

# MOVILIDAD INTRAURBANA DE LOS ADULTOS MAYORES

---

*Integración sociofamiliar **versus**  
soledad, aislamiento y depresión*

**Carlos Garrocho**  
El Colegio Mexiquense  
cfgarrocho@gmail.com

# Objetivo, comercial y «preliminares»

# Objetivo de la Presentación...

- El objetivo es **develar el efecto clave** de la **Movilidad** de los adultos mayores sobre su **bienestar, cohesión e inclusión social**, a partir de dos temas fundamentales:
  - i. Su capacidad para generar, mantener y reforzar **interacciones significativas**; y,
  - ii. Su acceso y aprovechamiento de las **oportunidades urbanas**.

# ¿A quiénes me refiero en esta Presentación?



75 años



81 años



71 años



74 años

# Me refiero...

- A la **mayoría** de nuestra gente, en **nuestra realidad**, en **nuestra ciudad...**



# ¿Quiénes son los adultos mayores?

- Existen **diversas definiciones** y «cortes de edad»...
- Aquí considero el corte «convencional y **arbitrario**» de **65 años y más.**
- Sin embargo, debe subrayarse, **enfáticamente**, que la vejez es un **constructo social** que involucra la **asignación de roles** de acuerdo con la edad, género y, en general, con las normas socioculturales predominantes en cada sociedad...
- La acumulación de años es un proceso **natural**, la vejez la construye la **sociedad**...

# Urbanización y Envejecimiento: El Telón de Fondo

- En el siglo XX la población del planeta **se duplicó en dos ocasiones**. Esto no ocurrirá en el siglo XXI porque las tasas de natalidad en muchas partes del mundo han disminuido notablemente.
- Sin embargo, el número de personas mayores de 65 años **se duplicará** en los próximos 25 años.
- Este cambio en la estructura demográfica **remodelará la economía mundial** y los principales lugares donde la gente vive y trabaja: **las ciudades**.

# Urbanización y Envejecimiento: El Telón de Fondo

- En consecuencia las ciudades se verán pobladas de manera **cada vez más significativa** por los **nuevos seres urbanos** del siglo XXI: la población de 65 años y más. Lo que algunos llaman los “**age invaders**” (The Economist).
- **Especialmente** en **algunas partes** de la ciudad...



# Punto de mira...

- Pongo la mira en la **dimensión socioespacial** de la Movilidad de los adultos mayores.
- Es decir, en la **planeación de la Movilidad Urbana** con **enfoque gerontológico** que considera los **aspectos físicos y sociales** que afectan a los adultos mayores...
- En las **grandes ciudades**...
- En un país de ciudades: **«Toda política nacional, es una política nacional urbana»...**

# ¿Enfoque gerontológico de las ciudades?

- El envejecimiento de la población es y será un asunto principalmente **urbano**.
- Los urbanistas han generado un nuevo enfoque de ver la ciudad: el **urbanismo gerontológico**, y los **geógrafos** desarrollan una nueva perspectiva para analizar las estructuras y procesos espaciales de la vejez: la **geografía gerontológica**.
- **Sin embargo**, los **conductores de las ciudades del país** (v.g. gobiernos, desarrolladores, organizaciones empresariales y sociales) no tienen al **envejecimiento en su radar...**

# El futuro nos alcanza...

DEMOGRAFÍA ›

## España, un país envejecido y lleno de hogares solitarios

La población española caerá sin parar durante los próximos 50 años, según el INE



FERNANDO J. PÉREZ

Madrid - 20 OCT 2016 - 20:13 CEST



---

Un hombre de espaldas sentado en una mesa del parque de la Dehesa de la Villa

---

España se convertirá, de aquí a 50 años, en un país severamente envejecido y lleno de hogares en los que vivirá una sola persona, según las [proyecciones publicadas ayer por el Instituto Nacional de Estadística \(INE\)](#). Para el año 2031 —dentro de tres lustros— 5,52 millones de viviendas tendrán un único habitante, un incremento del 19,8% respecto a la actualidad. Para 2066, España habrá perdido casi 5,4 millones de habitantes sobre los 46,4 millones actuales.

## NÚMERO DE HOGARES POR TAMAÑO

Proyección 2016-2031



	1-1-2016	1-1-2031	Variación (%)
 1 persona	4.611.129	<b>5.522.762</b>	 <b>19,8</b>
 2 personas	5.617.423	<b>6.192.325</b>	 <b>10,2</b>
 3 personas	3.857.493	<b>3.818.805</b>	<b>-1,0</b>
 4 personas	3.242.387	<b>2.958.098</b>	<b>-8,8</b> 
 5 o más personas	1.050.259	<b>789.363</b>	<b>-24,8</b> 
TOTAL	18.378.691	<b>19.281.354</b>	 <b>4,9</b>

# Movilidad

# Qué se entiende aquí por Movilidad...

- Movilidad **cotidiana** intraurbana, incluyendo la intrametropolitana.
- *i.* Traslados **en el espacio habitual** de vida con el fin de adquirir bienes o servicios (e.g. por abasto, atención médica, servicios religiosos);
- *ii.* Viajes **fuera del espacio natural** de vida para, por ejemplo, visitar amigos o familiares; y,
- *iii.* Desplazamientos **en espacios cerrados** (principalmente en la vivienda), tanto **horizontales** (e.g. sobre la misma superficie) como **verticales** (subir o bajar por escalera o elevador)...(**¿ciudad compacta?**)

# **Interacciones Significativas de los adultos mayores**



# ¿Qué son Interacciones Significativas?

- Las interacciones significativas son la **unidad mínima** que determina la **segregación/integración sociofamiliar** de los adultos mayores, su **soledad/acompañamiento, aislamiento/interrelaciones, depresión/salud...**
- Son los **hilos** que conforman **sus redes sociales de apoyo informal** (las redes que no articula el gobierno), en el espacio **geográfico** (v.g. construido), en el espacio **social** (v.g. el de su vida cotidiana), en el espacio **familiar** (v.g. intergeneracional)...

# ¿Qué «significa» **Significativas**?

- Por **significativas** se entiende interacciones sostenibles, solidarias, recíprocas, basadas en la confianza mutua, que favorecen la empatía, la convergencia, el intercambio de información, ideas, que animan la tolerancia ante distintas formas de pensar, que favorecen compartir valores y actitudes, que tienden a la cohesión y a la comprensión mutua, reducen la discriminación y el estigma de edad y ayudan a crear entendimiento y afecto mutuo entre personas y grupos de edades diversas...

# ¿Qué son las redes de apoyo **informales**?

- “Las redes de apoyo informales son una práctica **simbólica-cultural**...
- que incluye el conjunto de relaciones interpersonales que integran a una persona **con su entorno sociofamiliar**...
- y le permiten mantener o mejorar su **bienestar** material, **físico y emocional**...
- y evitar/retardar el **deterioro** real o imaginado que podría generarse cuando se producen **dificultades, crisis o conflictos** que afectan a la persona.
- Cuando se habla de redes sociales está implícita la idea de **intercambio de apoyos**, que constituye la **esencia** de la configuración de las redes”.

**El eslabón perdido entre  
Movilidad,  
Interacciones Significativas  
y Bienestar de los adultos  
mayores\***

**\*elemental, pero no tan obvio**

# Lo Social... Especialmente Integrado

- Las **Interacciones Significativas** consolidadas por relaciones simbólicas y recíprocas de amor, amistad, solidaridad, requieren, antes que todo, contactos **“cara a cara”...**
- Es **complejo** que se construyan por carta o por internet...
- Sin embargo, establecer **contacto «cara a cara» en grandes ciudades es costoso**: tiempo, dinero, energía, riesgo... **y más** si el sistema de Movilidad de la ciudad **es ineficiente**.

# Lo Social... Espacialmente Integrado

- Corolario **(no tan)** elemental:
  - A **mayores** costos de transporte, **menores** contactos «cara a cara» (y viceversa);
  - A **menores** contactos «cara a cara», **más** débiles las redes de apoyo informales de los adultos mayores;
  - A **mayor debilidad** de las redes de apoyo informales de los adultos mayores, **mayor** propensión al aislamiento, soledad, abandono, vulnerabilidad, depresión (**13%** de los egresos hospitalarios relacionados con salud mental **más los que no ingresan** al sistema público de salud)...

# Lo Social... Espacialmente Integrado

- **Carecer** de redes de apoyo **sólidas** basadas en interacciones significativas **afecta seriamente la calidad de vida** y la **salud** de la población adulta mayor...
- **Todos** necesitamos ayuda desde los aspectos **más prácticos** (v.g. tareas cotidianas: cambiar un foco o realización de trámites), como en las importantes **dimensiones intangibles** (v.g. sentir apoyo, disponer de confidentes, recibir cariño y amistad).

# Lo Social... Espacialmente Integrado

- Estar **aislado y al margen** de las redes de apoyo puede conducir a la **soledad y al aislamiento**, que es un camino casi seguro a la **depresión**, uno de los **grandes padecimientos** de los adultos mayores.
- Por tanto, la **Movilidad** es clave (pero **no suficiente**) para la construcción de redes **sólidas** de apoyo *informal* (v.g. integradas por familiares, amigos, vecinos) articuladas por **Interacciones Significativas sostenidas** por contactos «**cara a cara**».
- La proximidad espacial: e.g. **Arreglos Residenciales**: padres con hijos o hijos con padres.



**El contexto socioespacial  
es adverso para la construcción de  
Interacciones Significativas...**

# El contexto adverso...

- Por varios factores:
  - **i. Envejecimiento**: rápido aumento de la población envejecida y de la tasa de dependencia: «*nunca tantos requerirán el apoyo de tan pocos*». Esto se agrava por...
  - **ii. La pobreza**, que afecta a la mayoría de los adultos mayores y a sus familiares. «**El dinero no es la vida**» pero hace gran parte de **la diferencia** entre una vejez más sana y tranquila o una con padecimientos y azarosa... Especialmente **sin apoyos de calidad** por parte del Estado...

- **Cobertura insuficiente de la seguridad social**, derivada del uso ineficiente y no correctamente priorizado del gasto público (o **francamente corrupto**, sin transparencia ni rendición de cuentas), con lo que la población envejecida más vulnerable encuentra apoyos insuficientes por parte del Estado (v.g. redes de apoyo *formales*): **el muy famoso cuento de que no hay dinero...**
- **Menores tasas de natalidad**: menor apoyo **agregado** por parte de los hijos (tiempo, compañía, dinero...)...Incluso es cada vez más común conocer parejas que han decidido no tener hijos. Los **DINK**: «*Double Income; No Kids*»;

- **Cambios en la estructura y composición de las familias mexicanas** (e.g. incremento de divorcios, separaciones, ocurrencia de segundas y terceras nupcias, presencia de hijos de diversos matrimonios: **“los tuyos, los míos y los nuestros”**)....
- ...lo que reconfigura los papeles familiares de los individuos y hace **menos claras** las **responsabilidades** de los jóvenes con sus adultos mayores.

- **Hijos con ingresos que disminuyen sistemáticamente en términos reales**, lo que implica que los dos integrantes de las parejas deban tener empleos **remunerados** y, por tanto, **menos tiempo** para dedicar a sus adultos mayores;
- **Creciente movilidad geográfica** de los **jóvenes** (e.g. migración, localización donde está el trabajo) que incrementa los **costos de transporte para cuidar** a sus adultos mayores y **debilita la red familiar** (aún y si viven en la misma gran ciudad, como la Ciudad de México, pero en zonas lejanas).

- **Largos tiempos de traslado** en las grandes ciudades (como en la Ciudad de México) **limita seriamente la ayuda y compañía** que pueden brindar los jóvenes a sus adultos mayores: principalmente el de los **hijos**, que son **el apoyo más importante** de la población de 65 años y más.
- **Segregación voluntaria** de la población mayor, derivada de su deseo de **envejecer en el lugar** o **involuntaria**, derivada de la falta de recursos para cambiar de lugar de residencia;



- **Inseguridad y violencia** en el entorno de las personas de la tercera edad, tanto en la vivienda misma, como en el **barrio** (desde crimen hasta banquetas inseguras);
- **Diseño y condiciones urbanas que inhiben la movilidad...**
  - **Había una vez** un adulto mayor que iba al súper (o a «la Comer»)...
- Por tipo de discapacidad, la que presenta mayor proporción es la **dificultad para caminar, moverse, subir o bajar (71.9%)**; le siguen las dificultades para ver aun usando lentes (32.1%) y oír, aun usando aparato auditivo (21.8%).

**OJO:** En México, las caídas es la **séptima**  
**causa de muerte** entre la población mayor.

Esta **tristísima** historia sí se deriva de la vida  
real...



# El deporte extremo de cruzar calles...

≡ **EL PAÍS** 

MÉXICO

[EUROPA](#) [EE UU](#) [MÉXICO](#) [AMÉRICA LATINA](#) [ORIENTE PRÓXIMO](#) [ASIA](#) [ÁFRICA](#) [FOTOS](#) [OPINIÓN](#) [BLOGS](#) [TITULARES](#) »

**AVANCE**

Consulta la primera página de EL PAÍS, Edición América, del martes 25 de octubre de 2016 »

## El deporte extremo de cruzar las calles en la Ciudad de México

En una metrópoli con alrededor de 5,5 millones de automóviles, el peatón corre peligro

# El deporte extremo de cruzar calles...



En la Ciudad de México hay  
5,5 millones de autos

# Seguimos con el contexto adverso...

- **Preparación deficiente de la familia para cuidar a sus adultos mayores.** Sobre carga física y emocional de las personas dedicadas al cuidado de los ancianos (especialmente si están enfermos, deprimidos y/o padecen discapacidades: demencia senil);
- **Violencia intrafamiliar:** maltrato, aislamiento y abandono en la misma casa (aún si el adulto mayor es **¡¡el dueño!!**: **viviendo con el enemigo**....el mito de la **perfecta** familia mexicana...

# Conclusiones

- Al final **el argumento básico es sencillo**:
  - **i.** Las Redes de Apoyo incrementan las probabilidades de los adultos mayores de **permanecer integrados** a su familia y a su comunidad y son **más importantes** a medida que la persona envejece.
  - **ii.** Para mantenerse **fuertes y eficaces** Las Redes de Apoyo deben articularse mediante **Interacciones Significativas** que requieren contactos **«cara a cara»**;
  - **iii.** Los contactos «cara a cara» **requieren Movilidad** (o *proximidad espacial*);

- **iv.** La Movilidad **tiene un costo** (fricción de la distancia): a mayor costo menores los contactos «cara a cara», menores las interacciones significativas, menos sólidas las redes de apoyo y **menor calidad de vida y bienestar** de la población mayor;
- **iv. Sistemas ineficientes de Movilidad** afectan la calidad de vida y bienestar de la población mayor: los marginan, segregan, aíslan...los condenan a la soledad y, con mucha frecuencia a la depresión...uno de los **graves padecimientos** de la población mayor...

# Un par de alternativas clave...

- Planeación Urbana con **enfoque gerontológico** a **diversas escalas**, revalorizando la escala de **barrio**.
- **Empoderar** a los adultos mayores en la **conducción de la ciudad** (por lo menos) es un tema que nos conviene a todos, porque más tarde o más temprano (si tenemos suerte), **pasaremos a formar parte de los age invaders**: los adultos mayores del siglo XXI.

**Amplias, Extensas, Múltiples y  
Variadas...  
¡Gracias!**

**[cfgarrocho@gmail.com](mailto:cfgarrocho@gmail.com)**