

Envejecimiento en México: desafíos actuales y futuros para el alcance de los ODS desde la perspectiva de trabajo social

Mireya Patricia Arias Soto ¹⁵

Jesús David Amador Anguiano ¹⁶

Josué Méndez Cano ¹⁷

Resumen

El proceso de envejecimiento demográfico es un fenómeno que viven todos los países a ritmos diversos y que implican cambios en diversas áreas de la vida cotidiana: el aumento de los años de vida o esperanza de vida al nacer, las transformaciones familiares, los cambios en el mercado de trabajo y con ello la escasa protección social y de salud. Este documento es resultado de una presentación en el Seminario Internacional "Intervención Social en Vulnerabilidades de Contextos Urbanos, Rurales, Ambientales, Políticos y Culturales". A través de una revisión sistemática documental se generan una serie de reflexiones, las cuales se desarrollan y discuten desde un enfoque empírico-teórico. El objetivo de este trabajo consistió en analizar los elementos

¹⁵ Profesora Investigadora Tiempo Completo de la Facultad de Trabajo Social, Universidad de Colima. Correspondencia: mireya_arias@uacol.mx

¹⁶ Profesor Investigador Tiempo Completo de la Facultad de Trabajo Social, Universidad de Colima.

¹⁷ Profesor de Carrera de la Facultad de Enfermería, Universidad Autónoma de Yucatán.

dificultan alcanzar los Objetivos de Desarrollo Sostenible propuestos en 2015 por Naciones Unidas.

Palabras claves: Trabajo Social, Envejecimiento, Objetivos de Desarrollo Sostenible

Abstrac

The process of demographic aging is a phenomenon that all countries experience at different rates and that implies changes in various areas of daily life: the increase in years of life or life expectancy at birth, family transformations, changes in labor market and with it the poor social and health protection. This document is the result of a presentation at the International Seminar "Social Intervention in Vulnerabilities of Urban, Rural, Environmental, Political and Cultural Contexts". Through a systematic documentary review, a series of reflections are generated, which are developed and discussed from an empirical-theoretical approach. The objective of this work was to analyze the elements that make it difficult to achieve the Sustainable Development Goals proposed in 2015 by the United Nations.

Keywords: Social Work, Aging, Sustainable Development Goals.

Introducción

El envejecimiento es un fenómeno demográfico que afecta a todos los países del mundo, sin embargo, de acuerdo con sus características se presenta con características particulares, en este sentido, el propósito de este trabajo consiste en reflexionar sobre el proceso de transición demográfica y los retos que se presentan en el marco de los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

La transición demográfica, de acuerdo con Kánter (2017) se establece en un tramo temporal de larga duración, donde confluyen dos situaciones extremas, por un lado, altas tasas de fecundidad y mortalidad, y por otro, se caracteriza por tener niveles bajos en estas tasas respectivamente. Las evidencias empíricas, señalan que este

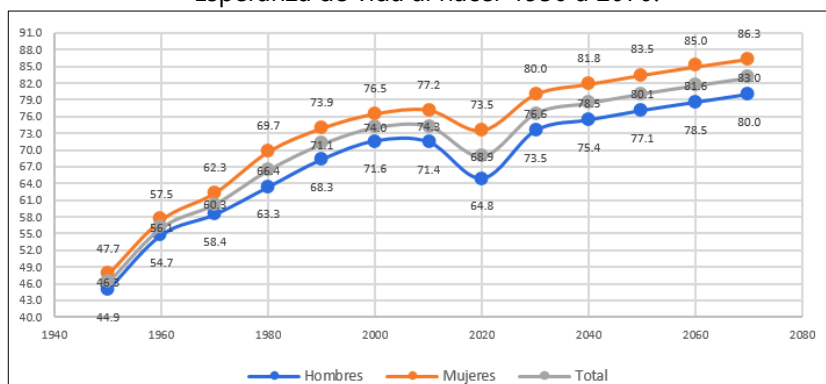
fenómeno está asociado tanto al mejoramiento de las condiciones de vida de las personas como a los avances médicos y tecnológicos lo que permite tener una mayor esperanza de vida al nacer.

Esta misma autora señala:

En el caso de los países europeos, hoy desarrollados, ... fue un proceso lento que les llevó casi dos siglos en completar, mientras que en América Latina y, particularmente en México, las evidencias... indican que la transición ha sido muy rápida, pues ha llevado menos de un siglo (Kánter, 20217, p. 4).

El Consejo Nacional de Población plantea la situación demográfica de México y señala que la edad mediana ha pasado de 15.2 años en 1970 a 28.9 años en 2022 y la proyección a 2050 es de 38.5 años. Aunado a este incremento en la edad, se estima que la tasa global de fecundidad tenga un descenso considerable al pasar de 2.01 hijos en 2022 a 1.72 hijos por mujer en 2049. En cuanto a la esperanza de vida pasó de 36.5 años en 1930 a 59.85 años en 1970, a 75.49 años en 2022 y se calcula que continúe aumentando a 79.6 años en 2050. Estos datos demuestran una importante ganancia de vida (15.69 años) tan sólo en el periodo de 1970 a 2022 (CONAPO, 2022).

Figura 1
Esperanza de vida al nacer 1950 a 2070.

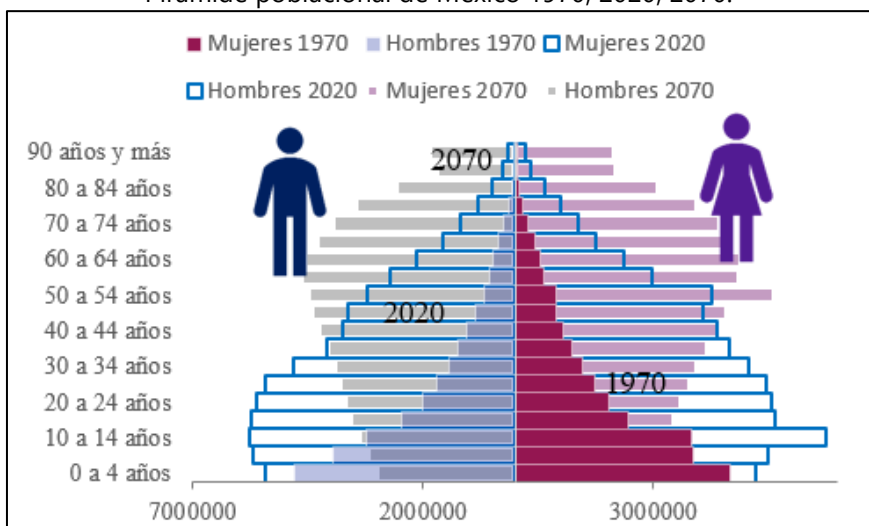


Fuente: Elaboración propia a partir de datos de CONAPO, 2023.

Este acelerado proceso de envejecimiento conlleva diversos retos de acuerdo con el Censo de Población y Vivienda (2020), en nuestro país existen 15.4 millones de personas adultas mayores (PAM) de 60 años, lo que representa el 12.3% de la población total. Para dar un panorama más claro, el INEGI señala que para el censo de 1950 el porcentaje de las PAM ascendía al 5% y para el año 2000 fue de 7.2% de la población.

Figura 2

Pirámide poblacional de México 1970, 2020, 2070.



Fuente: Elaboración propia a partir de datos de CONAPO, 2023.

Estos cambios se pueden analizar en dos vertientes, por un lado desde una perspectiva demográfica y estructural al señalar el incremento de personas adultas mayores y con ello nuevas necesidades sociales, económicas, familiares, políticas, culturales, ambientales ya que el aumento del peso porcentual pone sobre la mesa temas como las pensiones contributivas y no contributivas, los costos de enfermedades crónico-degenerativas, la transformación de redes de apoyo, así como la falta de formación profesional para la atención de este grupo poblacional.

Por otro lado, visualizamos una mayor esperanza de vida al nacer, pero con ello situaciones complejas, la predominancia de mujeres adultas mayores, lo cual no implica que éstas tengan una mejor condición de vida (Roque, 2015), ya que la pobreza es una constante en la realidad mexicana y sobre todo en este grupo de alta prioridad; de esta manera, la vejez puede ser analizada como un proceso también heterogéneo, ya que dependerá de los recursos con los que se cuenta en esta etapa vital.

En este sentido, este artículo plantea un análisis de la incorporación de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y los retos presentes y futuros en el contexto mexicano, los datos empíricos señalan la dificultad de lograr esos objetivos a corto o mediano plazo, fenómenos como la pobreza, inseguridad, desigualdad e inequidades acentúan la vulnerabilidad de la población mayor en nuestros contextos.

Metodología

Este artículo presenta un análisis teórico en torno los retos y desafíos del envejecimiento en el marco de los Objetivos de Desarrollo Sostenible, por tanto, para su elaboración se consideraron datos estadísticos de CONAPO, INEGI y ONU, sobre la población de las personas adultas mayores (PAM), además de la realización de una revisión de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible publicada en las páginas oficiales de dos organizaciones internacionales: 1) la Organización de las Naciones Unidas quien propuso la Agenda en septiembre de 2015 y 2) Organización Internacional HelpAge que ayuda a las PAM a defender sus derechos.

En este sentido, la estructura de este documento se presenta de acuerdo con los tres momentos de análisis por parte de los autores: 1) datos estadísticos sobre las PAM y las proyecciones al 2070 tomando en cuenta esperanza de vida de este grupo de población, 2) análisis de la Agenda 2030 y los ODS que están estrechamente relacionados con PAM, y 3) opinión de los autores sobre los retos o

desafíos que tiene dicha Agenda para lograr cumplir los ODS contemplados en el documento.

Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible

La Asamblea General de la Organización de las Naciones Unidas (2015), adoptó la *Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible*, el cual es considerado como un plan de acción a favor de las personas, el planeta y la prosperidad, a partir de 17 objetivos y 169 metas que incluye la dimensión social, económica y ambiental. Esta estrategia debe ser considerada en los programas de desarrollo a nivel mundial; al adoptarla, los Estados se comprometen a implementarla mediante alianzas centradas en las necesidades de las personas más pobres o con alto grado de vulnerabilidad.

“Estamos resueltos a poner fin a la pobreza y el hambre en todo el mundo de aquí al 2030, a combatir las desigualdades dentro de los países y entre ellos, a construir sociedades pacíficas, justas e inclusivas, a proteger los derechos humanos y promover la igualdad entre los géneros y el empoderamiento de las mujeres y las niñas, a garantizar una protección duradera del planeta y sus recursos naturales” (Naciones Unidas, 2022, s/p).

La agenda implica un compromiso común y universal, sin embargo, debido a que cada país tiene retos específicos en la búsqueda del desarrollo sostenible, los Estado tienen soberanía plena sobre su riqueza, recursos y actividad económica, por lo tanto, cada uno fijará sus propias metas nacionales, apegándose a los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), los cuales se mencionan a continuación:

Figura 3

Objetivos de Desarrollo Sostenible 2030.



Fuente: Objetivos de Desarrollo Sostenible, Naciones Unidas, 2022.

Para HelpAge (s.f.), los 17 ODS propuestos por la ONU tienen como propósito convertir en realidad los derechos humanos de toda la población, basados en las normas de los Derechos Humanos y el Derecho Internacional. La Agenda 2030 es un marco voluntario y las revisiones nacionales voluntarias funcionan como una herramienta de presión política, pero no son obligatorias. Los tratados de derechos, por otro lado, son legalmente vinculantes, lo que significa que los estados deben informar sobre su implementación.

Los ODS de la Agenda 2030 y el envejecimiento: Retos y desafíos presentes y futuros

La ONG Internacional HelpAge (s.f.), es una organización que ayuda a las personas mayores a exigir sus derechos, desafiar la discriminación y superar la pobreza, de tal manera que puedan llevar vidas dignas, seguras, activas y saludables. Para esta organización la Agenda 2030 es un plan mundial para acabar con la pobreza, reducir las desigualdades y hacer frente al cambio climático. La inclusión está en el centro de esta agenda y contiene la promesa clave de no dejar a nadie atrás y llegar primero a aquellos más rezagados.

Para HelpAge (s.f.), hay cuatro formas clave en que los ODS fomentan la inclusión y los derechos de las personas mayores:

1. La influencia de los gobiernos, donantes y la sociedad civil sobre la amplitud del desarrollo.
2. Revisión de planes nacionales de desarrollo, políticas públicas centradas en la defensa e inclusión de las personas mayores en los procesos de desarrollo de todos los países.
3. Los sistemas que se están implementando para entregar los ODS (para la salud y el cuidado, la protección social, entre otros), deben ser adaptables a las estructuras de poblaciones cambiantes para que sean efectivos y sostenibles. Por ello, es importante que los gobiernos respondan y se preparen para el envejecimiento de la población.
4. El envejecimiento global y la creciente desigualdad son dos objetivos que deben ser abordados en conjunto en todas las etapas de la vida para la formulación de políticas. De esta manera se reducirán las desigualdades que se acumulan a medida que las personas envejecen (especialmente para las mujeres) y se liberará el potencial de millones de personas mayores quienes podrán continuar desempeñando un papel integral en la sociedad.

En el caso de las personas mayores, los mecanismos internacionales de derechos humanos siguen siendo inadecuados (HelpAge, s.f.). Si bien el derecho universal a la igualdad y la no discriminación está garantizado por los principales instrumentos de derechos humanos, como la Declaración Universal de Derechos Humanos, la discriminación por edad no está prohibida en los tratados internacionales, excepto en el caso de los trabajadores migrantes. Sin normas internacionales específicas sobre los derechos de las personas mayores, los Estados no tienen incentivos, obligaciones u orientación sobre cómo cambiar las leyes discriminatorias por edad, situación que dificulta cumplir con los ODS para las personas adultas mayores.

Por lo tanto, la necesidad de una nueva convención de la ONU sobre los derechos de las personas mayores se hace aún más apremiante para garantizar que las personas mayores no sean excluidas de los procesos de desarrollo. La inclusión de las personas mayores en el desarrollo es esencial si no queremos dejar a nadie atrás, lograr esto significa garantizar que todos los individuos, incluyendo a todas las personas mayores, se beneficien de los derechos y oportunidades contemplados en los ODS, a continuación, se abordan aquellos que están vinculados con las personas mayores, a continuación, se plantean los ODS relacionados con las personas adultas mayores.

Tabla 1. ODS relacionados con las PAM

Objetivo	Enfoque	Objetivo	Enfoque
Objetivo 1	Poner fin a la pobreza en todas sus formas en todo el mundo.	Objetivos 8	Promover el crecimiento económico inclusivo y sostenible, el empleo y el trabajo decente para todos.
Objetivo 3	Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades.	Objetivo 10	Reducir la desigualdad en y entre los países.
Objetivo 4	Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos.	Objetivo 11	Lograr que las ciudades sean más inclusivas, seguras, resilientes y sostenibles.
Objetivo 5	Lograr la igualdad entre los géneros y empoderar a todas las mujeres y las niñas.		

Fuente: Elaboración propia con información Informe de los ODS (2023).

ODS 1 Poner fin a la pobreza en todas sus formas en todo el mundo

El ODS 1 se compromete a poner fin a la pobreza en todas sus formas y en todas partes. En este sentido, las Metas 1.1 y 1.2 que establecen la erradicación y reducción de la pobreza, abarcan a uno de los grupos de atención prioritaria las Personas Adultas Mayores (PAM).

Esta protección social se incluye en la Meta 1.3 de los Objetivos de Desarrollo Sustentable, con los denominados pisos de protección social, los cuales deben garantizar en todo el ciclo vital: la seguridad de ingresos, atención médica como medidas de combate a la pobreza y desigualdad como lo señala la organización HelpAgem.

Con el envejecimiento de la población mundial, las pensiones sociales universales representan la forma más efectiva de proporcionar seguridad de ingresos a las personas a medida que envejecen. A pesar de estar necesidad apremiante, los sistemas de pensiones en la actualidad no ofrecen una cobertura adecuada para la mayoría de las personas mayores en el mundo y, a menudo, no producen resultados iguales para mujeres y hombres. Menos del 20% de las personas mayores reciben una pensión en países de bajos ingresos y las mujeres tienen menos probabilidades de recibirla que los hombres. Incluso cuando las personas mayores obtienen una pensión, es posible que sea extremadamente baja y que no alcance los estándares de dignidad de los derechos humanos. (HelpAgem s.f.),

Según datos del Informe de los ODS emitido por la ONU (2023), el cumplimiento del objetivo 1, encaminado al fin de la pobreza, difícilmente se logrará “si se mantienen las tendencias actuales, 575 millones de personas seguirán viviendo en la pobreza extrema y solo un tercio de los países habrán reducido a la mitad sus niveles nacionales de pobreza para el año 2030” (p. 12), la cifra hace referencia al contexto mundial, México, es uno de los países que difícilmente alcanzarán reducir su pobreza, aun cuando el Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (CONEVAL), estima que la “línea de pobreza extrema por ingresos (canasta alimentaria) en mayo de 2023 fue de 9.3% en el ámbito rural y de 9.8% en el urbano. Estos incrementos fueron superiores a la inflación general anual, la cual fue de 5.8%” (CONEVAL, 2023, P. 3), ahora bien, “la pobreza laboral disminuyó en el ámbito rural al pasar de 52.0% a 50.2% (1.7 puntos porcentuales), mientras que en

el urbano se mantuvo en 33.9%, entre el segundo trimestre de 2022 y el segundo trimestre del 2023” (CONEVAL, 2023, p. 1).

Particularmente, en el año 2020, las PAM presentaban “menor incidencia de pobreza que el resto de las personas, aunque se encuentra expuesta a la reducción de las capacidades físicas y el retiro del mercado laboral, así como a condiciones específicas de salud y educación, entre otros factores” (CONEVAL, 2020, p. 2). Esta situación agudiza la necesidad de atención de salud, sobre todo por el deterioro en sus capacidades cognitivas, físicas y sociales, e incluso ante el surgimiento de enfermedades como diabetes, hipertensión arterial y artritis, (ENASEM 2021, citada por INEGI, 2023), o ante condiciones de discapacidad (temporal o permanentes). Escenario que coincide con el 62.3% de la población mayor a 53 años quienes perciben su salud como regular o mala. (ENASEM 2021, citada por INEGI, 2023)

Cabe aclarar que existen PAM que continúan desarrollando actividades laborales, indistintamente de su condición de salud, pues el INEGI (2022) estimó que durante el segundo trimestre del año 2022:

33 de cada 100 personas de 60 años y más son Población Económicamente Activa (PEA)..., la tendencia muestra una disminución conforme avanza la edad; pasa de 43% para el grupo de 60 a 69 años a 9 % entre quienes tienen 80 años y más. Según sexo, los hombres económicamente activos superan a las mujeres en todos los grupos de edad. Destaca el grupo de 80 y más: en este, casi cuatro de cada 100 mujeres forman parte de la PEA. En los hombres, el porcentaje es 17 por ciento. (INEGI, 2022, p. 2).

Si bien, el 43% de la Población económicamente activa mayor de 60 a 69 años se reduce considerablemente, conforme avanza la edad se disminuye en un 9% en aquellos que tienen más de 80 años. Para ser más precisos, la Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo Nueva edición del INEGI, estimó que “12,110,210 personas de 60 años y más son parte de la PNEA. De estas, la mitad (51%) se dedica

a los quehaceres domésticos, 31 % está pensionada y jubilada y 2% está incapacitada permanentemente para trabajar” (INEGI, 2022, p. 2).

Para el año 2023, en materia de políticas públicas se registran avances en beneficio de las PAM como los programas a “Personas adultas mayores indígenas de 65 años o más”, “Personas adultas mayores no indígenas de 68 años o más de edad”, “Personas Adultas Mayores de 65 a 67 años de edad” (DOF, 2019), quienes forman parte del padrón de beneficiados del Programa de Pensiones para Adultos Mayores. Para el mes de febrero de 2023, las PAM mayores de 65 años beneficiadas con el Programa Pensión, es de aproximadamente de 10 millones 537 mil 181 derechohabientes, no obstante, se estima un crecimiento a 11 millones 56 mil 534 en el primer bimestre del año (Secretaría de bienestar, 2023), teniéndose una inversión equivalente a 21 mil millones de pesos beneficiando alrededor de 8 millones de personas. (Secretaria de bienestar, 2023)

ODS 3 Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades

Este ODS exige vidas saludables y bienestar para todos en todas las edades. El proceso de envejecimiento conlleva modificaciones en la vida de las personas desde simples, usar gafas para leer, hasta muy complejas al presentarse enfermedades crónicas, degenerativas y comorbilidades médicas. Ante el incremento en el peso porcentual de las PAM, se requieren de nuevos enfoques que incluyan el acceso a la salud como un derecho humano y social.

Como se señala en párrafos anteriores, durante la etapa de la vejez, las PAM enfrentan cambios físicos, psicomotrices y sociales importantes, que se reflejan en el deterioro de su cuerpo y la disminución de las reacciones de la persona.

La salud física y psíquica de las PAM tiene una estrecha relación con los estilos de vida que se adoptan a lo largo del trayecto de vida, por ende, es preciso entender que “un estilo de vida saludable repercute de forma positiva en la salud. Comprende hábitos como

la práctica habitual de ejercicio, una alimentación adecuada y saludable, el disfrute del tiempo libre, actividades de socialización, mantener la autoestima alta, etc." (Gerencia Asistencial de Atención primaria, s.f.), contrario a ello, los estilos de vida poco saludables suceden cuando tienen prácticas sedentarias, malos hábitos alimenticios o bien el uso y abuso de sustancias tóxicas (alcohol, drogas, el tabaquismo), provocando enfermedades (obesidad o estrés). (Gerencia Asistencial de Atención primaria, s.f.)

El bienestar y la salud se entrelazan, no obstante, el bienestar tiene un alcance más amplio a la salud, pues incluye aspectos como políticas y programas públicos (Benavides, F., Delclós, J. y Serra, C. 2018) destinados a garantizar la satisfacción de necesidades básicas, salud mental, emocional, la calidad de vida, es decir, abarca categorías del ámbito físico, psicológico y social. El bienestar refleja un juicio o evaluación personal respecto a la realidad que se vive, "implica el tener una actitud positiva hacia sí mismo, aceptando los propios aspectos positivos y negativos, una sensación de desarrollo continuo y apertura a nuevas experiencias" (Universidad del Desarrollo, s.f. párr. 4)

Bajo esta perspectiva, el bienestar de las PAM se asocia a su grado de independencia funcional de su cuerpo y capacidad física para el desarrollo de las actividades de la vida diaria que se estipulan en el índice de Katz y Barthel como: comer, trasladarse entre la silla y la cama, desplazarse o subir y bajar escaleras, aseo personal, uso de inodoro, bañarse, vestirse o desvestirse, lavado e incluso control de esfínteres. Cuando la PAM presenta dependencia para el desarrollo de una o todas estas actividades, surge la necesidad de cuidadores formales e informales que contribuyan a la satisfacción de estas necesidades.

Bajo esta perspectiva, las viviendas en México enfrentan desafíos importantes producto de infraestructuras que se diseñan sin prever o considerar las condiciones de las personas adultas mayores, por ello, la vivienda representa un espacio vital para el bienestar de las PAM, un espacio que debería brindar seguridad para reducir riesgos de accidentes y facilitar la accesibilidad, de ahí la importancia de

planificar con antelación las modificaciones y adaptaciones de la vivienda para facilitar la funcionalidad e independencia. En este sentido, la OMS (2023, citada por el Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores, 2023) considera que “las viviendas amigables con las personas mayores fomentan el envejecimiento saludable, en las cuales se ajustan y optimizan las estructuras físicas y sociales de acuerdo con las necesidades y preferencias conforme se envejece” (párr. 2). Indistintamente del tipo de vivienda, es decir, hogares de ancianos, viviendas asistidas, viviendas grupales, etc. deben proporcionar seguridad al Adulto Mayor y los espacios adecuados para propiciar la independencia, autonomía y funcionalidad.

Para garantizar “envejecer en casa o como en casa” es indispensable adaptar la vivienda a fin de propiciar medidas de seguridad y distribución espacial, acorde a las condiciones (necesidades y padecimientos) de la PAM, bajo esta perspectiva las modificaciones del diseño de la vivienda, dependerá de los padecimientos y limitantes de la PAM, no obstante, algunas de las recomendaciones son las siguientes:

Tabla 2. Medidas de seguridad y distribución espacial

Medidas de seguridad	Distribución espacial
<ul style="list-style-type: none">• Instalación de barras de apoyo para facilitar la entrada y salida a la regadera o en otros espacios de la vivienda.• Colocar tapetes o cintas antiderrapantes en lugares con humedad (dentro y fuera de las regaderas) o colocar piso antiderrapante, ello disminuye el peligro de caídas.• Contar con camas eléctricas que faciliten el acceso a la hora de acostarse y levantarse.• Proteger las esquinas de los muebles o bordes filosos o salientes, para que sean menos riesgosos.• Eliminar alfombras o tapetes que no sean antiderrapantes.• Colocar rampas para poder circular dentro de la vivienda.• Utilizar vajillas adecuadas (plástico).• Usar regadera con extensión de mano.• Colocar detector de humo.• Mantener el orden de las cosas.• Evitar superficies vidriadas• Pintar desniveles.	<ul style="list-style-type: none">• Eliminar los obstáculos que dificulten el paso y la movilidad de los ancianos como, muebles, alfombras, mesas no• Espacios amplios para la movilidad, sobre todo en el área del baño y regaderas (PAM silla de ruedas). estables, macetas, etc.• Colocar los utensilios de cocina, enchufes e interruptores de la luz, cajones, al alcance de las PAM.• Sustituir las perillas por picaportes o manivelas o palancas.• Colocar barandillas y agarraderas, que sirven dotan de soporte y seguridad.• Procurar que la altura de la cama sea de 47 a 50 cm.• Revisar que la altura de los cajones sea adecuada.• La altura del inodoro debe quedar entre 47 y 50 cm.

Fuente: Elaboración propia a partir de: García, L. 2020; Hernández, A. y Montúfar, M. (2019); Estudioarquivolta. (2016); Geriatricarea, (2018); Milenio digital. (2023).

Estas modificaciones a la vivienda requieren recursos económicos para poder llevarlas a cabo, de ahí la importancia de contar con una solvencia económica que permita poder atender estos rediseños, sin embargo, cuando la PAM no cuenta con ello, la familia suele ser el ente encargado de realizarlas o bien las propias autoridades de las estancias de adultos mayores, según sea el caso. Ante ello el INAPAM, reconoce la necesidad de promocionar estilos de viviendas amigables para personas adultas mayores, situación que demanda la generación de políticas públicas para poder contribuir al rediseño de aquellas viviendas donde no se cuenta con los recursos necesarios.

Otro reto importante a considerar para poder garantizar la atención de la salud y el bienestar de las PAM, son los cuidados que requieren los adultos mayores en estado de dependencia o bien de independencia, pero que presentan enfermedades o padecimientos crónico-degenerativos como diabetes, hipertensión, cáncer, insuficiencia renal, etc. Las actividades de cuidados de las PAM se desarrollan de manera formal e informal, es decir, trabajo remunerado y no remunerado, ambos refieren al "cuidado directo, personal y de relación, como dar de comer... o cuidar de un cónyuge enfermo, y las actividades de cuidado indirecto, como cocinar y limpiar" (párr. 2), sin embargo, el cuidado informal¹⁸ (no remunerado), suele ser ofrecido por familiares, amigos o personas voluntarias, mientras que los formales (remunerados) refieren a los servicios de cuidado ofrecidos por profesionistas o personas que desarrollan estas actividades y reciben remuneración económica.

Sin embargo, las Naciones Unidas (2022), reconocen que "si no se afrontan de manera adecuada, los déficits actuales en la prestación de servicios de cuidado y su calidad crearán una grave e insostenible crisis del cuidado a nivel mundial y aumentarán más aún la desigualdad de género en el trabajo" (párr. 1). México es uno

¹⁸ El trabajo de cuidados no remunerado consiste en la prestación de cuidados por parte de cuidadoras y cuidadores no remunerados sin recibir una retribución económica a cambio (Naciones Unidas, 2022)

de los países que enfrentan estos desafíos y más aún por la desproporción entre los profesionistas (Gerontólogos, geriatras, enfermeros, etc.) dedicados a los cuidados y la cantidad de PAM; la falta de profesionalización de los cuidados y la disminución de la natalidad, pues las familias como se mencionó con anterioridad, suelen ser los encargados de desarrollar cuidados de manera informal.

La reducción de las tasas de natalidad en México, reflejan el desarrollo de contextos familiares donde los cuidados se tornan cada vez más complejos, pues las opciones de cuidados son menores a cuando se tenían familias numerosas, la aparición de enfermedades que demandan atención (demencia senil), salarios insuficientes para poder solventar el pago de cuidadores formales, ya que actualmente el sueldo promedio de un cuidador formal (profesionista capacitado) de persona mayor oscila entre \$1,787 y \$2,121 por día en México (Indeed, 2023), situaciones que conllevarán a optar por prácticas de cuidados ofrecidos en espacios como casas de asistencia y asilos. La profesionalización de los cuidados es un tema importante y digno de análisis, sin embargo, en esta ocasión se especifica la imperante necesidad de profesionalizar a quienes ofrecen servicios de cuidados.

ODS 4 Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos

El ODS 4 contiene dimensiones analíticas que deben ser analizadas desde las diversas teorías gerontológicas, como ejemplo: el acceso a la educación, la historia señala marcadas diferencias entre hombres y mujeres, en espacios rurales y urbanos, diferencias que corresponden a una etapa específica (análisis por cohortes) pero se busca que ésta sea una educación técnica, profesional y terciaria asequible (Meta 4.3) además de incluir las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) (Meta 4.4), así como la alfabetización y la aritmética para adultos (Meta 4.6).

El desarrollo de estos elementos permitiría que las PAM vivan vidas con mejores niveles no sólo educativos, profesionales, vidas autónomas, independientes que les permita desarrollar tanto su potencial humano como participación social y, por ende, mejorar su calidad de vida.

Actualmente, las PAM en México, pueden acceder a espacios de alfabetización que desarrolla el Instituto Nacional para la Educación de los Adultos, además de capacitaciones que se ofertan en instituciones educativas y fundaciones, como cursos, talleres o diplomados, en contraste, al hacer el análisis de las instituciones que ofrecen carreras para las PAM, se identifican solo 5 como: la Universidad Mexiquense del Bicentenario es una Universidad de estudios superiores para Adultos Mayores Ecatepec; Universidad para adultos mayores en la Ciudad de México o también conocida como la Universidad de la Tercera Edad; Universidad de Vida "Adriana Luna Parra"; Casa de la Tercera edad; Universidad de Vida para Adultos Mayores y el Centro de Educación continua para Adultos Mayores, sin embargo, estos espacios se focalizan en la zona centro del país (Ciudad de México y Estado de México), ofreciendo Licenciaturas en Derecho, administración y psicología, diversos cursos de capacitación, sin embargo, en el resto de estados del interior de la República, no se cuenta con estos espacios, haciendo necesario la apertura de instituciones educativas que garanticen la oportunidad de continuar la formación educativa en estos sectores de la población.

ODS 5 Lograr la igualdad entre los géneros y empoderar a todas las mujeres y las niñas

La igualdad de género es un enfoque importante de los ODS, éste incluye objetivos sobre la eliminación y erradicación de la discriminación basada en género, violencia contra las mujeres, revalorización del trabajo de cuidado no remunerado, derechos a la tierra, salud sexual y liderazgo de las mujeres.

La violencia de género se aborda tanto en el ODS 16 como en la Meta 5.2 que señala la reducción y eliminación de la violencia en todas sus modalidades, sin embargo, los datos empíricos muestran que este fenómeno es un tema tan recurrente que podríamos estar hablando de la “acumulación de la violencia” en niñas y mujeres incluidas las adultas mayores.

Al profundizar en el análisis del escenario del objetivo 5, y lo concerniente a las PAM, partiremos entendiendo que el género “es una construcción social que describe la manera en que una sociedad asigna roles a hombres y mujeres por ciertas condiciones biológicas” (Sánchez, 2011, p. 50), esta construcción delinea las relaciones sociales, los roles y funciones, la distribución del poder, las condiciones sociales y de salud, que se desarrollan a lo largo de la vida, representan las formas en cómo se envejece. Aunque “durante la vejez los roles de género se vuelven menos rígidos, y se generan nuevos arreglos y significados sociales” (Sánchez, 2011, p. 50). Sin embargo, las adultas mayores suelen ser más vulnerables derivado de los estilos de vida, la falta de recursos o de protección social, la poca participación en actividades remuneradas a lo largo de su vida, el nivel educativo, la viudez, la presencia de enfermedades, e incluso derivado de enfermedades asociadas al rol reproductivo (Sánchez, 2011).

Esta difuminación de los roles de género durante la vejez, que asegura la autora anterior, no es compartida por Bazo (2003, citado por Bódalo, y Caravaca, s.f.), quien plantea que, “las mujeres en relación a los varones pueden experimentar que nunca se jubilan, debido a que, aunque hayan trabajado también fuera de casa, no han dejado nunca sus roles de amas de casa, madres y ahora abuelas” (p. 358). Es decir, posterior a la vida laboral, las mujeres siguen desarrollando roles asociados al hogar, e incluso si consideramos a quienes no han trabajado oficialmente fuera de casa y, por ende, no han cotizado a la seguridad social, estas mujeres nunca se jubilarán o podrán acceder a las cuentas individualizadas de los Fondos de Ahorro para el Retiro.

ODS 8 Promover el crecimiento económico inclusivo y sostenible, el empleo y el trabajo decente para todos

Otro de los objetivos que enfrentan desafíos importantes asociados con las PAM se orienta a Promover el crecimiento económico inclusivo y sostenible, el empleo y el trabajo decente para todos (objetivo 8), en primera instancia debemos poner a las personas mayores en el centro de la economía como sucede en países de la Unión Europea, donde se estima que en el año 2015 “las personas mayores... fueron responsables de 4.2 billones de euros en actividad económica, equivalente a la tercera economía más grande del mundo en términos del PIB” (Comisión Europea, 2018), mientras que en América Latina se “estima que las y los adultos mayores de 50 años en América Latina serán los responsables del 30% del crecimiento total del consumo en las principales ciudades de la región” (BID 2020).

Bajo este panorama, durante el año 2019, en México: 23.6% de los adultos mayores de 68 años reportó tener un empleo y recibir un salario por dicha actividad, esta cifra representa aproximadamente 1 millón 700 mil adultos mayores. El 79% lo hace en la informalidad y el 21% restante tiene un trabajo formal” (INEGI 2019 citado por el Centro de Investigaciones Económica y presupuestaria, 2022. párr. 7).

Este escenario de aportaciones económicas de las PAM al Producto Interno Bruto del país, acompañado de la situación demográfica que se proyecta al año 2050 “alertan sobre la rápida transición demográfica a la que nos enfrentaremos en los próximos años y que no se limita a un aumento de los adultos mayores, también habrá que enfrentar una sociedad con menos personas en edad laboral”, (Centro de Investigaciones Económica y presupuestaria, 2022, párr. 26) es decir, esta disminución población de personas en edad laboral, junto con la teoría de la actividad y el envejecimiento activo, exige considerar a las PAM funcionales como pilares importantes en

la generación de recursos económicos, siempre y cuando se opte por una planificación económica y la generación de espacios en los que podrían insertarse las personas adultas en actividades de remuneración económica y acorde a sus capacidades

Como hemos señalado, el panorama de las personas adultas mayores es heterogéneo y, en muchos casos, el empleo puede ser crucial para su seguridad económica, ya que les permite mantener vidas autónomas e independientes. No obstante, otra limitante que se presenta es la discriminación por edad en el trabajo, ya que afecta de manera significativa a las personas adultas mayores: desde el reclutamiento, pasando por las regulaciones laborales, las edades de jubilación obligatorias, hasta las políticas restrictivas de edad en el acceso a los servicios financieros. A este respecto, la Meta 8.3 relacionada a promover la creación de empleo decente y alentar a las pequeñas y medianas empresas a través del acceso a servicios financieros, requiere que los gobiernos garanticen que las personas mayores no se enfrenten a políticas restrictivas de edad que limiten su acceso al crédito y préstamos.

Otro desafío para la participación equitativa de las personas mayores en el mercado laboral es la necesidad de equilibrar el trabajo remunerado con el cuidado y el apoyo a los hijos, cónyuges y otros familiares. De acuerdo con la Encuesta Nacional sobre el Uso del Tiempo (ENUT, 2019) se ha observado que las mujeres pasan el 67% de su tiempo en trabajo no remunerado en el hogar, en comparación al 28% de los hombres. Esto se suma al trabajo remunerado que las mujeres mayores realizan para mantener sus hogares, el cual, en gran parte es informal o precario. Este escenario refleja las desigualdades sistémicas que enfrentan las mujeres a lo largo de la vida.

Por lo tanto, apoyar la seguridad de los ingresos de las mujeres mayores a través de una protección social integral y garantizar que tengan acceso a un trabajo decente es fundamental para lograr el ODS 8.

ODS 10 Reducir la desigualdad en y entre los países

Los ODS están respaldados por los Derechos Humanos, en este sentido, el ODS 10 tiene como objetivo reducir la desigualdad independientemente de la edad (Meta 10.2) a partir de la reflexión, potenciación y promoción de acciones, así como la y eliminación de las leyes, políticas y prácticas discriminatorias (Meta 10.3).

Las personas mayores son reconocidas dentro de la Agenda 2030 como un grupo específico en riesgo de ser dejado atrás, y que debe ser empoderado. Esto es muy positivo, ya que los efectos de las desigualdades en educación, salud, empleo e ingresos se acumulan a lo largo de los años y pueden tener un impacto desproporcionado en las personas a medida que envejecen, especialmente en las mujeres. (HelpAgem s.f.)

Por lo tanto, los gobiernos deben tomar en serio la lucha contra la discriminación adoptando políticas sociales que permitan enfrentar la desigualdad y los denominados *viejísimos o edadismos*, prácticas que segregan y excluyen a las PAM.

Si bien los derechos a la igualdad y la no discriminación son universales, la ausencia de referencias explícitas a la edad en los instrumentos de derechos humanos hace que sea más difícil que los gobiernos rindan cuentas en torno al ODS 10 en relación con las personas mayores. En el caso de México, es hasta el año 2023 que ratifica la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores propuesta desde 2015 (DOF, 2023) por lo que aún no existe evidencia que muestre el grado de avance en su aplicación.

En lo que refiere al Objetivo 10. Reducir las desigualdades, precisa que "todo el mundo merece vivir una vida libre de pobreza y tener la oportunidad de prosperar" (ONU, s.f. párr. 4), de ahí, la importancia del desarrollo de acciones encaminadas a "reducir las desigualdades y garantizar que nadie se quede atrás" (ONU, s.f. párr. 2), para ello, en México se han hecho esfuerzos en materia legislativa

como las pensiones universales para los adultos mayores, donde se establece en como una obligación del estado garantizar el otorgamiento de pensiones a las Personas Adultas Mayores. Sin embargo, México enfrenta un escenario complejo para la reducción de las desigualdades sociales, en parte por factores como: la reforma al sistema de pensiones realizará durante el año 1997 y la ausencia de la cultura del ahorro durante la vida laboral y los bajos salarios.

La gran cantidad de personas en edad de retiro “representa una dificultad para los estados, ya que requieren de sistemas que tengan la suficiencia económica para enfrentar un número creciente de personas en edad de retiro” (Procuraduría Federal del Consumidor, 2013, párr. 6), ante el escenario de incapacidad que se visualizaba por parte del estado, para solventar el sistema de pensiones de las personas en edad de retiro, en 01 de julio de 1997, entra en vigor Ley de 1997 del IMSS, donde el estado deja de administrar las cuentas de ahorro y se pone en marcha el Sistema de Capitalización individual donde cada trabajador realiza aportaciones a entidades financieras privadas a través de las Administradoras de Fondos para el Retiro (AFORES). (Procuraduría Federal del Consumidor, 2013)

En dicha reforma, las personas para poder estar en edad de retiro laboral deberán haber acumulado “un mínimo de 750 semanas cotizadas, tener de 60 a 64 años en caso de Pensión por Cesantía, tener 65 años en caso de pensión por vejez” (Comisión Nacional del Sistema de Ahorro para el Retiro. 2021, párr. 3, 4 y 5), La seguridad social de las PAM, busca garantizar el acceso a la salud encaminado al acceso de los servicios de asistencia y al logro de la protección y bienestar personal y grupal, sin embargo, esta seguridad social en ocasiones no garantiza el derecho a la salud y la asistencia médica de las PAM, como se identifica en el 28.8% de las PAM durante el año 2020 (CONEVAL, 2020), ya que “el porcentaje de población de 65 años o más con carencia por acceso a la seguridad social fue de 41.1% en 2016, 41.4% en 2018 y 28.8% en 2020. La mayor reducción fue de 2018 a 2020 (12.6 puntos porcentuales)”. (CONEVAL 2020, p. 12)

Las reformas laborales y al sistema de pensiones realizadas en las décadas de 1980, 1990, 2000, 2010, se asocian a una personalización de las cuentas de ahorro para el retiro (Correa, M. citado por Albarrán, 2019), derivado de la incapacidad del estado para solventar las pensiones de los adultos, en parte, por el incremento de la población Adulta Mayor y la reducción en la tasa de jóvenes en México, quienes no podrían sostener el retiro de las PAM.

Haciendo un análisis de las situaciones que enfrentan las personas en edad laboral que iniciaron su incorporación laboral en la Ley 97, el escenario de vida laboral oscila en 46 años de servicio, siempre y cuando estos hayan iniciado a laborar alrededor de los 20 años de edad (ver tabla 3).

Tabla 3. Años de servicio y semanas cotizadas

Edad	Año de inicio	Año consecutivo	Años de servicio	Semanas cotizadas	Edad	Año de inicio	Año consecutivo	Años de servicio	Semanas cotizadas	Edad	Año de inicio	Año consecutivo	Años de servicio	Semanas cotizadas	Edad	Año de inicio	Año consecutivo	Años de servicio	Semanas cotizadas
20	1997	1998	1	52	33	1997	2011	14	728	46	1997	2024	27	1404	59	1997	2037	40	2080
21	1997	1999	2	104	34	1997	2012	15	780	47	1997	2025	28	1456	60	1997	2038	41	2132
22	1997	2000	3	156	35	1997	2013	16	832	48	1997	2026	29	1508	61	1997	2039	42	2184
23	1997	2001	4	208	36	1997	2014	17	884	49	1997	2027	30	1560	62	1997	2040	43	2236
24	1997	2002	5	260	37	1997	2015	18	936	50	1997	2028	31	1612	63	1997	2041	44	2288
25	1997	2003	6	312	38	1997	2016	19	988	51	1997	2029	32	1664	64	1997	2042	45	2340
26	1997	2004	7	364	39	1997	2017	20	1040	52	1997	2030	33	1716	65	1997	2043	46	2392
27	1997	2005	8	416	40	1997	2018	21	1092	53	1997	2031	34	1768					
28	1997	2006	9	468	41	1997	2019	22	1144	54	1997	2032	35	1820					
29	1997	2007	10	520	42	1997	2020	23	1196	55	1997	2033	36	1872					
30	1997	2008	11	572	43	1997	2021	24	1248	56	1997	2034	37	1924					
31	1997	2009	12	624	44	1997	2022	25	1300	57	1997	2035	38	1976					
32	1997	2010	13	676	45	1997	2023	26	1352	58	1997	2036	39	2028					

Fuente: Elaboración propia.

Los trabajadores que ingresaron a trabajar bajo el régimen de 1997 del IMSS, con sus cuentas individualizadas, se estima que se estén jubilando a partir del año 2021, si se considera el mínimo de 1,250 semanas cotizadas, equivalentes a 24 años de servicio, sin embargo, "sólo alcanzarían una pensión del 30% de su último salario por el ahorro acumulado en las Administradoras de Fondos para el Retiro (AFORES)" (Flores, 2019, párr. 2), siempre y cuando cumplan con la edad de 65 años para hombres y 62 para las mujeres, no obstante, haciendo un estimado de inicio a la vida laboral a los 20 años y bajo el ahorro en cuentas individualizadas controladas por las AFORES, un trabajador estarán laborando 46 años (2,392 semanas cotizadas) de servicio y las mujeres 43 (2,236 semanas cotizadas), esta situación hace evidente el escenario de las pensiones individualizadas a las que accederán las PAM de nuestro país. Al combinar este escenario

con el acceso o no a redes de apoyo, el apoyo familiar, los ingresos económico, estilos de vida saludables,¹⁹ padecimientos, etc., el escenario requiere de un mayor análisis.

ODS 11 Lograr que las ciudades sean más inclusivas, seguras, resilientes y sostenibles

Este ODS tiene como objetivo hacer que las ciudades y los asentamientos humanos sean inclusivos, seguros, resistentes y sostenibles. Incluye objetivos con compromisos específicos para las personas mayores en torno al acceso a un transporte público seguro y asequible (Meta 11.2) y espacios accesibles, verdes y públicos (Meta 11.7). El objetivo también incluye objetivos para mejorar la vivienda y los servicios básicos para todos (Meta 11.1) y hacer que la toma de decisiones sea más participativa (Meta 11.3).

El número de personas adultas mayores está aumentando rápidamente y mantener un enfoque de la planificación urbana es fundamental para abordar sus necesidades y alcanzar el ODS 11. Las personas mayores pueden ser vulnerables a la discriminación en entornos urbanos y a menudo se les excluye del acceso a la vivienda, a servicios básicos, espacios públicos e infraestructura, incluido el transporte, en este sentido, se requiere mejorar y adaptar los transportes públicos a las necesidades y condiciones asociadas al deterioro físico y cognitivo y los padecimientos o enfermedades de las Personas Mayores. De esta manera se estaría contribuyendo al cumplimiento del artículo 8 de la ley de los derechos de las Personas Adultas Mayores, al considerar que:

Ninguna persona adulta mayor podrá ser socialmente marginada o discriminada en ningún espacio público o privado por razón de su origen étnico o nacional, el género, la edad, las

¹⁹ La Organización Mundial de la Salud define los estilos de vida saludables como una "Forma general de vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales".

discapacidades, las condiciones de salud, la religión, las opiniones, las preferencias sexuales, el estado civil o cualquier otra que atente contra la dignidad humana y tenga por objeto anular o menoscabar sus derechos y libertades (Diario Oficial de la Federación, 2018. p. 7).

No obstante, aún se requiere desarrollar acciones encaminadas a garantizar que la familia cumpla con las obligaciones que se estipulan en el artículo 9 de la Ley de los derechos de las Personas Adultas Mayores, que a letra dice:

La familia de la persona adulta mayor deberá cumplir su función social; por tanto, de manera constante y permanente deberá velar por cada una de las personas adultas mayores que formen parte de ella, siendo responsable de proporcionar los satisfactores necesarios para su atención y desarrollo integral (Diario Oficial de la Federación, 2018. p. 7)

La familia requiere desarrollar prácticas incluyentes que permitan erradicar el abandono o la discriminación consiente e inconsciente de este sector de la población. Garantizar contar con ciudades más inclusivas y seguras no es tarea sencilla, implica el rediseño del proceso de urbanización y viviendas (como se señaló anteriormente en el objetivo 3), tanto al exterior como al interior de las viviendas, se requiere la construcción de una infraestructura social y física que mejore la interacción social, incluso entre generaciones, y promueva los derechos de todos a vivir con dignidad.

Conclusiones

Haciendo un análisis de la Agenda 2030 propuesta por la ONU en 2015 y el informe de los Objetivos de Desarrollo Sostenible elaborado por esta misma organización en 2030, podemos afirmar que este Plan de acción mundial a favor de las personas, el planeta y la prosperidad, que tiene como propósito fortalecer la paz

universal y el acceso a la justicia, es complejo e imposible de cumplir, ya que plantea retos en el plano económico, social, de salud, derechos humanos y medio ambiente.

Recordemos que, a nivel internacional en el año 2020, nos enfrentando a situaciones de salud como fue la pandemia del COVID-19, que aun a pesar de que con las vacunas se logró disminuir el número de muertes por este virus, éste no ha desaparecido por completo. Actualmente, en el 2023 existen diferentes variantes que han sido estudiadas y los expertos coinciden que no ocasionan una enfermedad más grave o aumentan el riesgo de muerte de una persona, sin embargo, consideran que deben continuar los aislamientos de quienes estén infectados y seguir con las medidas de protección para evitar el contagio. Es un reto para el sector salud estar analizando cada una de las cepas que van surgiendo del COVID-19, ya que es suma importancia estar vigilando el que una de estas variantes no pueda escapar de las vacunas actuales para su control y evitar una enfermedad grave en la persona.

El COVID-19 no solo tuvo efectos en la salud física y mental, también ocasionó una crisis social, económica y de desempleo, teniendo como consecuencia un incremento de la pobreza y repercusiones en la alimentación de la población. Otro impacto de esta pandemia fue en la educación, ya que obligo a los sistemas educativos a continuar el aprendizaje mediante formatos virtuales (internet, TV, radio, entre otros), sin embargo, las oportunidades de acceso no fueron iguales para las y los estudiantes de los diferentes niveles escolares, lo cual marcó aún más las brechas entre las clases sociales y ocasionó un retroceso en la educación.

Por otro lado, no se puede hablar de respeto de los derechos humanos de todas las personas, paz universal y acceso a la justicia, cuando a nivel internacional a través de los diferentes medios de comunicación estamos observando que existe una violencia desde hace varios meses entre algunos países, cuyos presidentes a través de sus ejércitos pretender continuar o cambiar sus relaciones de poder, solucionar cuestiones económicas, ideológicas, territoriales,

religiosas, entre otras, ocasionando con ello la pérdida de vida de civiles, desplazamientos masivos de personas y por supuesto violaciones a los derechos humanos.

En relación al medio ambiente que está contemplado en la Agenda 2030, se puede afirmar que varias de las actividades del ser humano han sido la principal causa del cambio climático, ya que la quema de combustibles como el petróleo, el gas, entre otros, generan gases que como si fuera una nueve cubre la tierra y con esto atrapa el calor del sol y por lo tanto eleva la temperatura, lo cual tiene como consecuencia: sequias intensas, escasez de agua, incendios forestales, aumento del nivel del mar, inundaciones, deshielos de los polos, tormentas catastróficas, entre otros. Además, el cambio climático también puede afectar el cultivo de los alimentos y por ende la salud de las personas.

Como conclusión, han transcurrido nueve años desde que se propuso por parte de la ONU la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible y pareciera que, en lugar de avanzar estamos en retroceso por todo lo mencionado anteriormente en este apartado. Podemos decir que en los seis años que faltan, de acuerdo con el periodo establecidos de la Agenda 2030, aunque se redoblen esfuerzos de todos los países y se implementen diferentes estrategias para alcanzar a cumplir los 17 ODS, será bastante complicado que en este tiempo se logre eliminar la pobreza y el hambre, la igualdad de género, terminar los conflictos armados entre los países, detener el cambio climático, hacer valer y respetar los derechos humanos, entre otros. Los países que integran la ONU tienen el reto de plantear una serie de acciones que movilicen a los presidentes de éstos y a la población en general, para lograr alcanzar los ODS y con ello beneficiar a las personas más vulnerables, entre ellos las personas adultas mayores y el rescate del planeta.

Con relación a las PAM, es primordial que se les reconozca como sujetos de derechos, más que como objeto de beneficios, por tanto, se debe respetar su autonomía, su dignidad y multiculturalidad. La calidad de vida de este grupo etario debe ser el objetivo

fundamental para su atención, por lo que, se deben implementar programas diferenciados para los distintos grupos funcionales de adultos mayores; tanto para las personas sanas, como para aquellas frágiles y para quienes están enfermos o son dependientes de un cuidador.

Referencias

- Albarrán, E. (2019). Reforma de 1997 en pensiones incumplió objetivos: expertos. *El Economista*. Recuperado de: <https://www.economista.com.mx/sectorfinanciero/Reforma-de-1997-en-pensiones-incumplio-objetivos-expertos-20190428-0067.html>
- Benavides, F., Delclós, J. y Serra, C. (2018). Estado del bienestar y salud pública, una relación que debe ser actualizada. 32(2). Recuperado de: <https://scielo.isciii.es/pdf/gsv/v32n2/0213-9111-gs-32-02-193.pdf>
- BID. 2020. "La Economía Plateada En América Latina y El Caribe."
- Bódalo, E. y Caravaca, C. (s.f.). La intervención preventiva desde el Trabajo Social en los conflictos surgidos en la jubilación. Documentos de Trabajo Social N°51. Recuperado de file:///C:/Users/David/Downloads/Dialnet-LaIntervencionPreventivaDesdeElTrabajoSocialEnLosC-4643193.pdf
- Carmona, L. (2023). Universidades para adultos mayores: carreras, cursos, talleres y más. Recuperado de: <https://datanoticias.com/2023/08/16/universidades-para-adultos-mayores/>
- CE. 2018. "The Silver Economy." Informe.
- Centro de Investigaciones Económica y presupuestaria, (2022). Adultos mayores y COVID-19: Vulnerabilidad económica ante a la crisis sanitaria. Recuperado de: <https://ciep.mx/adultos-mayores-y-covid-19-vulnerabilidad-economica-ante-la-crisis-sanitaria/>

- Centro de Investigaciones Económica y presupuestaria, (2022). Economía planeada: una mirada al futuro. Recuperado de: <https://ciep.mx/economia-plateada-una-mirada-al-futuro/#:~:text=La%20econom%C3%ADa%20plateada%20pone%20a,pensiones%20contributivas%20y%20no%20contributivas.>
- Comisión Nacional del Sistema de Ahorro para el Retiro. (2021). Pensión por Régimen 97. Recuperado de: <https://www.gob.mx/consar/articulos/por-regimen-de-97>
- CONAPO (2022). *Situación demográfica de México 1950-2050. Intercambio de experiencias y asistencia técnica para la elaboración de programas estatales de población.* Consejo Nacional de Población. Recuperado de https://tabasco.gob.mx/sites/default/files/users/planeacion_spf/1.%20Sit_Demog_Mexico.pdf
- CONEVAL, (2023). El CONEVAL presenta información referente a la pobreza laboral al segundo trimestre de 2023. Comunicado No. 8. Recuperado de: https://www.coneval.org.mx/SalaPrensa/Comunicadosprensa/Documents/2023/Comunicado_08_ITLP_2TRIM_2023.pdf
- CONEVAL, (2023). Líneas de Pobreza por Ingresos, mayo 2023. Recuperado de: https://www.coneval.org.mx/Medicion/Documents/Lineas_de_Pobreza_por_Ingresos/Lineas_de_Pobreza_por_Ingresos_may_2023.pdf
- CONEVAL, (s.f.). Población adulta mayor. Recuperado de: <https://www.coneval.org.mx/rw/resource/coneval/home/1825.pdf>
- CONEVAL. (2020). Pobreza y personas mayores en México 2020. Recuperado de: https://www.coneval.org.mx/Medicion/MP/Documents/adultos_mayores/Pobreza_personas_mayores_2020.pdf
- Diario Oficial de la Federación. (2018) Ley de los derechos de las Personas Adultas Mayores. Reforma 2018. Recuperado de: https://genero.congresocdmx.gob.mx/wp-content/uploads/2019/06/MJN_6.pdf

- Diario Oficial de la Federación. (2019). ACUERDO por el que se emiten las Reglas de Operación del Programa Pensión para el Bienestar de las Personas Adultas Mayores, para el ejercicio fiscal 2020. Recuperado de: https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5583304&fecha=31/12/2019#gsc.tab=0
- DOF. (2023). Diario Oficial de la Federación. 20/04/2023. Secretaría de Gobernación. México. Recuperado de: https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5686151&fecha=20/04/2023#gsc.tab=0
- ENUT. (2019). *Encuesta Nacional sobre el Uso del Tiempo (ENUT)*. Presentación de resultados. INEGI. Recuperado de: https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enut/2019/doc/enut_2019_presentacion_resultados.pdf
- Estudioarquivolta. (2016). Geronto-Arquitectura: arquitectura para la tercera edad. Recuperado de: <https://estudioarquivolta.wordpress.com/2016/04/25/geronto-arquitectura-arquitectura-para-la-tercera-edad/comment-page-1/>
- Flores, L. (2019). En 2021 los trabajadores se empezarán a jubilar con el régimen de 1997 del IMSS. *El Economista*. Recuperado de: <https://www.eleconomista.com.mx/economia/En-2021-los-trabajadores-se-empezaran-a-jubilar-con-el-regimen-de-1997-del-IMSS-20190619-0027.html>
- García, L. (2020). Envejecer en casa de forma cómoda y segura. Recuperado de: <https://www.cuidum.com/blog/envejecer-en-casa-como-adaptar-la-vivienda-para-mayores/>
- Gerencia Asistencial de Atención primaria, (s.f.). Estilos de vida. Recuperado de: <https://www.comunidad.madrid/hospital/atencionprimaria/ciudadanos/estilos-vida>
- Geriatricarea, (2018). Las caídas en el baño causan el 66% de los accidentes domésticos en la tercera edad. Recuperado de: <https://www.geriatricarea.com/2018/05/18/las-caidas-en-el->

- bano-causan-el-66-de-los-accidentes-domesticos-en-la-tercera-edad/
Gobierno de México, (2022), Te explicamos el Régimen de la Ley de 1997 del IMSS. Recuperado de: <https://www.gob.mx/pensionissste/articulos/te-explicamos-el-regimen-de-la-ley-de-1997-del-imss?idiom=es>
- Hernández, A. y Montúfar, M. (2019). Vivienda ideal para el adulto mayor: voces que concientizan al profesionista en la arquitectura. Recuperado de: <https://rei.iteso.mx/bitstream/handle/11117/8316/Vivienda%20ideal%20para%20el%20adulto%20mayor%20voces%20que%20concientizan%20al%20profesionista%20en%20la%20arquitectura.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Indeed. (2023). ¿Cuánto se gana como uno Cuidador/a de persona mayor en México? Recuperado de: <https://mx.indeed.com/career/cuidador-de-persona-mayor/salaries>
- Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores, (2023). Viviendas amigables para personas adultas mayores. Recuperado de: <https://www.gob.mx/inapam/articulos/viviendas-amigables-para-personas-adultas-mayores>
- Instituto Nacional de las Personas Mayores. (2023). Directorio de beneficios 2023 con credencial INAPAM. Recuperado de: <https://www.gob.mx/inapam/acciones-y-programas/beneficios-test>
- Instituto Nacional de las Personas Mayores. (2023). Directorio de beneficios 2023 con credencial INAPAM. Alimentación. Recuperado de: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/863935/ALI_M_oct_2023.pdf
- Instituto Nacional de las Personas Mayores. (2023). Directorio de beneficios 2023 con credencial INAPAM. Asesoría y servicios legales. Recuperado de: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/863936/Asesori_a_oct_2023.pdf

- Instituto Nacional de las Personas Mayores. (2023). Directorio de beneficios 2023 con credencial INAPAM. Predial y agua. Recuperado de: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/863939/Predial_oct_2023.pdf
- Instituto Nacional de las Personas Mayores. (2023). Directorio de beneficios 2023 con credencial INAPAM. Salud. Recuperado de: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/863940/Salud_oct_2023.pdf
- Instituto Nacional de las Personas Mayores. (2023). Directorio de beneficios 2023 con credencial INAPAM. Transporte. Recuperado de: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/838652/TRANSPORTEjulio_2023.pdf
- Instituto Nacional de las Personas Mayores. (2023). Directorio de beneficios 2023 con credencial INAPAM. Vestido y hogar. Recuperado de: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/863930/VESTIDO_oct_2023.pdf
- Kánter, I. R. (2017) El envejecimiento en México, una visión demográfica. *Pluralidad y Consenso*; 7(33), pp. 1-22. <https://bit.ly/3bPdtGp>
- Milenio digital. (2023). ¿Qué es una vivienda amigable? El INAPAM comparte tips para una vejez digna. Recuperado de: <https://www.milenio.com/politica/comunidad/inapam-vivienda-amigable-como-se-construye>
- Naciones Unidas, (1999). Los Principios de las Naciones Unidas en favor de las personas de edad. Recuperado de: <https://www.un.org/development/desa/ageing/resources/international-year-of-older-persons-1999/principles/los-principios-de-las-naciones-unidas-en-favor-de-las-personas-de-edad.html>
- Naciones Unidas, (2022). Informe de los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Recuperado de: https://unstats.un.org/sdgs/report/2022/The-Sustainable-Development-Goals-Report-2022_Spanish.pdf

- Naciones Unidas, (2022). Día Internacional de los Cuidados y el Apoyo de octubre. Recuperado de: <https://www.un.org/es/observances/care-and-support-day>
- Naciones Unidas, (2023). Informe de los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Recuperado de: <https://mexico.un.org/es/239254-informe-sobre-los-objetivos-de-desarrollo-sostenible-2023-edici%C3%B3n-especial>
- ONU (2020). Objetivos de desarrollo sostenible. Objetivo 10: Reducir la desigualdad en y entre los países. Recuperado de: <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/inequality/>
- ONU (2020). Objetivos de desarrollo sostenible. Recuperado de: <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/>
- Procuraduría Federal del Consumidor, (2013). Lo que debes saber de las Afores. Recuperado de: <https://www.gob.mx/profecoco/documentos/lo-que-debes-saber-de-las-afores?state=published#:~:text=En%20las%20Afores%2C%20cada%20uno,gobierno%20y%20el%20propio%20trabajador.>
- Roque, M. L. (2015). "Situación de las mujeres mayores en Argentina", en Roque, M. L. *Seminario Internacional sobre Género y Diversidad Sexual en la Vejez*. Recuperado de <https://www.algec.org/biblioteca/SEMINARIO-GENERO-Y-DIVERSIDAD.pdf>
- Sánchez, A. (2011). Género y vejez: una mirada distinta a un problema común. Recuperado de: https://www.revistaciencia.amc.edu.mx/images/revista/62_1/PDF/08_Genero.pdf
- Secretaría de bienestar, (2023). Pensiones de personas adultas mayores aumenta a cuatro mil 800 pesos bimestrales: Ariadna Montiel. Recuperado de: <https://www.gob.mx/bienestar/prensa/pension-de-personas-adultas-mayores-aumenta-a-cuatro-mil-800-pesos-bimestrales-ariadna-montiel>

Universidad del Desarrollo, (s.f.). Bienestar. Recuperado de:
<https://bienestarintegral.udd.cl/que-es-bienestar-integral/>
Universidad Mexiquense del Bicentenario. Recuperado de:
https://www.facebook.com/UESAMEUMB/?locale=es_LA