

Resumen N°16 | Nutrición y Salud

Autopercepción de la salud en adultos mayores asistentes al club de día del centro de jubilados y pensionados vaqueros. Salta

Yapura, S.; Márquez, R.; Caillou, L.;
Serman, F.; Macazaga, M.

Centro de Jubilados y Pensionados «Casa de la Comunidad»

Contacto: romina_dm_08@hotmail.com

Palabras claves: adultos mayores, autopercepción de la salud, hábitos de vida

Keywords: older adults, self-perception of health, life habits

El Club de día es un dispositivo dirigido a los adultos mayores (AM) con exposición a diferentes grados de vulnerabilidad social y fragilización que pretende generar un espacio de pertenencia y contención social, mediante la implementación de un plan de actividades de multiestimulación.

Objetivos

Conocer y analizar los factores asociados a la autopercepción de la salud de los AM que asisten al Club de día.

Metodología

Estudio descriptivo-transversal.

- Muestra: 30 AM. Encuesta estructurada-con encuestador.
- Variables: sociodemográficas, condiciones de vida, estado nutricional, redes de apoyo y satisfacción con la vida. El estado nutricional (EN) se valoró según IMC, se tomó como referencia las Tablas del Tercer Estudio para el Examen de Salud y Nutrición (NHANES III. 2000).

Resultados

El 60% son mujeres y 40% varones, presentan edades entre 60 a 85 años, con una media de 73 años. Un 73% convive acompañado y un 27% vive solo. El 77% refirió recibir apoyo de familiares, amigos y/o vecinos, como así también participar de las decisiones familiares. De los que no reciben apoyo (23%), un 57% manifiesta si necesitarlo. En el 60% los ingresos económicos rondaron los \$4.000 a \$6.000. Un 93% presentó escolaridad. El 87% autorefirió la presencia de alguna enfermedad crónica, la mayoría (73%) entre 2 a 3 enfermedades. Las más frecuentes fueron: enfermedades osteoarticulares (54%), hipertensión arterial (23%), cardíacas (19%), y diabetes (19%). Con respecto al estado nutricional, en el 57% fue adecuado, 37% sobrepeso y 6% en déficit. El 73% realiza actividad física programada,

con una frecuencia de 2 a 3 veces/semana (50%). El 83% está satisfecho con su vida, mientras que un 3% manifiesta no estarlo. La autopercepción de la salud fue buena (63%), regular (17%), muy buena (10%) y mala (10%).

Conclusiones

La mayoría de los AM que asisten al Club de día tuvieron una autopercepción positiva de su salud, y en general son los que realizan actividad física, están satisfechos con su vida, conviven acompañados, presentan escolaridad, reciben apoyo y participan en las decisiones familiares. Los factores que se asociaron a una percepción negativa fueron: el sexo femenino, la presencia de enfermedades crónicas y el menor ingreso. Del trabajo puede concluirse que el contexto social que fortalece la autonomía del AM y el nivel de satisfacción con la vida, influyen en la percepción positiva de la salud.