

Resumen #957

Puesta en valor de la longevidad y la calidad de vida en la población geronte en la ciudad de San Fernando del Valle de Catamarca

¹Aredes R, ¹Carrizo L, ¹Reartes C, ¹Barrionuevo A, ¹Sosa R, ¹Zeballos J, ¹Córdoba Díaz J
¹Facultad de salud UNCa

Persona que presenta:

Aredes R, rafa_aredes@hotmail.com.ar

Área:

Epidemiológica / Salud Pública

Resumen:

Envejecimiento y vejez supone reconocer que estamos frente a una realidad compleja un proceso dinámico, progresivo e irreversible en el que intervienen múltiples factores

El objetivo de este estudio es valorar y analizar la calidad de vida en la población geronte en la ciudad de San Fernando del V. de Catamarca 2016-2018.

Estudio descriptivo de corte transversal. Para aquellas variables que son categóricas se calcularon las frecuencias porcentuales y para las variables numéricas, se calcularon los valores descriptivos media, y desvíos estándar. El presente trabajo contó con consentimiento informado el cual fue valorado y evaluado por el tribunal de bioética del Hospital San Juan bautista de la provincia de Catamarca.

Los datos fueron recolectados una encuesta semiestructurada, la cual fue aplicada en una zona geográfica predeterminada, alrededor de 100 manzanas de Catamarca, Capital.

En el total de 260 entrevistados la edad promedio fue 73,5 años. Estado Civil: 45,5% casados, y el 54,5% no. Nivel de educación, 36,3% primaria, un 33,8% secundario, 21,3% terciario y un 8,8% universitario. la gran mayoría son jubilados, algunos poseen una pensión y un pequeño porcentaje trabaja. Casi la totalidad dijeron que tenían obra social y que se encontraban en rehabilitación. Patologías mencionadas: hipertensión arterial (60%), artrosis (51,3%) y diabetes mellitus (27,5%). luego la demencia, el Alzheimer y el cáncer. Factores de riesgo, los hábitos de fumar y tomar alcohol, el 22,6% dijeron que fuman. El 35,9% toma alcohol y siendo más los varones, con respeto a las mujeres, con una diferencia significativa ($p < 0,05$). El 41,3% de los entrevistados realizan actividades físicas. El 57,5% no realiza viajes, y solo un 18,8% utiliza tecnología. Los datos obtenidos tienden a la media central, lo cual podría estar relacionado con las características de la población escogida, que si bien es adulta mayor está en la fase inicial del proceso de envejecimiento.

El cambio de estilo de vida y los hábitos saludables son fundamentales para ralentizar el proceso de envejecimiento y mejorar nuestra salud. El ejercicio físico, la dieta equilibrada, el dormir suficiente, evitar el consumo de tabaco y alcohol, disminuir los niveles de estrés, las emociones y la importancia de las actitudes positivas.

Palabras Clave:

CALIDAD DE VIDA

Enhancement of longevity and quality of life in the elderly population in the city of San Fernando del Valle de Catamarca

¹Aredes R, ¹Carrizo L, ¹Reartes C, ¹Barrionuevo A, ¹Sosa R, ¹Zeballos J, ¹Córdoba Díaz J
¹Facultad de salud UNCa

Persona que presenta:

Aredes R, rafa_aredes@hotmail.com.ar

Abstract:

Aging and old age means recognizing that we are facing a complex reality, a dynamic, progressive and irreversible process in which multiple factors intervene.

The aim of this study was to assess and analyze the quality of life in the elderly population in the city of San Fernando del V. de Catamarca 2016-2018.

Descriptive cross-sectional study. For those variables that are categorical, the percentage frequencies were calculated and for the numerical variables, the average descriptive values and standard deviations were calculated. This work had informed consent, which was evaluated and evaluated by the bioethics court of the San Juan Baptist Hospital in the Province of Catamarca. The data were collected a semi-structured survey, which was applied in a predetermined geographical area, about 100 blocks from Catamarca, Capital.

Of 260 respondents, average ages 73.5 years. Marital Status: 45.5% married, and 54.5% not. Level of education, 36.3% primary, 33.8% secondary, 21.3% tertiary and 8.8% university. the vast majority are retired, some have a pension and a small percentage work. Almost all said they had social work and were in rehabilitation. Pathologies mentioned: arterial hypertension (60%), osteoarthritis (51.3%) and diabetes mellitus (27.5%). then dementia, Alzheimer's and cancer. Risk factors, smoking and drinking habits, 22.6% said they smoke. 35.9% drink alcohol and more men, with respect to women, with a significant difference ($p < 0.05$). 41.3% of respondents perform physical activities. 57.5% do not travel, and only 18.8% use technology. The data obtained tend to the central average, which could be related to the characteristics of the chosen population, which, although older, is in the initial phase of the aging process.

Changing lifestyle and healthy habits are essential to slow down the aging process and improve our health. Physical exercise, a balanced diet, adequate sleep, avoiding tobacco and alcohol consumption, reducing stress levels, emotions and the importance of positive attitudes.

Keywords:

quality of life