Envejecimiento en Costa Rica

Dr. Fernando Morales Martínez

Médico Geriatra y Gerontólogo
FRCP (Edin, GB), AGSF (USA), EAMA (EU) ALMA (LA)
Catedrático (UCR)
Miembro de la Academia Nacional de Medicina (CR)
Decano
Facultad de Medicina – Universidad de Costa Rica

El envejecimiento

Es un proceso dinámico, propio, e irreversible que involucra la disminución de las capacidades de los diferentes órganos y sistemas para responder a cambios en el medio ambiente o medio interno

Fuente: Finch Caleb E, The Biology of Human Longevity, 2007

La genómica

Un genoma es un conjunto completo de ADN dentro de una sola célula de un organismo, y como tal, la genómica se enfoca en la estructura, función, evolución y mapeo de los genomas. La genómica tiene como objetivo la caracterización colectiva y la cuantificación de los genes, que dirigen la producción de proteínas con la ayuda de enzimas y moléculas mensajeras. La genómica también implica la secuenciación y el análisis de genomas

La inmunidad

Es un proceso fisiológico muy complejo de percepción de los cambios que tienen lugar dentro del organismo y de sus interacciones con otros organismos y sustancias externas encaminado a colaborar de forma primordial en su desarrollo embrionario, en el mantenimiento de su homeostasis, en el establecimiento de su identidad individual y en su integración en el ecosistema. Entre todas estas acciones, la más conocida ha sido y es la de la defensa frente a las infecciones

La epigenética

Los factores genéticos que son determinados por el ambiente celular —en lugar de por la herencia—, intervienen en la determinación de la ontogenia (etapas de desarrollo de un organismo, desde la fecundación del cigoto en la reproducción sexual hasta su senescencia, pasando por la forma adulta) y que igualmente interviene en la regulación heredable de la expresión génica sin cambio en la secuencia de nucleótidos.

Se puede decir que la epigenética es el conjunto de reacciones químicas y demás procesos que modifican la actividad del ADN pero sin alterar su secuencia

La edad vrs el envejecimiento

La edad se constituye en un factor de riesgo para la mayoría de los padecimientos.

La edad no es modificable

Fuente: Finch Caleb E, The Biology of Human Longevity, 2007

La edad vrs el envejecimiento

El envejecimiento sí es modificable

El envejecimiento en los seres humanos inicia a los 40 años

Entre los 40 y los 60 años se deben implementar todas las acciones necesarias para garantizar el envejecimiento exitoso y extender la esperanza de vida libre de enfermedad.

Fuente: Finch Caleb E, The Biology of Human Longevity, 2007

Aspectos demográficos

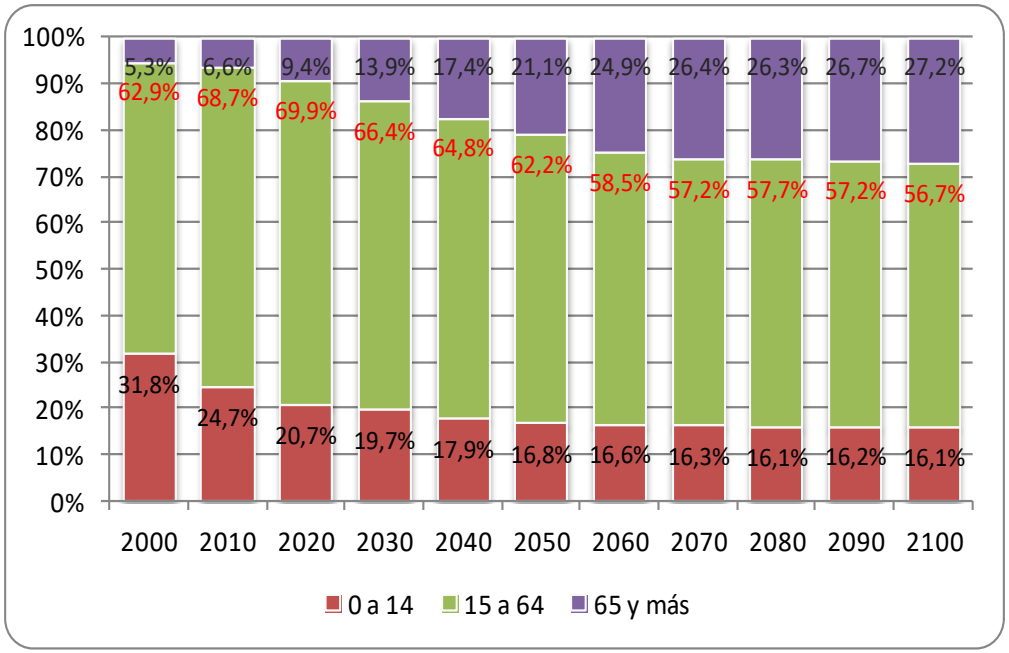
Situación Demográfica Estructura Poblacional

Presencia de altos porcentajes de población adulta y porcentajes cada vez menores de la población de menos de 15 años de edad.

Para el año 2030, se espera que el país presente un porcentaje de población adulta mayor cercana al 15% con fuerte tendencia al crecimiento.

Mientras que la población de menores de 15 años se habrá reducido más de un 50% respecto al año 2000, pasando de 31.8% a 16.1% en el 2100.

Costa Rica: Cambios en la estructura por edad (Valores porcentuales). 2000-2100

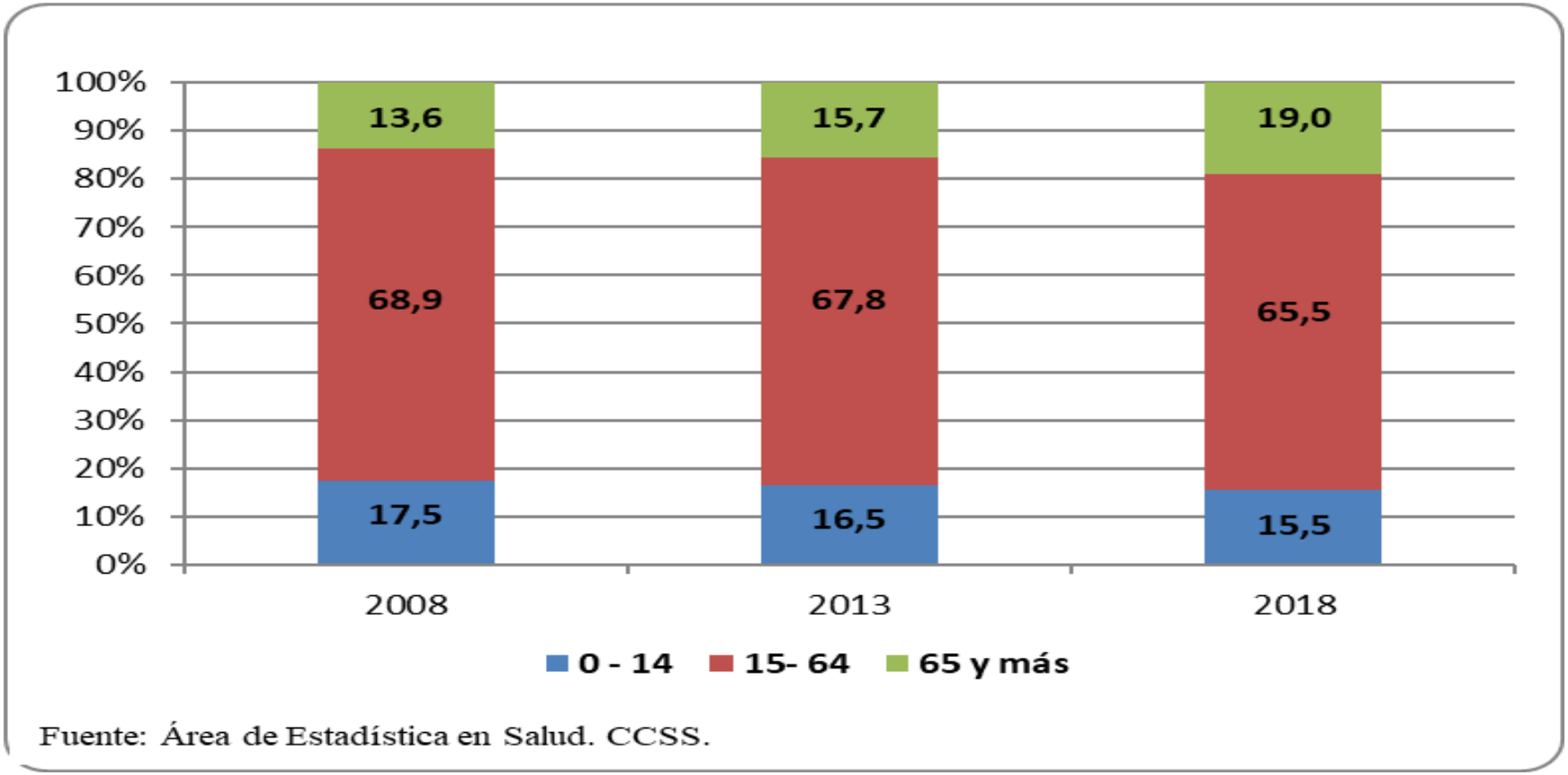


Fuente: Área de Estadística en Salud con datos del CCP-INEC

Tasas de natalidad y fecundidad

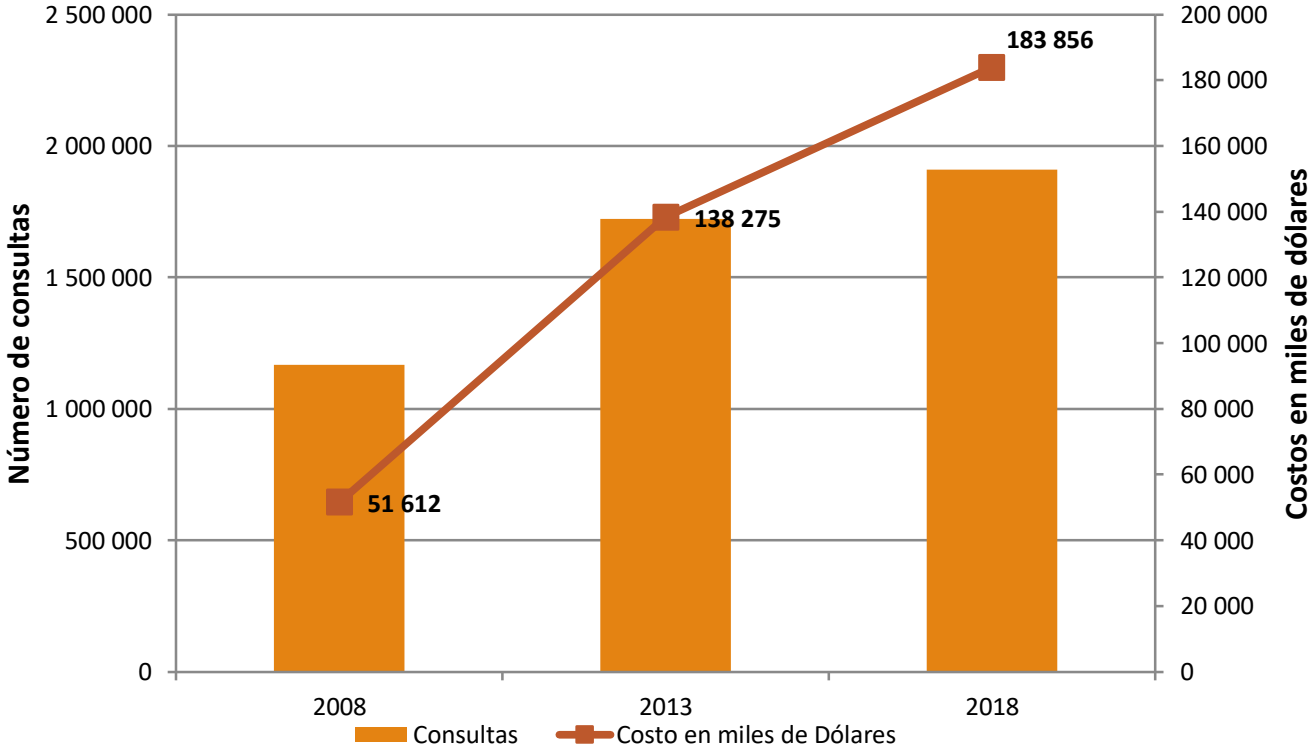
Año	Tasa bruta de natalidad por c/ 1.000 habitantes	Tasa de fecundidad por mujer
1950	42	7,4
1990	27	3,2
2010	15	1,9
2012	15	1,9
2018	14	1,8

Hospitalizaciones por año según grupo de edad. C.C.S.S. 2008, 2013 y 2018



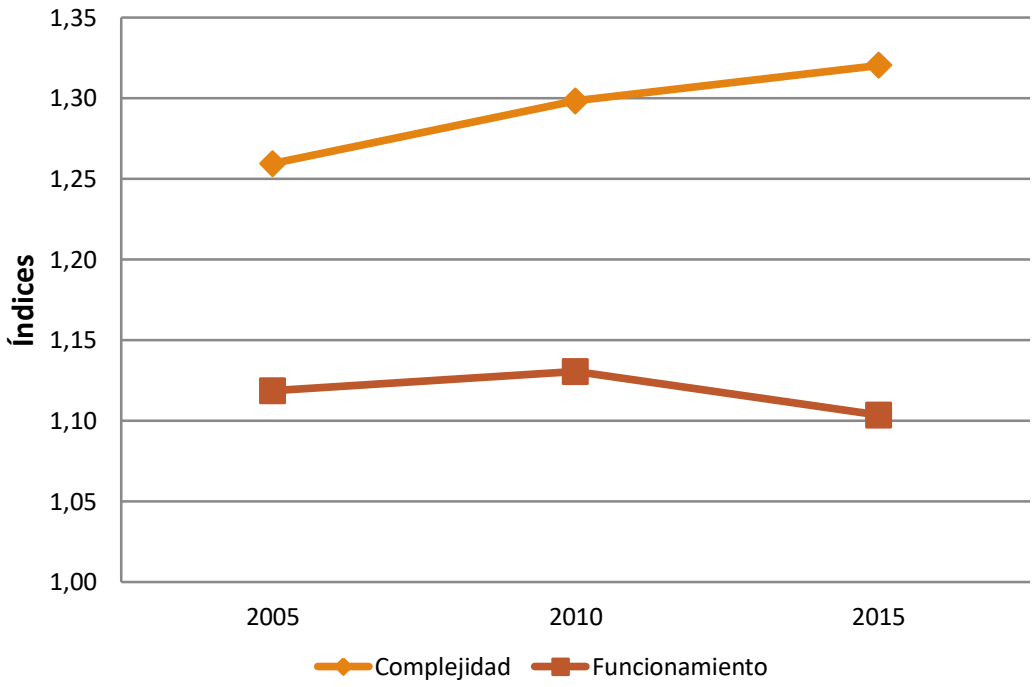
Fuente: Área de Estadística en Salud. CCSS.

Número de estancias hospitalarias y costo en miles de dólares en la atención de adultos mayores. 2008, 2013 2018



Fuente: Área de Estadística en Salud. CCSS.
Subárea de Costos Hospitalarios
Banco Central de Costa Rica, tipo de cambio promedio 2005, 2010 y 2015

Índices de complejidad y funcionamiento en las hospitalizaciones de la población adulta mayor 2005, 2010, 2015

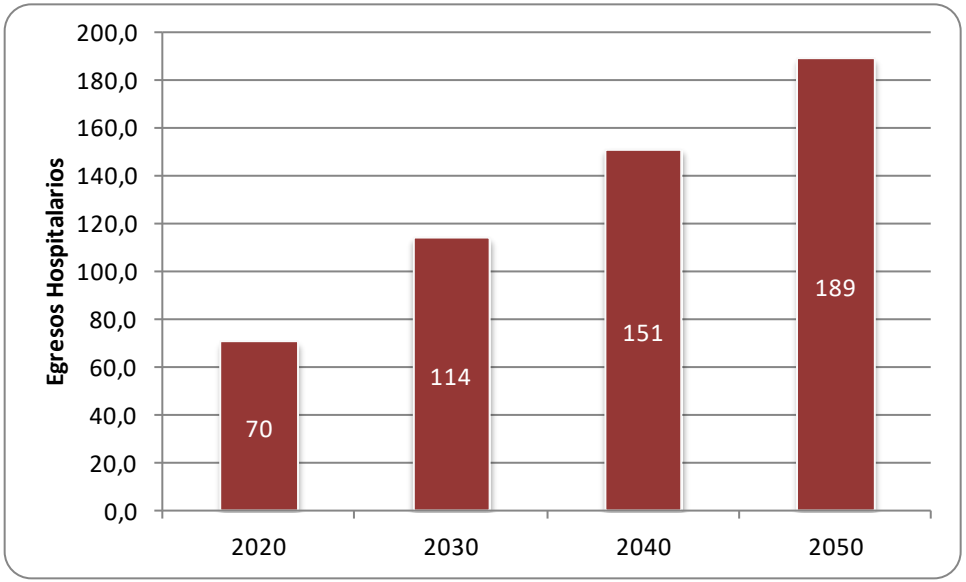


El índice de complejidad y el de funcionamiento muestran que las atenciones de esto pacientes están siendo cada vez más complejas y requiriendo de más días de estancia.

Fuente: Área de Estadística en Salud. CCSS.

Estimación de los Egresos Hospitalarios en la Población Adulta Mayor

Estimación de los Egresos Hospitalarios en la Población Adulta Mayor C.C.S.S. 2020-2050



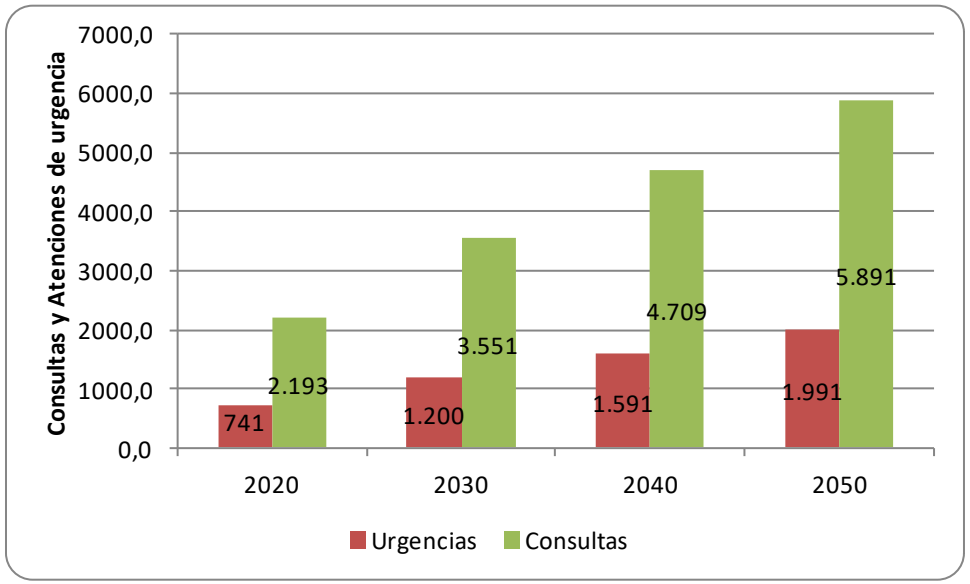
Fuente: Área de Estadística en Salud. CCSS.

Si se conserva el comportamiento experimentado en el 2010 y de acuerdo con las proyecciones de población, el comportamiento de los egresos hospitalarios es similar al esperado en atenciones de urgencias y en consultas:

De manera que para el 2020 se espera atender aproximadamente 70 mil egresos hospitalarios en adultos mayores y 190 mil en 2050.

Estimación de las Atenciones de Urgencia y Consultas en la Población Adulta Mayor

Estimación de las Atenciones de Urgencia y Consultas en la Población Adulta Mayor C.C.S.S. 2020-2050



Fuente: Área de Estadística en Salud. CCSS, Octubre 2012

Si se conserva el comportamiento experimentado en el 2010 y de acuerdo con las proyecciones de población, el comportamiento de las consultas externas y de las atenciones de urgencia se espera un crecimiento sostenido hasta el 2070, pues este grupo se espera inicie un leve descenso en el 2080, esto de acuerdo con las proyecciones poblacionales de CCP y el INEC.

De manera que para el 2020 se espera atender aproximadamente 2.2 millones de consultas en adultos mayores (5.9 millones en 2050) y 740 mil atenciones de urgencias (2 millones en 2050).

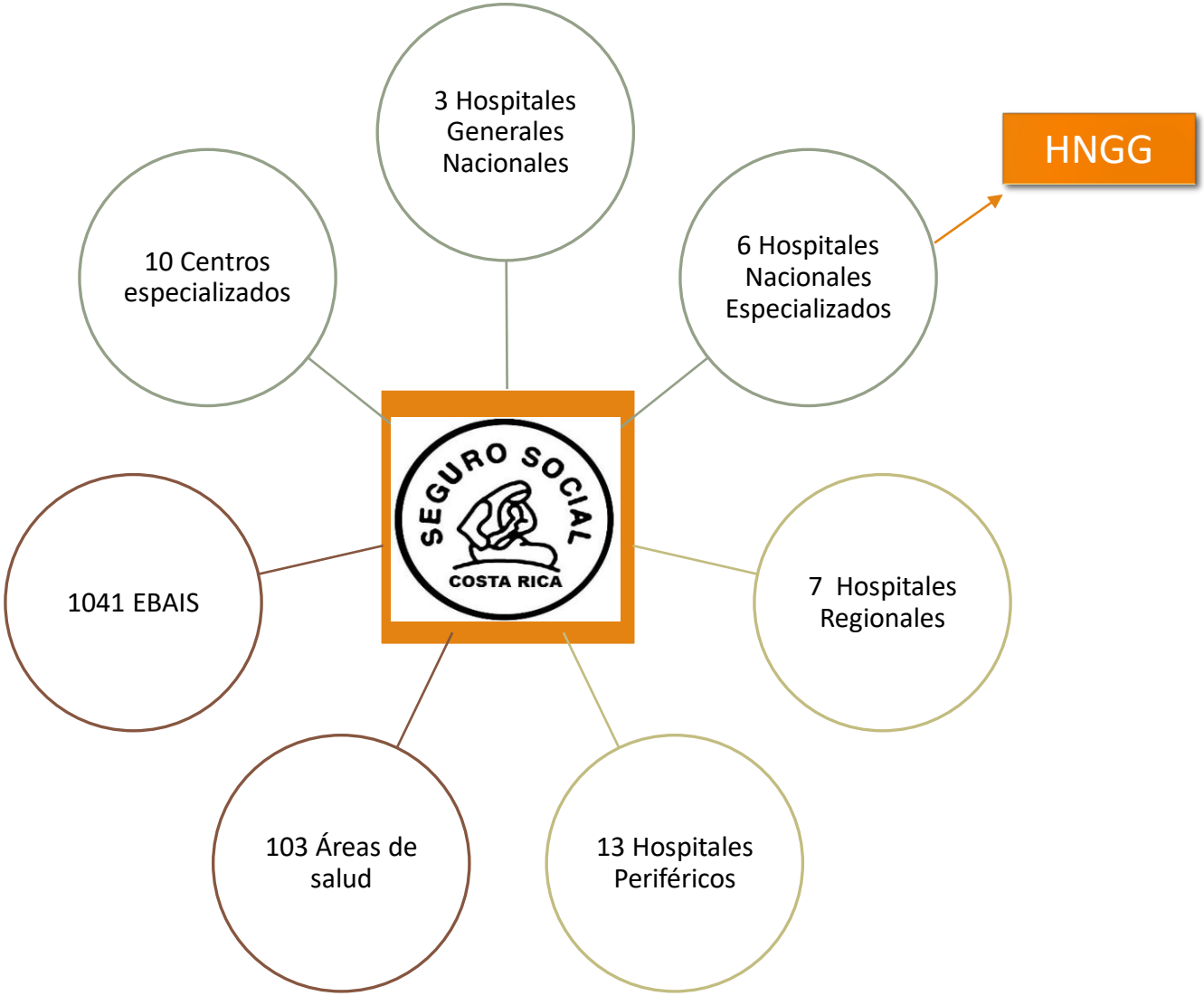
Impacto en los servicios en la última década

El efecto anual experimentado por los servicios de salud en la atención de adultos mayores:

- Los egresos se han incrementado a un ritmo de 2,3% anualmente.
- Las consultas han crecido un 4,2% anualmente.
- Las atenciones de urgencia han crecido a una tasa de 6% anualmente.

Infraestructura actual en Costa Rica

Sistema costarricense de salud, 77 años



Fuente: CCSS-2018

HNGG
Hospital Nacional de Geriatría y Gerontología

Centro Colaborador OMS-OPS

Forma parte de la Red de Servicios de Salud de la Caja Costarricense del Seguro Social, está clasificado como Hospital Especializado de Tercer Nivel de atención con cobertura nacional, tal como lo faculta la Ley Integral para la Persona Adulta Mayor No. 7935

Necesidades de los adultos mayores en atención de la salud

Promoción y prevención de la salud

En 1996 La Fundación Mac Arthur (USA) investigó

La influencia física y cognitiva en 4030 voluntarios, adultos mayores

- Las personas con mayor funcionalidad presentaron óptimos niveles pulmonares, mostraron menos deterioro en su condición de salud

- Las personas que realizan actividades físicas regulares mostraron mejor calidad de vida. (física y cognitiva)
- Las personas que caminaban o corrían mostraron igual beneficio.

Mantenimiento de la Salud

Hutchinsons Prayer

"From inability to leave well alone.
From putting zeal for the new and contempt for what is old.
•From putting knowledge before wisdom, science before art and cleverness before common sense.
•From treating patients as cases and from making the cure of the disease more grievous than the endurance of the same.

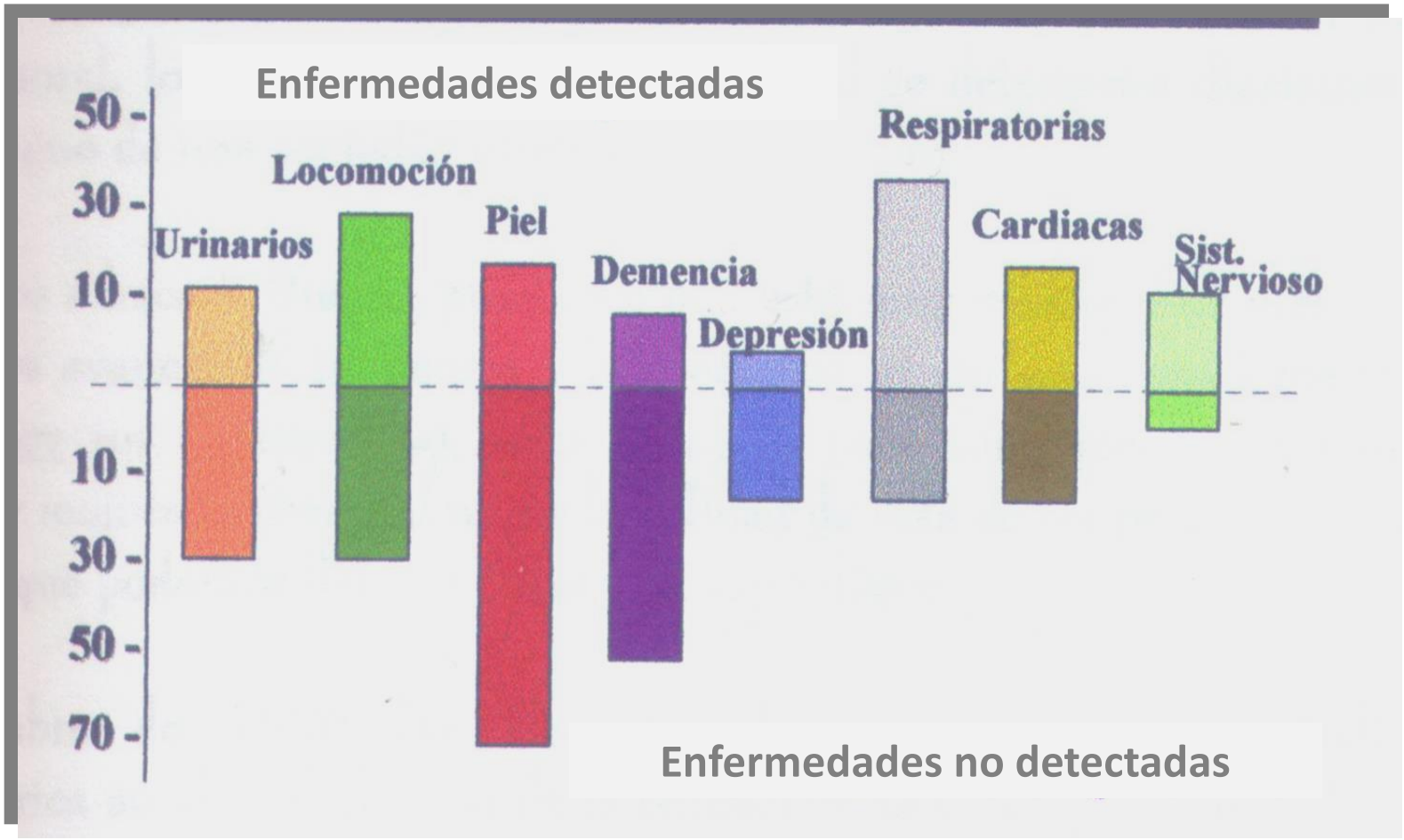
Good Lord, deliver us"

Sir Robert Hutchinson
1886 - 1960

La oración de Hutchinson

Señor líbranos.
•De la tentación de modificar lo que está bien.
•De ponerle entusiasmo a lo nuevo y despreciar lo viejo
•De poner el conocimiento antes que la sabiduría, la ciencia antes que el arte y la astucia antes que el sentido común.
•De tratar los pacientes como casos y de convertir la cura de la enfermedad en un proceso más doloroso que el de soportar la propia enfermedad.

Enfermedades no Detectadas



Fuente: Williamson J. Stokoe I H, Gray S, Fisher M, Smith A McGhee, Stephenson E, 1964 Old people at home: their unreported needs. Lancet 1: 116-1120

Enfermedad Crónica

AMC

Acta Médica Costarricense

Publicación Trimestral Científica Oficial del
Colegio de Médicos y Cirujanos de Costa Rica

ISSN 0001-6002

Volumen 51

Número 3
Julio-Setiembre de 2009

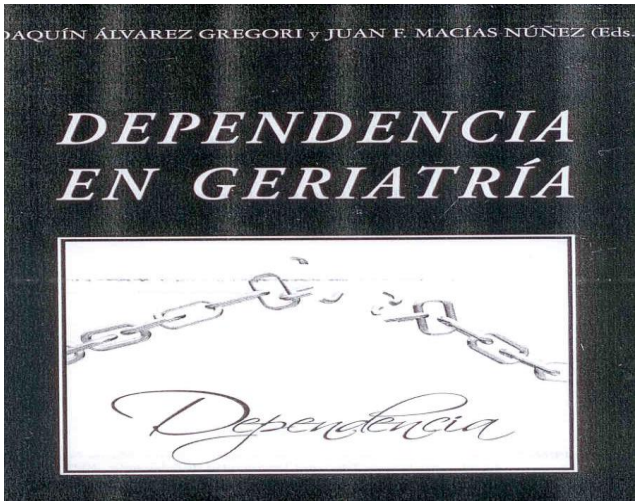
ISSN 0001-6002/2009/51/3/138-146
Acta Médica Costarricense, ©2009
Colegio de Médicos y Cirujanos

Revisión

Fibrilación atrial en los adultos mayores

(Atrial Fibrillation in the Elderly)

Jorge Brizuela-Torres, Fernando Morales-Martínez



Dependencia en geriatría: definición, epidemiología, diagnóstico

Dr. Fernando Morales Martínez

Director General. Hospital Nacional de Geriatría y Gerontología.
Catedrático, Universidad de Costa Rica

Dr. Gustavo Leandro Astorga

Jefe de Residentes e Internos. Residente en Geriatría y Gerontología.
Hospital Nacional de Geriatría y Gerontología

Enfermedad Aguda

Journal of Infection (1983) 7, 236–247

A study of respiratory infections in the elderly to assess the role of respiratory syncytial virus

F. Morales,*† M. A. Calder,‡ J. M. Inglis,§ P. S. Murdoch¶ and J. Williamson*

**University Department of Geriatric Medicine, ‡Bacteriology Department and §Regional Virus Laboratory, City Hospital, Greenbank Drive, Edinburgh EH10 5SB ¶Geriatric Unit, Royal Victoria Hospital, 13 Craigleith Road, Edinburgh EH4 2DN*

Accepted for publication 15 April 1983

Necesidades de los adultos mayores en atención de la salud

Retos para la Seguridad Social

Aumento de personas jubiladas dependientes de la seguridad social.

Crecientes costos de las pensiones y de la salud, inciden en la economía y en el presupuesto público.

Atención Integral para las personas adultas mayores

Retos para la Seguridad Social

Desarrollo de una red de informática avanzada en beneficio de los programas para las personas adultas mayores – Gerontotecnología

Programas universales de promoción y prevención de la salud

Estimular el autocuidado en las personas adultas mayores

Retos para Costa Rica

Ampliar la formación de recursos humanos interdisciplinarios

Estimular las investigaciones en Geriatría y Gerontología

Motivar y fortalecer el voluntariado en todo el país

Retos para Costa Rica

Establecer compromisos políticos reales con coherencia interinstitucional, garantizando su continuidad.

El desafío más importante es responder a los cambios demográficos y epidemiológicos.

Retos para Costa Rica

Universalizar el cuido de las personas adultas mayores en estado de dependencia y pobreza en la comunidad con un genuino apoyo del Estado.

Posicionar una cultura de respeto, dignificación e inclusión de la persona adulta mayor en la sociedad.

Retos para Costa Rica

- Fortalecer el hospital especializado en Geriatría y Gerontología, con un buen diseño arquitectónico, con una visión integral y amplia proyección comunitaria que permita liderar y coordinar en forma eficiente toda la red de atención de salud de la persona adulta mayor.

Muchas gracias por su atención

fernandomm@costarricense.cr

facultad.medicina@ucr.ac.cr