



FUNDACIÓN H. A.
BARCELÓ
FACULTAD DE MEDICINA



TRABAJO DE INVESTIGACIÓN FINAL CARRERA: KINESIOLOGÍA Y FISIATRÍA

DIRECTOR DE LA CARRERA:

Lic. Castagnaro Diego

NOMBRE Y APELLIDO:

Felice Agostina

TUTOR:

Lic. Leoni Herrero Mariela

FECHA DE PRESENTACIÓN

27/11/2018

FECHA DE DEFENSA DE TRABAJO FINAL:

19/12/2018

TÍTULO DEL TRABAJO:

“Ciudades amigables con el adulto mayor”. Evaluación de la ciudad de Chacabuco y comparación con la ciudad vecina de Junín.

SEDE:

Buenos Aires

Sede Buenos Aires
Av. Las Heras 1907
Tel./Fax: (011) 4800 0200
☎ (011) 1565193479

Sede La Rioja
Benjamín Matienzo 3177
Tel./Fax: (0380) 4422090 / 4438698
☎ (0380) 154811437

Sede Santo Tomé
Centeno 710
Tel./Fax: (03756) 421622
☎ (03756) 15401364

Índice

RESUMEN	1
ABSTRACT	1
INTRODUCCION	2
MATERIALES Y METODOS.....	5
RESULTADOS	6
DISCUSION	10
CONCLUSION.....	13
BIBLIOGRAFIA.....	15
ANEXOS	18

RESUMEN

Introducción: Dado que el envejecimiento activo es un proceso que dura toda la vida, una ciudad amigable con los mayores no sólo es “amigable con las personas de edad”. Los edificios y las calles libres de barreras mejoran la movilidad e independencia de personas con discapacidad, tanto jóvenes como mayores. Este trabajo busca establecer la accesibilidad edilicia y de los espacios físicos públicos de la ciudad de Chacabuco así como también la funcionalidad del entorno para determinar si estos tienen las “garantías” que el adulto mayor necesita para movilizarse y mantenerse como una parte activa de la comunidad y la percepción de los habitantes encuestados acerca de la accesibilidad de su ciudad. Además de evaluar la participación social y el respeto de la población hacia ellos. **Material y métodos:** Se realizó un estudio cualitativo a través de entrevistas a adultos mayores residentes de Chacabuco para obtener la percepción de ellos y un estudio cuantitativo mediante la observación de la infraestructura edilicia y de espacios físicos públicos más concurridos por adultos mayores de la ciudad de Chacabuco. Se anexa una comparación con la ciudad vecina de Junín. **Resultados:** Se encontraron mayormente coincidencias entre lo percibido por los ciudadanos con lo observado. Los resultados muestran que es una ciudad que cuenta con un entorno agradable y seguro, pero que hay barreras en el estado de sus veredas, falta de respeto de los conductores, falta de difusión de los programas de actividades, entre otras fallencias. **Conclusión:** La ciudad de Chacabuco se acerca a ser una “ciudad amigable” con el adulto mayor pero para lograrlo hace falta transitar varios cambios que a través de las observaciones realizadas en este estudio se sugieren para contribuir con dicha transición. Es importante que ocurran para lograr una ciudad con mayor accesibilidad / funcionalidad del entorno para los mayores y su participación en sociedad para poder favorecer así que en los ciudadanos se dé un envejecimiento lo más activo posible.

Palabras Clave: adulto mayor - envejecimiento - envejecimiento activo - accesibilidad - ciudad amigable

ABSTRACT

Introduction: since active aging is a process that lasts the whole life, a city friendly with the elders is not just “friendly with old people”. Buildings and streets free of barriers improve mobility and independence of disabled people, whether young or elder. This project aims to establish buildings and public physical spaces accessibility in Chacabuco city as well as environmental functionality to determine if these places have the “warranties” the elder need to move and be an active part of the community and the perception of the interviewed residents about accessibility in their city. Besides of evaluating social participation and the society respect for them. **Material and methods:** a qualitative research has been done through interviews to the elder living in Chacabuco to get their perception, and a quantitative one through observation of building infrastructure and public physical spaces most visited by elders in Chacabuco city. A comparison with the closer city of Junín is annexed. **Results:** many coincidences between the perceived by the citizens and the observed have been found. The results show that it is a city that has a friendly and safe environment, but with barriers in their sidewalks, disrespectful drivers, lack of broadcasting of activity programs, among other failures. **Conclusion:** Chacabuco city is close to be a “friendly city” for the elder but to get to it needs to walk through several changes that are suggested in the observations done in this study to contribute to the change already said. It is important to reach those changes in order to get more environmental accessibility and functionality for the elder and their participation in society so they can have an aging as active as possible.

Key Words: elderly - aging - active aging - accessibility - friendly city

INTRODUCCION

La ciudad de Chacabuco se encuentra ubicada al noroeste de la provincia de Buenos Aires (a 196 km. de distancia de la Capital Federal), y es la cabecera del Partido homónimo. La misma cuenta con establecimientos públicos de relevancia y concurridos por adultos mayores como lo son, el Hospital Municipal Nuestra Señora del Carmen, Municipalidad de Chacabuco, ANSES, PAMI, Banco Provincia, Banco nación y la Iglesia principal San Isidro Labrador; sitios a estudiar en este trabajo. En relación a la población cuenta con un total de 48.703 habitantes de acuerdo al censo nacional del año 2010 realizado por el INDEC ¹ de los cuales 9.788 son adultos mayores, lo que representa el 20% de la población total de Chacabuco. Según la OMS se considera adulto mayor a una persona de 60 años en países en vía de desarrollo y de 65 o más en países desarrollados ².

Si bien dentro de este grupo etario muchos aún conservan una vida socialmente activa, se encuentran en vías de envejecimiento, término que la OMS define como “proceso fisiológico que comienza en la concepción y ocasiona cambios en las características de las especies durante todo el ciclo de la vida; esos cambios producen una limitación de la adaptabilidad del organismo en relación con el medio. Los ritmos a que estos cambios se producen en los diversos órganos de un mismo individuo o en distintos individuos no son iguales”³. A su vez, el envejecimiento se caracteriza por cambios y transformaciones producidos por la interrelación entre factores intrínsecos (genéticos) y extrínsecos (ambientales), protectores o agresores (factores de riesgo) a lo largo de la vida. Estos cambios se manifiestan en pérdidas del estado de salud, condicionantes de su deterioro funcional, lo cual lleva a un adulto mayor a situaciones de incapacidad, tales como inmovilidad, inestabilidad y deterioro intelectual ⁴. En consecuencia con estas definiciones se necesita de ciertos cuidados generales para permitir independencia y libre movilidad de accesibilidad en el entorno edilicio con el fin de evitar el “envejecimiento en casa” y caídas, las cuales son uno de los síndromes geriátricos más frecuentes: constituyen la primera causa de lesiones (10% como causa consulta de emergencia y 6% como causa de hospitalización), una patología terrible por sus consecuencias y a veces poco comprendida e investigada por los médicos que la atienden. Una de cada diez caídas pueden causar daño grave lo que conlleva a la disminución de la movilidad y funcionalidad, repercutiendo en las actividades de la vida

diaria básicas (AVDB) e instrumentales (AVDI) del adulto mayor, por lo que incrementan el riesgo de institucionalización e inciden en la salud mental ⁵.

En lo que al funcionamiento o funcionalidad respecta, se la considera como una relación compleja o interacción entre las condiciones de salud y los factores contextuales (ambientales y personales)" ; donde se implica la integridad funcional y estructural del hombre, actividades y participación, culminados en la capacidad para realizar tareas o el desempeño en un entorno real, propiciado por factores ambientales como facilitadores, versus la existencia de la deficiencia (funcional o estructural) y/o la limitación en la actividad, y/o restricción en la participación que por ende genera la discapacidad, propiciado por barreras u obstáculos, derivados de factores ambientales ⁶.

Por otra parte, el envejecimiento activo se define como el proceso de optimizar las oportunidades de salud, participación y seguridad a fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen⁷. En una ciudad amigable con los mayores, las políticas, los servicios, los entornos y las estructuras proveen sostén y facilitan el envejecimiento activo de las personas. Este depende de una variedad de factores influyentes o determinantes que rodean a los individuos, las familias y las naciones. Estos incluyen condiciones materiales así como también factores sociales que afectan a los tipos de conducta y sentimientos individuales ⁸. Todos estos factores, y su interacción, influyen de manera significativa sobre la calidad del envejecimiento de los individuos. Muchos de los aspectos de los entornos y servicios urbanos reflejan a estos factores determinantes y han sido incluidos en las características de una ciudad amigable con los mayores.

Dado que el envejecimiento activo es un proceso que dura toda la vida, una ciudad amigable con los mayores no sólo es “amigable con las personas de edad”. Los edificios y las calles libres de barreras mejoran la movilidad e independencia de personas con discapacidad, tanto jóvenes como mayores. Un entorno de barrios seguros permitirá a niños, mujeres jóvenes y personas mayores salir al exterior con confianza para participar activamente en actividades de recreación física y social. Las familias soportan menos presión cuando sus integrantes de mayor edad cuentan con el apoyo comunitario y los servicios de salud que necesitan. Por último, la economía local se favorece por el patrocinio de los adultos mayores como consumidores. La palabra determinante en entornos urbanos físicos y sociales amigables con los mayores es facilitación ⁹.

Durante muchos años, los adultos mayores fueron una minoría de la población objeto de interés en los problemas de salud; sin embargo, es diferente en la actualidad, por su incremento, pero ante la inadecuada información, muchas personas creen que la vejez es una enfermedad. Un hecho indiscutible es que las características específicas del adulto mayor conllevan una mayor morbilidad, pues casi todas las afecciones se hacen más frecuentes en la segunda mitad de la vida. Según un relevamiento de la organización mundial de la salud, la población mundial está envejeciendo a pasos acelerados, entre 2000 y 2050, la proporción de los habitantes del planeta mayores de 60 años se duplicará, pasando del 11% al 22%. También informa que en países de medianos y bajos ingresos, el incremento se da de forma más rápido como en Brasil, en el cual el número se duplicaría en menos de 25 años ¹⁰. Otro informe señala que en “2020, por primera vez en la historia, los mayores de 60 años superarán en número a los menores de 5 años. Para 2050 se espera que la población mundial de más de 60 años llegue a los 2000 millones, un aumento considerable frente a los 841 millones de la actualidad” ¹¹. El envejecimiento plantea a la vez problemas y oportunidades que sin duda impondrán una gran carga sobre los sistemas de pensiones y seguridad social, aumentarán la demanda de atención de problemas agudos y de atención primaria de salud, requerirán un personal sanitario más numeroso y mejor capacitado y aumentará la necesidad de asistencia a largo plazo ¹². Estas consideraciones reflejan a las claras que los adultos mayores son y serán una parte fundamental de la sociedad actual y futura, y que como futuros profesionales de la salud no debemos escaparle a la problemática que nos confiere este tema sino que debemos buscar las herramientas y los recursos necesarios para crear un entorno ciudadano amigable, ya sea edilicio y/o funcional, logrando en la mayor medida posible disminuir las barreras que se interponen entre el adulto mayor y su vida social para así evitar afecciones de importancia antes mencionadas.

Se toma como referencia gran parte de la guía de “Ciudades Globales Amigables con los Mayores” ¹³ de la OMS presentada en el año 2007, la cual se formó a través de la implementación del protocolo de investigación que propone, en 33 ciudades, las cuales representan una amplia gama de países desarrollados y en vías de desarrollo que reflejan la diversidad de los entornos urbanos contemporáneos. El protocolo de investigación que propone esta guía se basa en la evaluación de diversos puntos como por ejemplo, espacios al aire libre y edificios, vivienda, transporte, participación social, inclusión social, etc.

En relación a los antecedentes expuestos, este trabajo tiene como objetivo establecer tanto la accesibilidad edilicia y de los espacios físicos públicos de la ciudad de Chacabuco así como también la funcionalidad del entorno para determinar si estos tienen las “garantías” necesarias que el adulto mayor necesita para movilizarse y mantenerse como una parte activa de la comunidad chacabuquense en pos de asegurar el bienestar general para ellos, evitando así el “envejecimiento en casa” y evaluar la percepción de los residentes acerca de la accesibilidad de su ciudad. Además de evaluar la participación social y el respeto de la población hacia el adulto mayor. También, se pretende contribuir, con los resultados obtenidos, información que será brindada a las autoridades responsables del área de la ciudad de Chacabuco para en un futuro mejorar los puntos en los cuales se encuentren déficits de los elementos estudiados en el presente. En sí, el trabajo busca hacer un diagnóstico sobre la ciudad en torno a lo que la OMS considera como “ciudad amigable para el adulto mayor”. Por último, se realizará una comparación con la ciudad vecina de Junín en relación al tema en estudio.

MATERIALES Y METODOS

Se desarrolló una base teórica formada por artículos académicos publicados en las bases de datos preestablecidas como: Scielo, OMS, etc.; los cuales no contaron con más de 10 años de indexados en los sitios mencionados.

Se realizó un estudio observacional descriptivo y comparativo de corte transversal cualitativo y cuantitativo.

El estudio cualitativo, se realizó a través de entrevistas a adultos mayores de ambos sexos residentes de Chacabuco, independientes de terceros. Se dividió a los entrevistados en dos rangos etarios, uno de 60 a 74 años y el otro de 75 años en adelante. Fueron excluidos por completo aquellas personas menores de 60 años, minusválidos y dependientes de terceros. Se llevaron a cabo en total 50 encuestas, 25 por grupo para obtener la percepción que ellos tienen acerca de la accesibilidad de la ciudad. Para ello se diseñó un cuestionario en base a la “Lista de control de aspectos esenciales de las ciudades amigables con los mayores”, propuesta por la OMS¹⁴. Por otra parte, el estudio de tipo cuantitativo se realizó mediante la observación de la infraestructura edilicia y de espacios físicos públicos más concurridos por la población adulta (semáforos, señalización, rampas, antideslizantes, veredas, entradas, etc.). Para ambos se tomó como referencia ciertas consideraciones de la guía “Ciudades Globales

Amigables con los Mayores” de la OMS. Ellos fueron: entorno agradable y limpio, espacios verdes, veredas amigables, cruces peatonales seguros, accesibilidad, entorno seguro, servicio de taxis, respeto de conductores, participación social y edificios amigables.

Con los datos que se obtuvieron se evaluó la percepción de la población con lo observado, y se comparó con las recomendaciones hechas por la OMS en su guía “Ciudades Globales Amigables con los Mayores”. Luego se realizó una comparación con la ciudad vecina de Junín dentro del mismo marco de referencias.

RESULTADOS

Se entrevistó en la ciudad de Chacabuco a 50 personas mayores de 60 años independientes de terceros, de las cuales 27 fueron mujeres y 23 hombres (Gráfico 1), en donde el promedio de edad fue de 76 años con un rango de 60 a 94.

En relación al entorno agradable y limpio el 68% de los entrevistados consideran que Chacabuco es una ciudad limpia, el 74% que es ruidosa y el 80% que la cantidad de espacios verdes que posee es adecuada y que estos están limpios ya que el 90% contestó afirmativamente (Gráfico 2).

Al ser consultados por la seguridad con respecto a la iluminación, control policial y cámaras de seguridad en las calles el 62% considero a la ciudad como segura, mientras que el 38% restante no lo siente así (Gráfico 3).

Respecto a los cruces peatonales solo el 36% siente que tiene el tiempo necesario para cruzar la calle en forma tranquila. El 68% piensa que solo algunos cruces están bien señalizados, el 30% que no lo están y solamente el 2% cree que si tienen una buena señalización visual y auditiva. En cuanto al respeto de los conductores hacia los peatones en su prioridad al paso en los cruces peatonales, el 96% de la población entrevistada considera que no existe tal respeto, siendo el 4% la minoría que cree que sí (Gráfico 4).

El traslado de los adultos mayores de la ciudad de Chacabuco según la entrevista, ocurre mayoritariamente caminando siendo que el 86% se traslada así. También es muy utilizado por el grupo etario de mayores de 75 años el servicio de remises ya que 15 de ellos lo utilizan y en el caso del grupo entre 60-74 solo uno ha respondido que sí. Este servicio de a la vez fue calificado por el 76% de los ciudadanos encuestados como

“bueno”, y por el 24% como “regular”. Por otro lado el 42% de estos residentes consultados utilizan automóviles y solo el 6% bicicleta, siendo estos del grupo etario de menor edad (60-74 años). Por ultimo en el caso de las motocicletas ninguno de los entrevistados refirió su uso (Gráfico 5).

De acuerdo a la percepción de los habitantes de Chacabuco sobre el estado de las veredas de la ciudad, el 100% considera que las aceras se encuentran en mal estado, “rotas”, lo cual es muy significativo. Ninguno de los participantes de la encuesta opino sobre si las veredas eran anchas, lisas, con antideslizantes, con rampas, niveladas o libres de obstrucciones ya que apenas se les preguntaba se centraban en su desconformidad con el mal estado de estas (Gráfico 6). También se les consulto sobre la cantidad de cordones en desnivel hacia la calle y el 44% considera que son suficientes contra el 56% que cree que no lo son (Gráfico 7).

De los espacios públicos que se eligieron para investigar, los más frecuentados de mayor a menor asistencia fueron: Hospital Municipal Nuestra Señora del Carmen, PAMI, ANSES, Municipalidad de Chacabuco y Banco Nación con mismo número de concurrentes, Iglesia y por último el Banco Provincia. Se les pregunto si consideraban accesibles a estos edificios en cuanto al acceso con rampas, entradas anchas, zonas para descansar y una adecuada señalización y el 82% contesto que sí, mientras que el 18% que no (Gráfico 8).

Sobre la ubicación de los servicios de salud de la ciudad respecto a su accesibilidad para todos los medios de transporte el 64% considera que no están situados estratégicamente y de forma accesible para cualquier medio. El 36% restante respondió que sí. Las instalaciones de dichos servicios de salud son consideradas accesibles por el 80% de los entrevistados. Y por otro lado al 86% les parece insuficiente la cantidad de centros de servicios de salud que posee la ciudad en relación a nuestra población (48.703 habitantes).

Por último se estudió la participación social de los adultos mayores a través del conocimiento sobre actividades gratuitas que sean brindadas por la Municipalidad. El 86% no tiene conocimiento de ningún programa de actividades en la ciudad, mientras que el 14% si pero ninguno de ellos asiste (Gráfico 9). Los que dijeron conocer fueron: juegos de abuelos bonaerenses, gimnasia y caminatas todos referidos al Polideportivo CEF N°20.

Por otra parte se realizó la observación de los puntos antes mencionados. Dentro de lo que es “entorno agradable” se observó que la ciudad se encuentra generalmente limpia a diario, y así también sus espacios verdes. La cantidad de estos es de 5 plazas, 25 plazoletas, el parque recreativo y el parque temático. Además cuenta con la Laguna de Rocha, la cual pertenece al partido pero se ubica a 30km del centro de la ciudad. Se observó que es una ciudad ruidosa en el área céntrica y los fines de semana pero no así los días laborales ni en las afueras.

Sobre el “entorno seguro”, se observó que la ciudad está muy bien iluminada en todos los barrios, que cuenta con 80 cámaras de seguridad y un Centro de operaciones y monitoreo funcionando las 24hs los 365 días del año. El control policial también es muy bueno ya que está dado por patrullas barriales, patrullas en el microcentro, bici policías encargados de recorrer los barrios periféricos, policías en motocicletas, caminantes y cabinas policiales en cada plaza de la ciudad y en el Hospital.

Respecto a los cruces peatonales, se encontró que solo uno está señalizado correctamente en forma auditiva y visual, siendo este el cruce peatonal de la avenida principal en el centro de Chacabuco, cruce muy concurrido. Los demás cruces cuentan con semáforos señalizados solo con el cambio de color, sin tener la posibilidad de saber cuánto tiempo resta para poder cruzar. Al cronometrarse dicho tiempo con un cronometro digital, dio como resultado que el semáforo bien señalizado cuenta con 34.55’’ en verde para el paso y los demás con 30.60’’. Por último el respeto de los conductores hacia el peatón en los cruces generalmente no es respetado, ya que de 30 ocasiones observadas el paso prioritario fue dado solo en 3.

El desempeño de los taxistas se observó a través del uso de sus servicios, siendo estos buenos en trato respetuoso pero no así en el estado de los vehículos ya que la mayoría se encuentran deteriorados ni tampoco en la prudencia a la hora de manejar.

La observación de las veredas de la ciudad dejó mucho que desear, encontrando deficiencias en casi todos los barrios. La gran mayoría se encuentra rotas, son desniveladas y no poseen antideslizantes pero si son lo suficientemente anchas y tienen una buena cantidad de cordones en desnivel hacia la calle. En cuanto a las rampas, hay en el centro de la ciudad y alrededores pero no tanto en las periferias.

Al evaluar la infraestructura del Hospital Municipal se pudo ver que tiene rampas en cada una de sus 6 entradas desde la calle (principal, lindera, guardia de adultos, guardia

pediátrica, geriátrico y servicio de diálisis), todas ellas son anchas y tienen una buena señalización pero si se encontró déficit en las veredas del establecimiento, estando en muy mal estado. Cabe destacar que está en proceso de construcción actualmente una nueva guardia de emergentología, la cual está siendo construida con total accesibilidad. En la evaluación de PAMI se encontró que si bien sus veredas se encuentran en muy buen estado, la rampa que tienen para el ingreso está directamente en la entrada del establecimiento, arriba de la vereda, sin tener acceso desde la calle. Además dicha entrada es muy angosta para el paso. En cuanto a ANSES, tiene rampa tanto desde la calle a la vereda como de la vereda a la institución. La entrada es lo suficientemente ancha y sus veredas están perfectas. La Municipalidad no tiene rampa en su entrada principal, está constituida por dos tandas de varios escalones seguidos de una puerta giratoria para el ingreso al establecimiento. En su puerta trasera si se existe una rampa de acceso. El Banco Nación tiene las rampas correspondientes y una entrada ancha pero sus veredas se encuentran en mal estado. La Iglesia tiene las veredas en buen estado y tiene las respectivas rampas pero la entrada con rampa es algo angosta. Por último, el Banco Provincia en su entrada principal tiene una gran cantidad de escalones que llevan a una ancha entrada sin rampas. La rampa se localiza en la entrada al cajero y no al banco.

En lo que es sistema de salud, la ciudad cuenta con el Hospital Municipal y 15 CAPS (centros de atención primaria de la salud) barriales en el ámbito público y con el Sanatorio Chacabuco en el privado. También cuenta con el servicio de SAME provincia.

Respecto a la participación social de los adultos mayores, desde el 2008 funciona la “Colonia de abuelos” por la mañana en el polideportivo municipal, la cual es abierta y gratuita para mayores de 60 años y en la que se realiza actividad física y talleres, en la misma se hacen varios torneos en los que los abuelos participan y una vez al año viajan a participar de los “Juegos Bonaerenses”. En el mismo polideportivo funciona también el grupo de gimnasia de adultos. En los CIC (centro integrador comunitario) brindan clases de gimnasia y talleres de cocina, pintura, costura, etc. En dependencia de PAMI existe el grupo de “mayores en movimiento” que realizan actividad física y el taller de la memoria que tiene como propósito estimular las capacidades cognitivas de los mayores, ambos son brindados en el centro de jubilados. Por ultimo existe el coro municipal de adultos. En Alpi funciona un taller de inclusión a personas con problemas

visuales y/o auditivos subsidiados por la municipalidad. También cuenta con la Escuela de Actividades Culturales en la que se dictan gran variedad de talleres como lo son marroquinería, tango, dibujo, yoga, gimnasia, computación, cocina, panadería, guitarra, tejido, telar, fotografía, cerámica, entre otros; esto depende de una cooperadora en la que los asistentes deben pagar una mínima cuota.

DISCUSION

El 20% de la población total de la ciudad son adultos mayores, siendo así un tema prioritario que dicha ciudad sea lo más “amigable” posible con ellos para darles la posibilidad de desarrollar un envejecimiento activo. El entorno exterior y los edificios públicos tienen un impacto importante sobre la movilidad, la independencia y la calidad de vida de las personas mayores y afectan su capacidad para “envejecer en casa”¹⁵. Es por esto que considero muy importante que tanto en las encuestas como en la observación se haya considerado que la ciudad cuenta con un “entorno agradable” al ser limpia y con una suficiente cantidad de espacios verdes y limpieza de los mismos. Si bien fue considerada en las encuestas mayormente como ruidosa (74%), no es una ciudad caracterizada por ruidos molestos ya que no posee transporte público, una excesiva población ni horarios comerciales de corrido, que son aspectos que pueden producir molestias sonoras a la ciudad.

Otro punto importante a favor de la ciudad de Chacabuco es el “entorno seguro” para los mayores con el que cuenta, ya que el control policial, monitoreo e iluminación significante que tiene les proporciona la sensación de seguridad necesaria para salir a las calles, lo que afecta positivamente en su independencia e integración social.

Los cruces peatonales no son seguros para los adultos mayores ya que no se les proporciona una buena señalización que les indique cuánto tiempo les resta para cruzar y así poder hacerlo en forma tranquila. Esto afecta en mayor medida a aquellos adultos con deficiencias visuales o auditivas propias del envejecimiento. Además dicho envejecimiento hace que las personas mayores disminuyan la velocidad de desplazamiento, acorten los pasos, y aumenten el tiempo de apoyo de los pies para sentirse estables lo que enlentece en general el tiempo de su marcha¹⁶ y es por esto que necesitan un mayor tiempo para cruzar la calle. Otro punto que hace al cruce peatonal inseguro es la falta de respeto de los conductores ante el paso prioritario que les corresponde a los peatones. El servicio de remises si bien fue calificado mayormente

como “bueno” tiene deficiencias en la concientización vial y el estado de las unidades. Esto último les afecta a los mayores a la hora de tener que subir al automóvil.

El estado de las veredas tiene una importancia fundamental en la deambulaci3n del adulto, ya que su mal estado muchas veces es el causante de las caídas y estas lo llevan a la morbilidad o mortalidad. En este estudio se pudo ver que las veredas de la ciudad de Chacabuco se encuentran en su gran mayoría con déficits ya que aunque sean anchas y libres de obstrucciones est3n rotas, desniveladas, y no poseen antideslizantes. Lo que si contiene es una adecuada cantidad de cordones en desnivel hacia la calle. Este punto es preocupante para la autonomía de los mayores de la ciudad a la hora de salir solos porque pueden dejar de hacerlo por el miedo a caerse y perder así integraci3n social. El arreglo de las aceras de la ciudad sería una medida de prevenci3n de caídas muy importante para los adultos mayores.

Los edificios más concurridos por los mayores deben ser amigables con su edad, en la encuesta se vio que una gran parte (82%) considera que así lo son, pero en la observaci3n se encontraron grandes déficits en algunos de ellos como así no en otros. Es importante que tengan entradas anchas para el ingreso en silla de ruedas o andadores, que exista una buena seálizaci3n, rampas en cada una de sus respectivas entradas, y un buen estado de las aceras. Observando todos estos puntos, el Hospital Municipal y el Banco Naci3n se encuentran en muy buen estado, con rampas en cada entrada, estas son anchas y hay una buena seálizaci3n, pero si est3n en mal estado sus veredas aunque en el caso del Hospital se encuentra en remodelaci3n. Por el contrario PAMI tiene las veredas en muy buen estado pero su entrada es muy angosta y la rampa de ingreso se encuentra directamente en la entrada, faltando así una rampa para ascender desde la calle. ANSES cumple con todas las características esperadas. La Municipalidad, est3 muy falta de lo que llamamos “accesibilidad”, siendo esta la cualidad de f3cil acceso a algo. Esto es porque su entrada principal est3 constituida por decenas de escalones seguidos de una puerta giratoria que hace imposible el paso de una persona con limitaciones (dificultades para ejecutar acciones o tareas) ¹⁷ ni siquiera con su silla de ruedas o andador. En si dicha puerta giratoria dificulta el paso a cualquier adulto mayor sin patologías, ya que en la normalidad de su envejecimiento estos disminuyen la velocidad de su marcha y la puerta al girar los enviste. La municipalidad cuenta con la disponibilidad de una rampa en su parte trasera, pero eso no significa que sea accesible ya que para poder ingresar no hay una facilitaci3n sino que el ciudadano tiene que

buscar una segunda opción. Esta misma situación ocurre en el Banco Provincia ya que existe una rampa para el ingreso al cajero pero no así para el banco. La entrada principal la componen varios escalones que no facilitan de ninguna manera el ingreso. En el caso de la Iglesia tiene veredas en buen estado, buena señalización y la rampa correspondiente pero su entrada por la rampa es algo angosta.

Los centros de salud de alta complejidad que son dos, el Hospital y el Sanatorio, se encuentran ambos en la zona sur de la ciudad a 8 cuadras de diferencia uno con el otro, quedando así algo lejano del norte de la ciudad. Esto se trata de suplir con los CAPS que están distribuidos de forma estratégica en los barrios periféricos de la ciudad con una amplia gama de especialidades.

La ciudad cuenta con una amplia gama de ofertas de actividades para los adultos mayores y todas se encuadran dentro de la accesibilidad en cuanto a costo y acceso ya que la gran mayoría son gratuitas y están distribuidas en toda la ciudad como es el caso de los CIC barriales. Por lo tanto el adulto mayor chacabuquense tiene la posibilidad de participar socialmente en actividades, lo que beneficia fructuosamente a su salud mental integrándose socialmente y manteniéndose activo. Si bien la posibilidad está, ya que hay variedad de propuestas, la mayoría de los adultos no tienen el conocimiento debido de la existencia de dichas actividades. Hay una falta de difusión muy visible ya que de 50 entrevistados solamente 7 dijeron conocer alguna que otra actividad pero 0 de ellos asisten. Con una buena estrategia de difusión publicitaria muchos adultos podrían beneficiarse de lo que su ciudad les brinda pero no ellos no lo saben y así prevenir el aislamiento social de las personas mayores.

A la hora de comparar Chacabuco con la ciudad vecina de Junín, utilizando un estudio de las mismas características realizado en dicha ciudad ¹⁸ se evaluaron todos los puntos analizados anteriormente y se encontraron mayormente coincidencias. Cabe resaltar que ambas ciudades cuentan con gran cantidad de adultos mayores, siendo el 20% de su población total tanto en Junín como en Chacabuco, por lo que es importante trabajar para lograr que sean ciudades amigables con ellos. Como puntos a favor ambas ciudades disponen de un entorno agradable y seguro, pero las demás coincidencias se encuentran en las barreras. Ambas tienen déficits en la señalización de los semáforos pero la ciudad de Junín tiene mayor cantidad de semáforos bien señalizados, es decir en forma visual y auditiva, ya que en zonas céntricas o avenidas estos existen pero no en las periferias y en el caso de Chacabuco hay un único cruce bien señalizado que es en el microcentro. A

ambas ciudades les falta control de las unidades de los taxistas y de su desempeño vial, así como también la concientización del respeto de los conductores con respecto al paso prioritario de los peatones. En relación a las veredas el estudio de Junín muestra que su mal estado también representa una gran falencia de la ciudad al igual que en Chacabuco, pero en el centro de la primera las aceras si se encuentran en buen estado. Por ultimo ambas carecen de una correcta difusión de las actividades que brindan para los mayores, siendo un punto clave a mejorar. Por lo tanto, las dos localidades necesitan seguir trabajando para lograr una correcta inclusión de los mayores en ellas.

CONCLUSION

En conclusión creo que la ciudad de Chacabuco se acerca a ser una “ciudad amigable” con el adulto mayor pero que para lograrlo hace falta transitar varios cambios que a través de las observaciones realizadas en este estudio se sugieren para contribuir con dicha transición. Es importante que los cambios sugeridos ocurran para poder lograr una ciudad con mayor accesibilidad/funcionalidad del entorno para los mayores y su participación en sociedad para poder favorecer así que en los ciudadanos se dé un envejecimiento lo más activo posible. La facilitación que tengan los espacios públicos le proporciona al adulto una mayor autonomía y esta viene a su vez aparejada de muchos beneficios para ellos tanto biológicos como psicosociales.

En primer lugar se sugiere trabajar en la difusión de los programas de actividades que brindan, darlos a conocer en forma continua en los programas radiales, en el noticiero local, entregándoles un folleto con el cobro de su jubilación, colocando carteles en los bancos, cajeros, PAMI o ANSES, pudiendo así llegar de forma segura a los mayores con la información ya que si la difusión se hace solo en forma web es menos probable que se logre porque es una población que no suele manejar adecuadamente el internet o directamente la mayoría no tiene acceso a él.

La falta de respeto de los conductores se puede trabajar desde una concientización educándolos al momento de sacar o renovar la licencia de conducir o controlándolos con los inspectores de tránsito realizándoles multas por no respetar. Dentro de lo vial también se debe mejorar la señalización de los cruces peatonales colocando la mayor cantidad posible de semáforos que tengan cronometro visual y auditivo para darles seguridad a la hora de cruzar la calle sabiendo cuanto tiempo les queda para usar.

El arreglo de las veredas es un punto muy importante y necesario siendo que representa una barrera en toda la ciudad, se debería hacer un arreglo de las mismas y mantenerlas en el tiempo en buen estado a través de un control de este. Para comenzar con ese arreglo, se podrían priorizar las zonas más concurridas por los mayores como lo son el Hospital, y los Bancos. En el caso de PAMI, se sugiere la colocación de una rampa desde la calle a la vereda para facilitar su ingreso. En el Banco Provincia la implementación de una rampa en su entrada principal. Por otro lado, en la Municipalidad se debería eliminar la puerta giratoria de la entrada principal quedando así una entrada anchísima que permite el paso en forma accesible, y colocar una rampa en donde se encuentran las decenas de escalones antes mencionadas.

Por último se sugiere implementar un servicio de taxis sistematizado y amigable con los mayores, a través del registro de los automóviles para poder realizar un control del estado de estos y de capacitaciones de los conductores al registrar el auto tanto en el aspecto vial para que respeten las normas como en el respeto y cordialidad hacia los pares. Se propone que las unidades tengan grandes baúles para poder así viajar personas que necesiten transportar su silla de ruedas, andadores o bastones.

Este trabajo aporta sugerencias con el sustento de lo estudiado para a futuro lograr una ciudad amigable con el adulto mayor, buscando la funcionalidad del entorno para favorecer el envejecimiento activo de los ciudadanos de Chacabuco.

BIBLIOGRAFIA

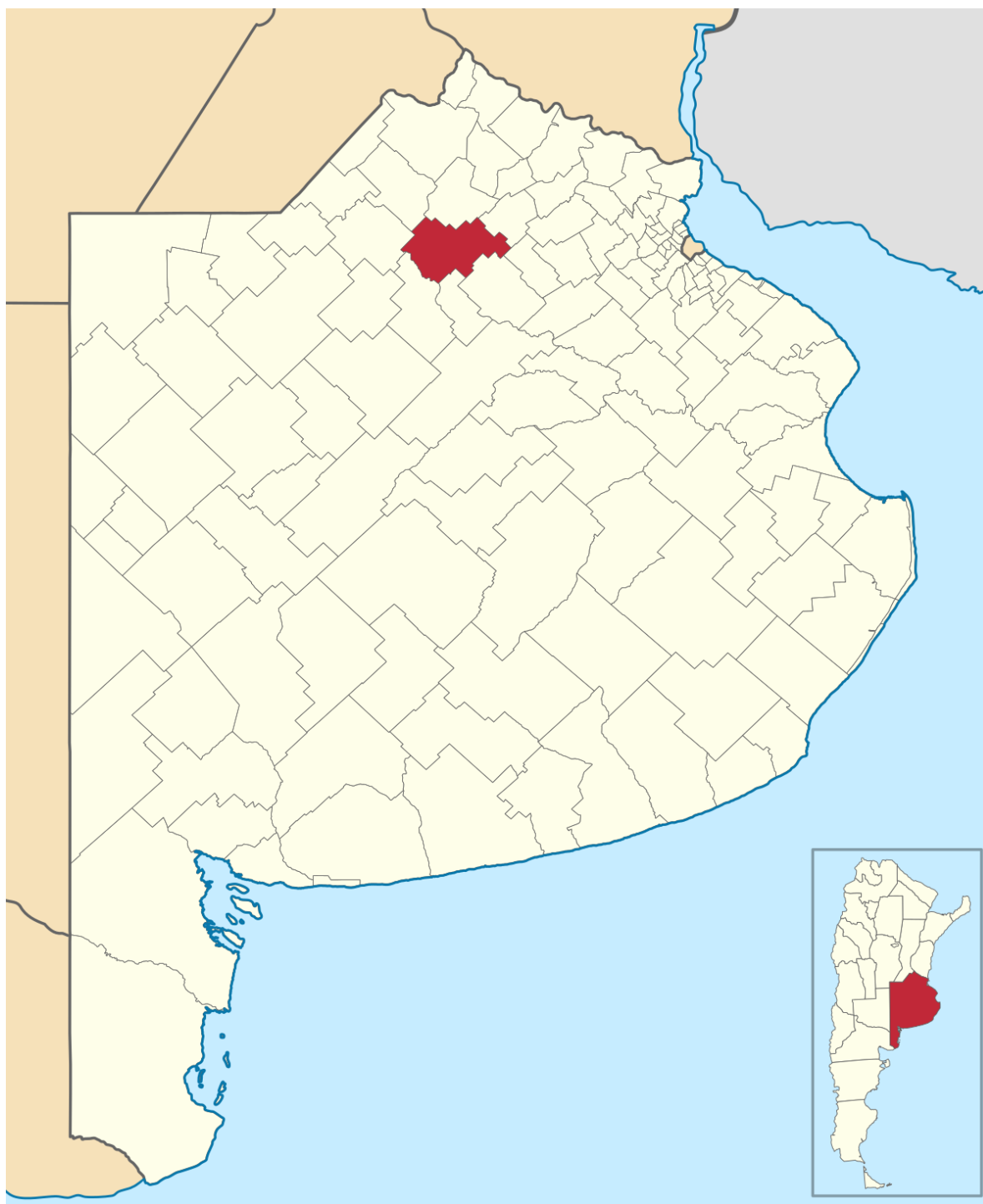
1. INDEC. Censo Nacional de Población, Hogares y Viviendas 2010. [Internet]. Argentina 2010. Citado [20 Junio 2018]. Disponible en: http://www.indec.gov.ar/ftp/censos/2010/CuadrosDefinitivos/P2-D_6_210.pdf
2. Asamblea mundial sobre “el envejecimiento” convocada por la Organización de las Naciones Unidas. [Internet]. Viena 1982. Citado [23 Junio 2018]. Disponible en: http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/gericuba/plan_de_accion_internacional_de_viena_sobre_el_envejecimiento.pdf
3. Organización Mundial de la Salud. Organismos internacionales y envejecimiento. [Internet]. Ginebra 2009. Citado [23 Junio de 2018]. Disponible en: http://traballo.xunta.es/export/sites/default/Biblioteca/Documentos/Publicacions/congreso_envelhecimento/congreso_envejecimiento_activo.pdf
4. Machado Cuétara RL, Bazán Machado MA, Izaguirre Bordelois M. Principales factores de riesgo asociados a las caídas en ancianos del área de salud Guanabo. MEDISAN [Internet]. 2014. Citado [8 Julio 2018]; Vol 18 (2): 158-64. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192014000200003&lng=es
5. Organización Mundial de la Salud. Clasificación internacional del funcionamiento, de la discapacidad y de la salud. [Internet]. OMS. 2001. Citado [15 Julio 2018]. Disponible en: https://aspace.org/assets/uploads/publicaciones/e74e4-cif_2001.pdf
6. Martha Graciela Segovia Díaz de León; Erika Adriana Torres Hernández. Funcionalidad del adulto mayor y el cuidado enfermero. Gerokomos [Internet]. Barcelona 2011. Citado [15 Julio 2018]; Vol (22):4. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2011000400003
7. Organización Mundial de la Salud. Ciudades Globales Amigables con los Mayores: una Guía. [Internet]. OMS. Suiza 2007. Citado [15 Julio 2018]. Disponible en: www.who.int/ageing/age_friendly_cities_guide/es/

8. Marmot M. Health in an unequal world. The Harveian Oration. The Lancet [Internet]. Londres, 2006 ; Vol (368). Disponible en:
http://www.who.int/social_determinants/publications/health_in_an_unequal_world_marmott_lancet.pdf?fbclid=IwAR0g1YrM49wMgEW-t8mjsJHn2CZQnF1nluoEyiELlPPoT1PY3MbAfuWRrg
9. Organización Mundial de la Salud. Ciudades Globales Amigables con los Mayores: una Guía. [Internet]. OMS. Suiza 2007. Citado [20 Julio 2018]. Disponible en: www.who.int/ageing/age_friendly_cities_guide/es/
10. United Nations Department of Economic and Social Affairs, Population Division. Population Ageing. [Internet]. Nueva York, 2006. Citado [20 Julio 2018]. Disponible en: <http://www.un.org/esa/population/publications/ageing/ageing2006.htm>
11. Organización Mundial de la Salud. Datos interesantes acerca del envejecimiento. [Internet]. OMS. Citado [2 Agosto 2018]. Disponible en: <http://www.who.int/ageing/about/facts/es/>
12. Organización Mundial de la Salud. Envejecimiento y ciclo de vida. [Internet]. OMS. Citado [2 Agosto 2018]. Disponible en: http://www.who.int/ageing/about/ageing_life_course/es/
13. Organización Mundial de la Salud. Ciudades Globales Amigables con los Mayores: una Guía. [Internet]. OMS. Suiza 2007. Citado [10 Agosto 2018]. Disponible en: www.who.int/ageing/age_friendly_cities_guide/es/
14. Organización Mundial de la Salud. Lista de control de aspectos esenciales de las ciudades amigables con los mayores. [Internet]. OMS, 2008. Citado [10 Agosto 2018]. Disponible en: <http://www.who.int/ageing/4pagesAFCinsertSpanish.pdf>
15. Organización Mundial de la Salud. Ciudades Globales Amigables con los Mayores: una Guía. [Internet]. OMS. Suiza 2007. Citado [18 Agosto 2018]. Disponible en: www.who.int/ageing/age_friendly_cities_guide/es/
16. James O. Judge, MD, Associate Clinical Professor of Medicine, University of Connecticut School of Medicine; Senior Medical Director, Optum Complex Population Management. Transtornos de la marcha en los ancianos. [Internet]. Estados Unidos 2010. Citado [18 Agosto 2018]. Disponible en:

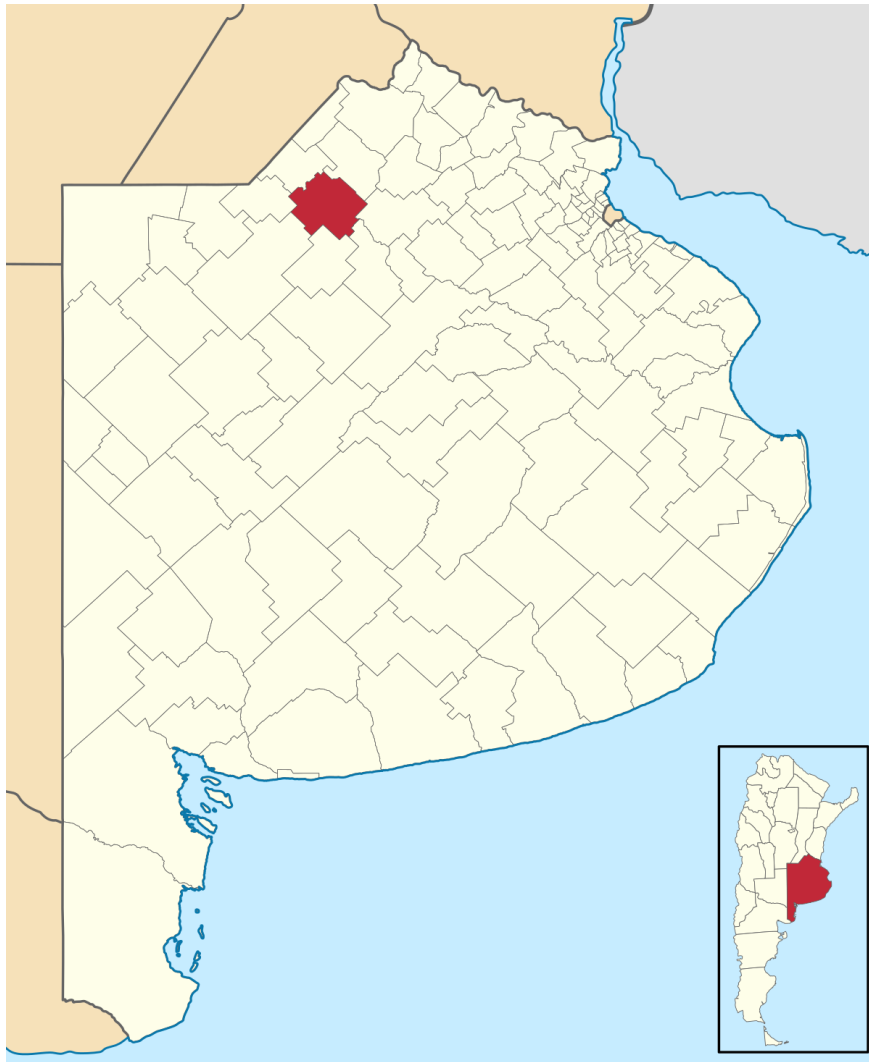
<https://www.merckmanuals.com/esus/professional/geriatr%C3%ADa/trastornos-de-la-marcha-en-los-ancianos/trastornos-de-la-marcha-en-los-ancianos>

17. Organización Mundial de la Salud. Discapacidades. [Internet]. OMS. Citado [29 Agosto 2018]. Disponible en: <http://www.who.int/topics/disabilities/es/>
18. Biondini, Orlando Cesar. “Ciudades amigables con el adulto mayor”. Evaluación de la ciudad de Junín. Argentina 2018. Citado [10 Septiembre 2018].

ANEXOS

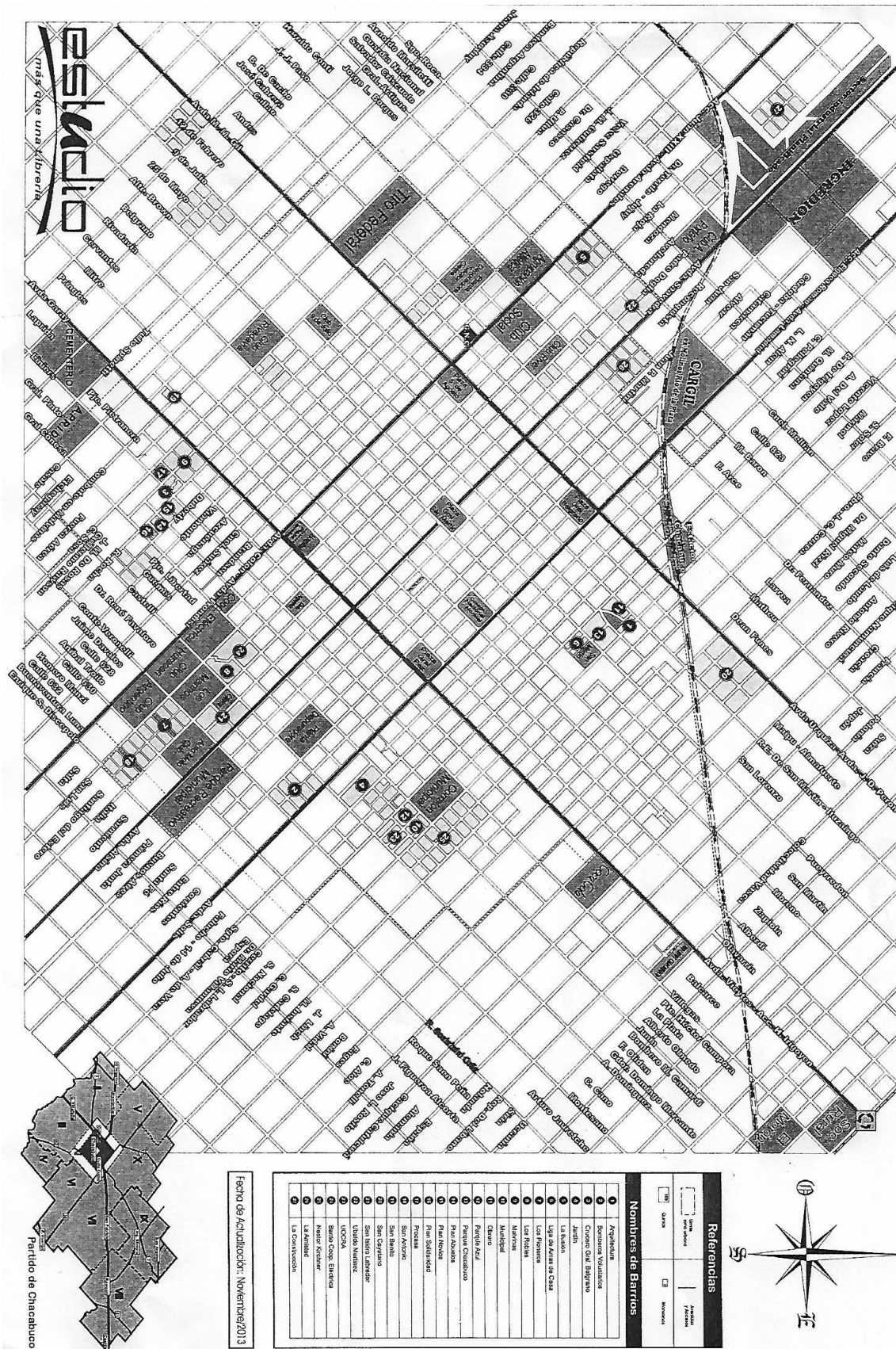


Ubicación de la ciudad de Chacabuco, Buenos Aires.



Ubicación de la ciudad vecina de Junín, Buenos Aires.

Plano zona Sub Urbana de la Ciudad de Chacabuco



Plano Sub Urbano de la Ciudad de Chacabuco, Buenos Aires.

ENCUESTA SOBRE UNA “CIUDAD AMIGABLE” PARA EL ADULTO MAYOR

-SEXO:

-EDAD:

-BARRIO:

-ALTURA DE LA CALLE:

1) ¿Considera que Chacabuco es una ciudad limpia?

Sí

No

2) ¿La considera ruidosa?

Sí

No

3) ¿Considera que es una ciudad segura? (en relación a iluminación, control policial, cámaras, etc.)

Sí

No

4) ¿Le parece adecuada la cantidad de espacios verdes que hay?

Sí

No

5) ¿Cree que están limpios?

Sí

No

6) Al momento de cruzar la calle ¿siente que tiene el tiempo necesario para hacerlo tranquilamente?

Sí

No

7) Los cruces peatonales ¿están bien señalizados? (señalización visual y auditiva)

Sí

No

Algunos

8) En base a su experiencia ¿los conductores respetan el paso prioritario del peatón?

Sí

No

9) ¿Cómo se traslada en la ciudad?

- AUTO
- TAXI/REMIS
- MOTO
- BICICLETA
- CAMINANDO

10) En caso de utilizar taxis/remises, ¿Con qué puntaje calificaría el servicio?

Muy malo Malo Regular Bueno Muy bueno

11) Considera que las veredas de la ciudad de Chacabuco son:

- ☐ LISAS
- ☐ NIVELADAS
- ☐ ANTIDESLIZANTES
- ☐ ANCHAS
- ☐ CON RAMPAS
- ☐ LIBRES DE OBSTRUCCION POR VENDEDORES, AUTOS, ARBOLES, ETC.
- ☐ ROTAS

12) ¿Considera que hay suficientes cordones en desnivel hacia la calle?

Sí

No

13) ¿Frecuenta alguno de estos establecimientos públicos?

- ☐ PAMI
- ☐ IGLESIA
- ☐ BANCO NACION
- ☐ BANCO PROVINCIA
- ☐ ANSES
- ☐ MUNICIPALIDAD
- ☐ HOSPITAL

14) ¿Los considera accesibles (acceso con rampas, entradas anchas, zonas para descansar, señalización adecuada)?

Sí

No

15) ¿Cree que los servicios de salud de la ciudad están situados estratégicamente y en forma accesible para todos los medios de transporte?

Sí

No

16) Las instalaciones de dichos servicios ¿son accesibles?

Sí

No

17) ¿Le parece suficiente la cantidad de centros de servicios de salud que hay en nuestra ciudad en relación a la población?

Sí

No

18) ¿Conoce algún programa de actividades para el adulto mayor que brinde la Municipalidad?

Sí

No

19) En caso de conocer... ¿Cuál?

20) ¿Asiste?

Sí

No

Modelo de la encuesta realizada a los 50 habitantes chacabuquenses.



Gráfico 1.

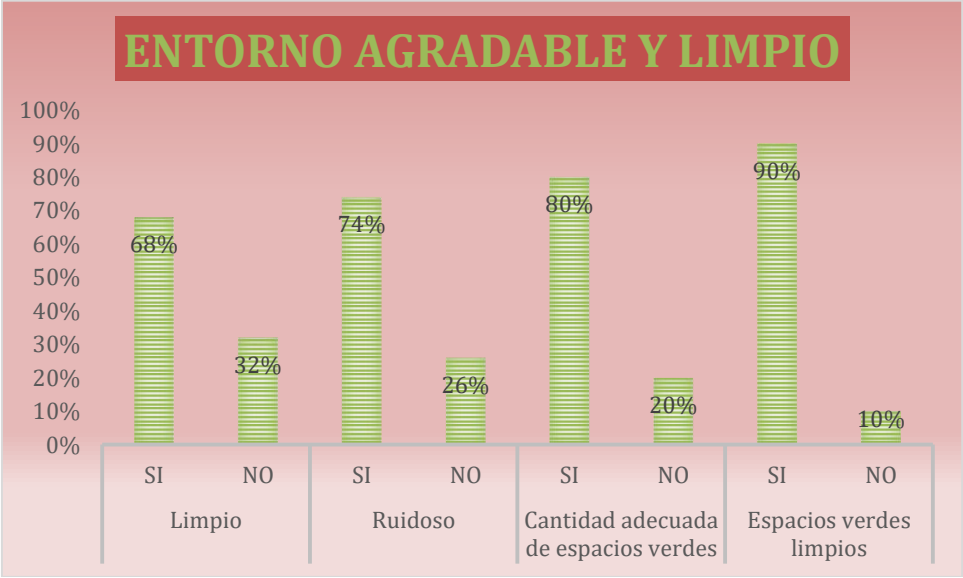


Gráfico 2.

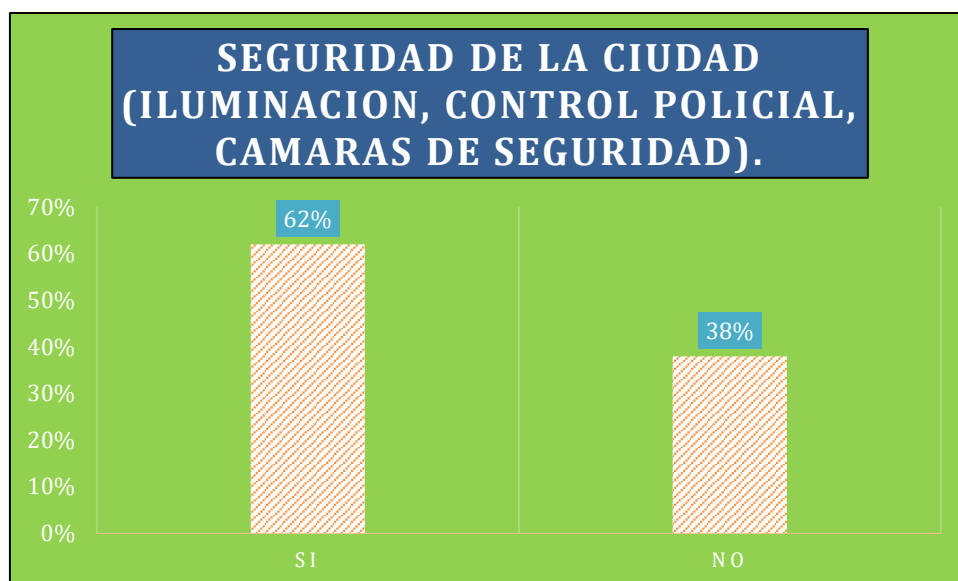


Gráfico 3.

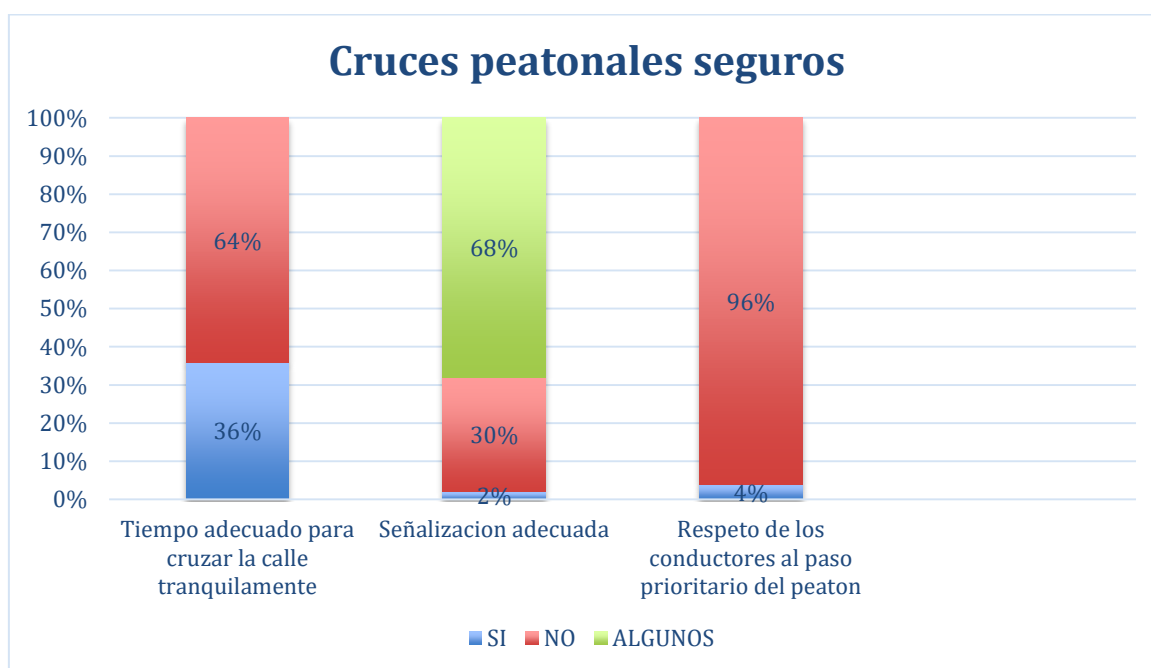


Gráfico 4.

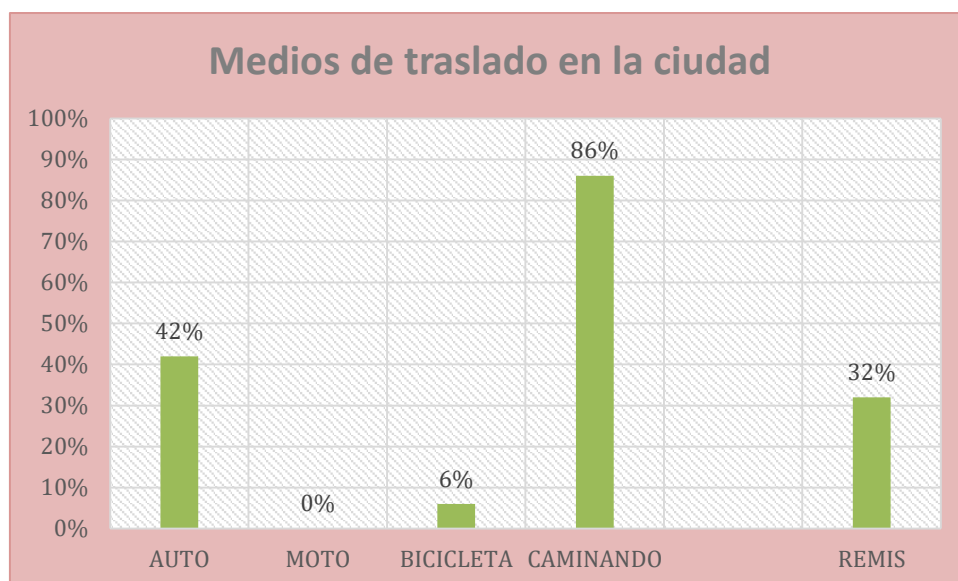


Gráfico 5.



Gráfico 6.



Gráfico 7.

Accesibilidad de los espacios publicos mas frequentados

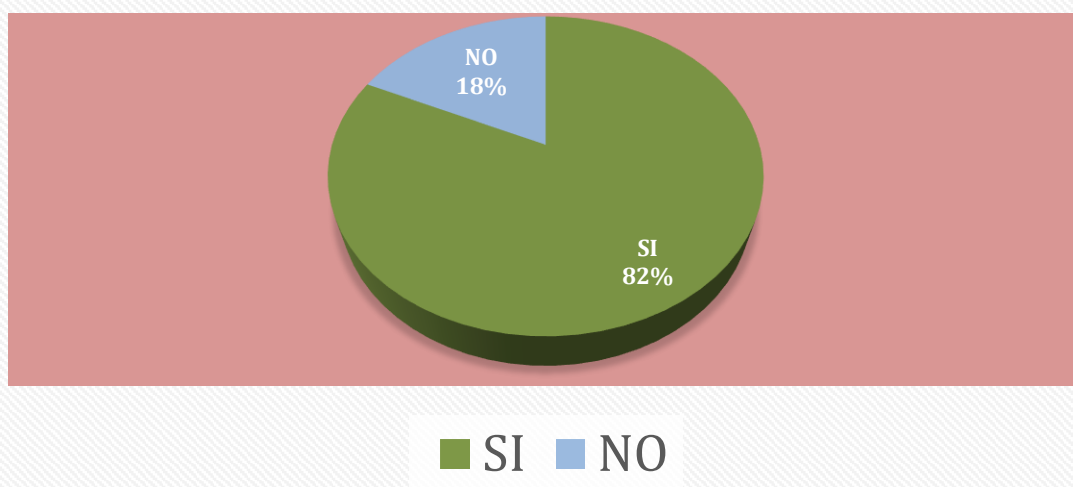


Gráfico 8.

Actividades para el adulto mayor

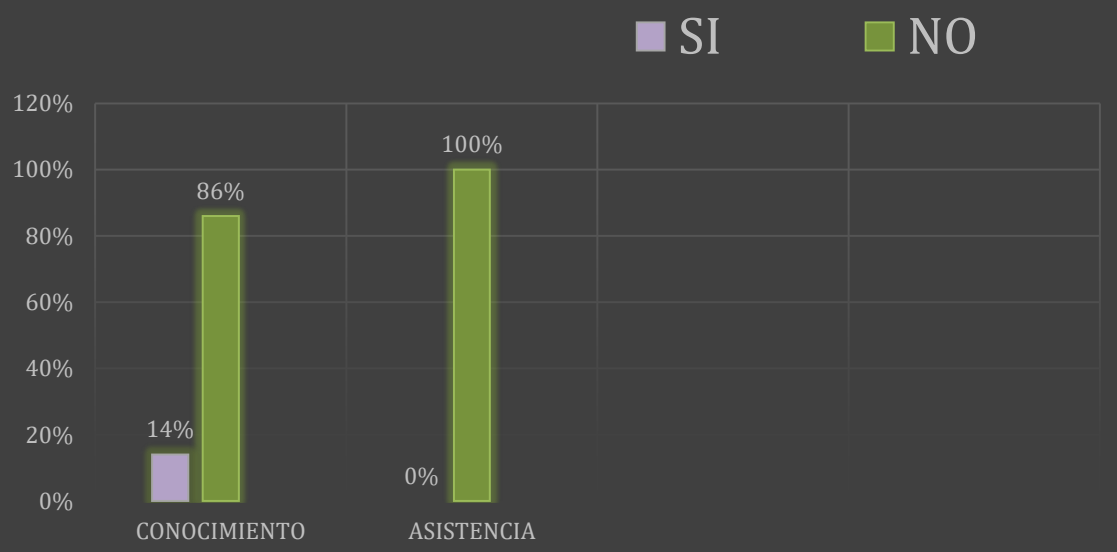
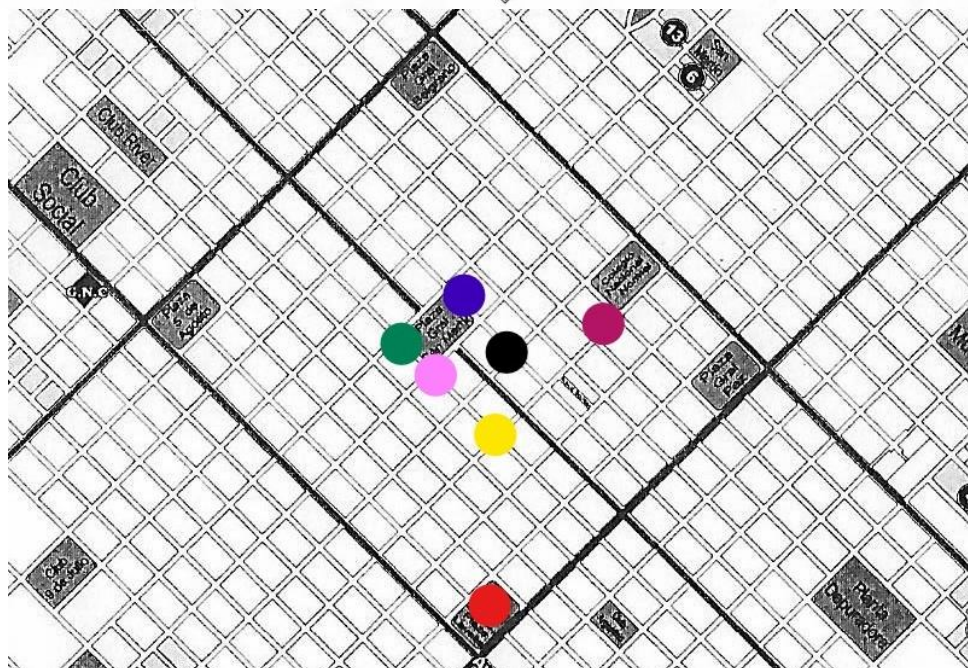
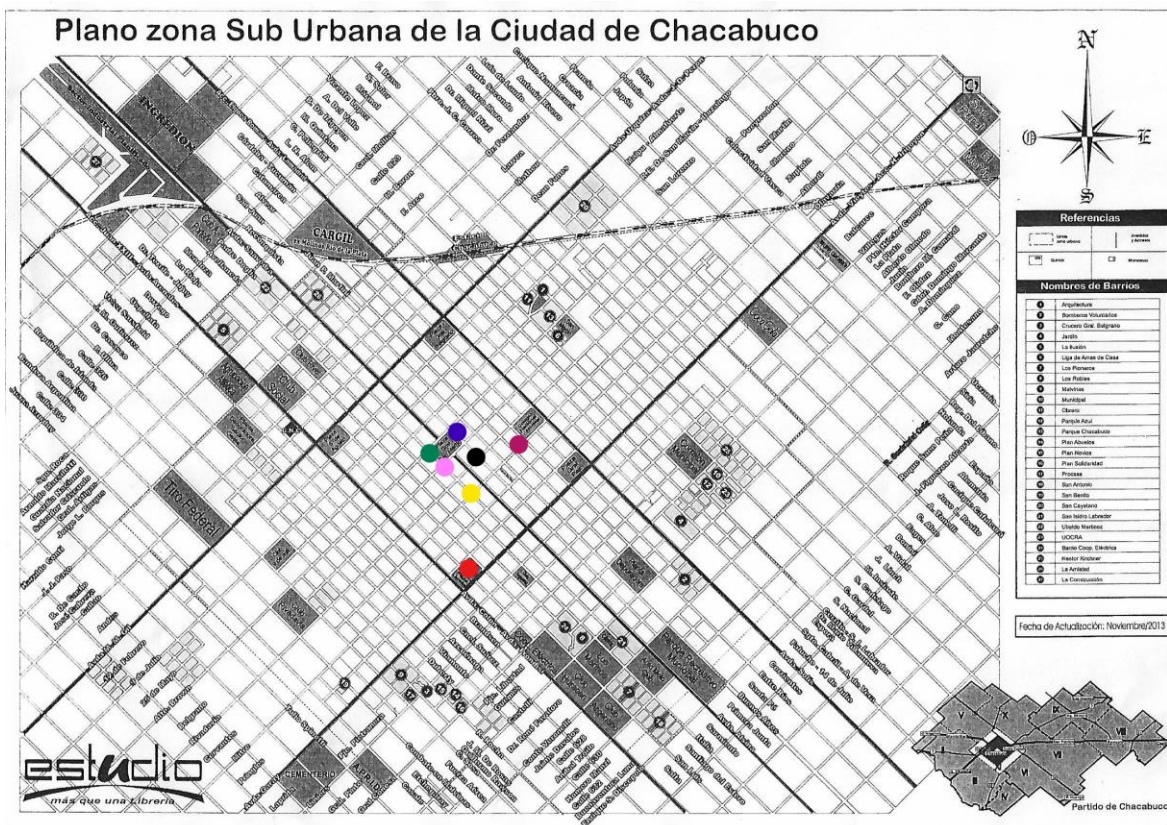


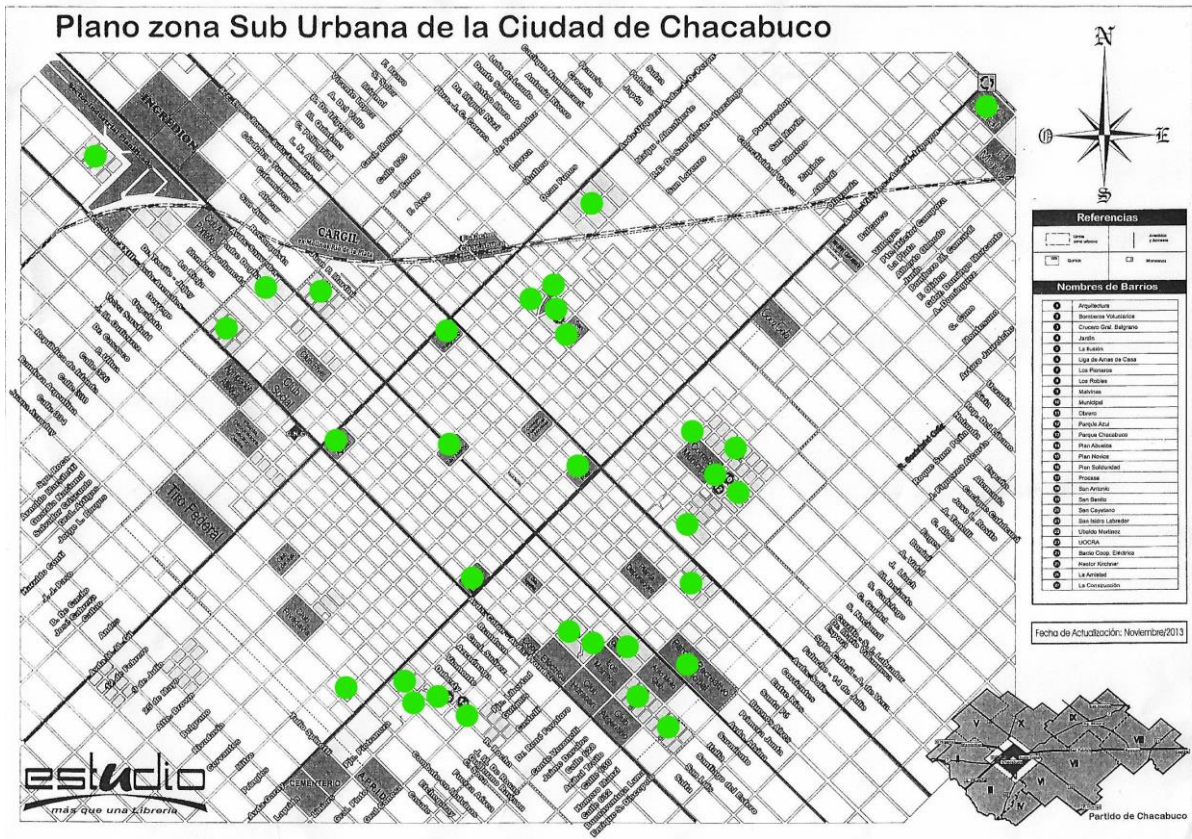
Gráfico 9.



Referencias→

- Azul: Municipalidad de Chacabuco.
- Verde: Iglesia San Isidro Labrador
- Rosa: Banco Nación.
- Negro: Banco Provincia.
- Violeta: PAMI
- Amarillo: ANSES
- Rojo: Hospital Nuestra Sra del Carmen

Mapa urbano de la ciudad: Área de observación de infraestructura.



Mapa urbano de la ciudad: Ubicación de los espacios verdes.



Entrada a PAMI.



Entrada a PAMI.



Entrada a la Municipalidad de Chacabuco.



Interior de la entrada a la Municipalidad con su puerta giratoria.



Escalinatas de la entrada de la Municipalidad de Chacabuco.



Rampa desde la calle del Banco Nación y el estado de sus veredas.



Entrada al Banco Nación.



Rampa de entrada al Banco Nación



Escalinatas de la entrada al Banco Provincia.



Entrada al Banco Provincia.



Cajero del Banco Provincia con su rampa.



Entrada a ANSES con sus rampas.



Entrada lateral de la Iglesia con su rampa.



Entrada principal del Hospital.



Entrada de la guardia del Hospital.