

www.activeageing.unito.it

Published on *www.activeageing.unito.it* (<http://www.activeageing.unito.it>)

Home > Envejecimiento y fragilidad

Envejecimiento y fragilidad

La Comisión Europea identificó el envejecimiento de la población como una de las cuestiones políticas de mayor urgencia del siglo XXI. La esperanza de vida al nacer creció rápidamente durante el último siglo debido a las mejoras en los estándares de vida, mejora de la salud, progreso médico y mejora del conocimiento de temas relacionados con la salud, y esta tendencia se espera que continúe.

En EU-27 la esperanza de vida es ahora de 82.4 años para mujeres y 76.4 para hombres, con diferencias significativas entre los Estados Miembro de la UE: para mujeres, la menor esperanza de vida está registrada en Bulgaria y Rumanía (77.4 años) y la mayor en Francia (85 años); para hombres, el rango está en 67.5 años en Lituania y 79.4 en Suecia (2009). Para 2050, el número de personas mayores de 65 años viviendo en la Unión Europea llegará al 70% y el número de personas con más de 80 años será del 17%, con los consecuentes cambios en términos de demanda de cuidados de la salud, necesidades de la población envejecida y sostenibilidad de la mano de obra (ec.europa.eu/health-eu [1], 2012). La proporción de personas de 80 años de edad y mayores muestra el mayor crecimiento, representando el 5.3% del total de la población (Eurostat, 2013).

Existen varios modelos teóricos de envejecimiento. Todos coinciden en que el envejecimiento es un reto para los organismos vivos. En humanos, el desarrollo fisiológico caracterizado también por la división celular y el metabolismo que se produce exuberantemente hasta aproximadamente los 25 años de edad. Más allá de esta edad, el daño celular se acumula de varias maneras, y la disminución progresiva de los órganos y sistemas comienza a conducir a la aparición de fenotipos de envejecimiento vinculados a una mayor co-morbilidad y finalmente la mortalidad.

De acuerdo con las predicciones de la población, la tasa de dependencia en España pasará del 25% en 2010 al 57% en 2050, a pesar de la estimación de la contribución neta total estimada en este periodo de casi 11,6 millones de inmigrantes y otros 18.5 millones de nacimientos, de modo que España tendrá una de las tasas de dependencia más altas de Europa junto con Alemania (58%), Grecia (57%) e Italia (56%) (Muszyńska & Rau, 2012).

Fragilidad y deterioro funcional

La fragilidad es un proceso progresivo de creciente vulnerabilidad, que predispone al declive funcional y finalmente conduce a la muerte. Consiste en la pérdida de homeostasis funcional, lo que se piensa es el potencial para que el individuo resista la enfermedad sin pérdida de función. Los efectos del envejecimiento, ausencia de ejercicio físico, nutrición inadecuada y defensa inadecuada de los estresores, crea un círculo vicioso que causa subnutrición crónica y pérdida de masa esquelética y muscular.

La fragilidad se define operacionalmente como una condición clínica que cumple con tres de los cinco criterios relacionados con el fenotipo físico incluyendo fuerza muscular débil, velocidad lenta de la marcha, pérdida de peso involuntaria, malnutrición o co-morbilidad, agotamiento y baja actividad física. Algunos autores han añadido caídas, delirio e incontinencia urinaria. Además, la depresión es una característica importante en una persona de edad avanzada, para lo que hay escalas de depresión geriátrica específicas, y que a su vez puede ser una consecuencia de la fragilidad y otra causa de empeoramiento.

Se ha propuesto una escala de fragilidad clínica, desde 1 hasta 7, dependiendo del grado de dependencia con respecto a otras personas. Un estado pre-fragilidad, en el que uno o dos criterios están presentes, identifica un subconjunto con alto riesgo de progresar a fragilidad. Alternativamente, la fragilidad está siendo operacionalizada como un índice de riesgo contando el número de déficits acumulados en el tiempo (denominado "Índice de Fragilidad" – IF), incluyendo discapacidad, enfermedades, impedimentos físicos y cognitivos, factores de riesgo psicosocial y síndromes geriátricos (por ejemplo, caídas, delirio e incontinencia urinaria). La fragilidad, por lo tanto, puede ser considerada como el resultado de una combinación de debilidades físicas, cognitivas, psicológicas y finalmente sociales.

Source URL: <http://www.activeageing.unito.it/es/envejecimiento-y-fragilidad>

Links

[1] <http://ec.europa.eu/health-eu>