los problemas de movilidad según Hernández Bringas (2021) no son el único factor que puede impedir las relaciones significativas y pueden no ser los más importantes. (World Health Organization, 2002). La inmovilidad en gran medida la imposibilidad al caminar genera costos incalculables para los adultos mayores, los autores sugieren que caminar es acceder a los servicios públicos y ejercer sus derechos como ciudadanos, (Demerath y Levinger, 2003; Ingold y Vergunst, 2008; Lorimer, 2011). Es por esto, que la meta central de las políticas y programas, orientados al envejecimiento activo es, que los adultos mayores mantengan su autonomía e independencia el mayor tiempo posible. La OMS define autonomía como la capacidad de controlar y hacer frente a las situaciones de la vida cotidiana y tomar decisiones correctas, de acuerdo con los valores, las aspiraciones y preferencias individuales. Una serie de acuerdos e iniciativas ha buscado visibilizar los derechos de las personas mayores e impulsar acciones que se traduzcan en ciudades más amables (ONU, 2003; CEPAL, 2007; OEA, 2015). Garrocho y Campos (2015), propusieron en su estudio sobre segregación socio espacial que los barrios son los lugares donde más prevalencia de adultos mayores existen y que estos barrios no cuentan con políticas de gestión territorial para este grupo poblacional, este análisis sirve para conocer la dispersión y necesidades de este grupo como el análisis de la vivienda habitada como diseño, disposición y uso de espacios, exterior de la vivienda, ubicación y cercanía con otras construcciones como muros y espacios colectivos. Además, el mantenimiento de estas viviendas y el ingreso económico que conlleva el inmueble.

En sus estudios en cuanto al entorno y adultos mayores Rantakokko, Törmäkangas, Rantanen, Haak & Iwarsson, 2013 destacan aquellos que se centran en la vivienda, los arreglos residenciales, la satisfacción con el hogar, las barreras en el exterior e interior y su asociación con la mortalidad.

La pandemia de covid dicho por Herrmann-Lunecke, Marie Geraldine et al, 2021, agudizó la inmovilización de adultos mayores que si bien algunos pudieron crear algunas rutinas de ejercicios al interior de sus hogares y aminorar los efectos de no contar con la libertad de salir al exterior, no fue suficiente. Pero por otro lado otros obstáculos se sumaron a los ya existentes como el distanciamiento social, esto creó preocupación por el cómo podrán incorporarse nuevamente a sus actividades una vez que terminó la pandemia.

Conclusión

La aplicación del instrumento de medición en las barreras de movilidad física y del entorno en la ayudó a identificar diferentes problemáticas que enfrentan los adultos mayores. Se hizo evidente que la pandemia por COVID 19 afectó su movilidad física debido a la restricción y por ende su movilidad y estado de salud, lo que maximiza la necesidad de tener adaptaciones adecuadas en el hogar considerando la situación particular de cada adulto mayor tomando como punto de partida sus limitaciones físicas, visuales o enfermedades.

En la colonia San Gabriel habitan adultos mayores con problemas médicos, físicos y visuales que viven solos y no cuentan con los recursos necesarios para atender su salud ni para realizar adaptaciones en su hogar que mejoren su adaptación. En dicha colonia se encuentra un centro gubernamental que cuenta con grupos recreativos para adultos mayores donde se promueve la compañía y expresión de sentimientos, este tipo de actividades buscan evitar un deterioro aún mayor a su movilidad. Sin embargo, se deberá buscar mejores estrategias para dar a conocer el centro y las actividades, y estrategias para aquellos adultos mayores que no pueden salir de casa.

Los profesionales de enfermería son un apoyo a la detección de las necesidades en infraestructura y salud a través de las visitas domiciliarias, se conoce el entorno donde se encuentra el adulto mayor, pero es necesario contar con ayuda de asociaciones privadas y gubernamentales para que se generen e implementen planes de acción que contemplen la implementación de transporte más accesible a este grupo

etario así como la creación de entornos amigables y accesibles a la población adulta mayor, dando lugar al envejecimiento activo y a facilitar la adaptación al entorno cotidiano.

Referencias

- Andrews, G., Kearns, R., Kontos, P. & Wilson, V. (2006). "Their Finest Hour: Older People, Oral Histories and the Historical Geography of Social Life", *Social & Cultural Geography*, 7 (2), Londres, Taylor & Francis, pp. 153-179.
- De Benito, J., García, J., Juncá, J. A., De Rojas, C., & Santos, J. J. (2005). *Manual para un entorno accesible*. Real Patronato sobre Discapacidad.
- Demerath, L. & Levinger, D. (2003). The Social Qualities of Being on Foot: A Theoretical Analysis of Pedestrian Activity, Community, and Culture. *City & Community* vol. 2, 217-237.
- García, M. T., Sánchez, D., & Román, R. (2019). Envejecimiento y estrategias de adaptación a los entornos urbanos desde la gerontología ambiental. *Estudios demográficos y urbanos*, 34(1), 101-128. <http://dx.doi.org/10.24201/edu.v34i1.1810>
- Garrocho & Campos (2015). "Segregación socioespacial de la población mayor en la Ciudad de México, 2000-2010" En Inegi (2015). La situación demográfica de México, 2015. Pp.167-195.
- Hernández, H. (2021), "COVID-19 en México: un perfil sociodemo-gráfico", *Notas de Población*, 47 (111), Nueva York, CEPAL, pp.105-132.
- Herrmann-Lunecke, M. G. et al . (2021). La ciudad del no-cuidado: caminata y personas mayores en pandemia. ARQ (Santiago), Santiago , n. 109, p. 68-77. Disponible en <http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-69962021000300068&lng=es&nrm=iso>. accedido en 26 jul. 2023. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-69962021000300068>.
- INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICA Y GEOGRAFÍA. (2021). *Estadísticas a propósito del día internacional de las personas adultas mayores (1º de octubre)*.
- Lindón, A. (2006), "Geografías de la vida cotidiana", en Alicia Lindón y Daniel Hiernaux (dirs.), *Tratado de Geografía Humana*, Barcelona, Editorial Rubí-An-thropos Editorial, pp. 356-400.
- Lindón, Alicia (coord.) (2000), *La vida cotidiana y su espacio-temporalidad*, Barcelona, Anthropos-El Colegio Mexiquense A. C.-Universidad Nacional Autónoma de México/Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias.
- Organización de las Naciones Unidas. (2003). *Declaración política y plan de acción internacional de Madrid sobre el envejecimiento*. Nueva York: ONU, 2003.
- Organización de los Estados Americanos. (2015). *Convención Interamericana de Protección de los Derechos de las Personas Mayores*.
- ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. (2019). *Década del envejecimiento saludable 2020-2030. Primer informe de progreso*.
- Rantakokko, M., Törmäkangas, T., Rantanen, T., Haak, M. & Iwarsson, S. (2013). Environmental barriers, person-environment fit and mortality among community-dwelling very old people. *BMC Public Health*, 13(783). Recuperado de <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-783>
- Sánchez, D. (2015). Ambiente físico-social y envejecimiento de la población desde la gerontología ambiental y geografía: Implicaciones socioespaciales en América Latina. *Revista de geografía Norte Grande*, (60), 97-114. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-34022015000100006>
- World Health Organization. (2002). *Active Ageing: A Policy Framework*, Génova, World Health Organization.