

# Envejecimiento poblacional en México, un desafío para el bienestar social

Sandra Hernández Muñoz<sup>1</sup>

## Introducción

La infancia y la vejez son etapas muy vulnerables en el ciclo de vida del ser humano, pero a diferencia de la niñez, el periodo de la vejez se ha extendido considerablemente a nivel global, lo que está generando presión en las estructuras económicas. Este fenómeno también se presenta en México, donde se enfrenta el reto de lograr el bienestar social en una población con una menor proporción de jóvenes. En este sentido, este artículo explora las características de la población de adultos mayores, su magnitud, vulnerabilidades e impacto en el contexto socioeconómico del país, así como las posibles soluciones que contribuyan a mejorar el bienestar social.

Un futuro de adultos mayores para México

Es pertinente comenzar señalando que, la vejez, tradicionalmente vista como una etapa cercana a la muerte y marcada por la vulnerabilidad socioeconómica y la disminución de capacidades físicas y mentales, también aporta experiencia y sabiduría (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2015). En México, los adultos mayores desempeñan roles cruciales como transmisores culturales, líderes morales y apoyo en la educación de sus nietos. Por otro lado, su bienestar social, según la Teoría de



Nota. Figura tomada de Freepik.com

Maslow, se basa en la satisfacción, seguridad y felicidad derivados de condiciones favorables (Quintero, 2007).

Para entender mejor este contexto, la tabla 1 expone la preferencia de la Población de Adultos Mayores (PAM) en México por vivir en áreas rurales, también se aprecia una edad promedio que oscila entre 60 y 69 años, con predominante presencia femenina y la participación activa de muchos en el mercado laboral a pesar de estar casados y tener hi-

1. Maestra en Ciencias del Desarrollo Regional. Instituto de Investigaciones Económicas y Empresariales de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. Email: 2026648d@umich.mx

**Tabla 1.***Perfil sociodemográfico de los adultos mayores en México*

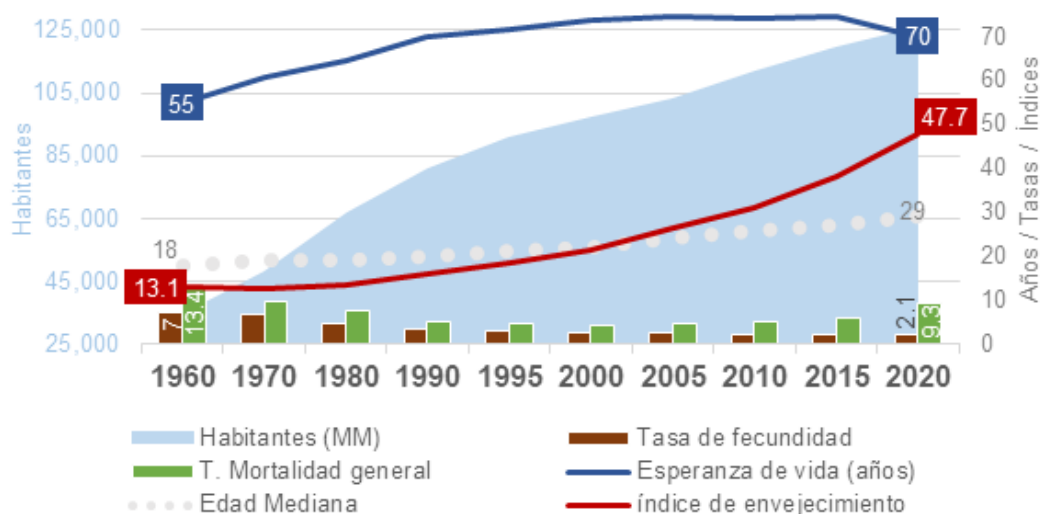
Características	Adultos mayores (53 años y más)	53 a 59 años	60 a 69 años	70 a 79 años	80 años y más
Habitantes	25,992	9,234	9,381	4,965	2,412
Mujeres x cada 100 hombres	119	119	126	112	112
Viviendo en localidades < 100 mil habitantes	54.6	56.8	50.9	54.7	60.8
% Población casada	76.4	76.5	76.6	78.2	71.3
% Población con hijos	94.4	93.7	94.3	95.5	95.2
% Población que trabaja	42.7	62.7	41.9	24.0	7.9

Nota. Elaboración propia con datos del INEGI (2021).

jos (Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI], 2021).

La figura 1 muestra que el envejecimiento de la población mexicana ha experimentado un notable aumento en las últimas décadas, con un incremento significativo en la población y la esperanza de vida, a la vez que la edad mediana y el índice de envejecimiento han aumentado considerablemente (INEGI, 2016; INEGI, 2024; Zavala, 2019).

Este proceso se debe principalmente a la reducción en las tasas de mortalidad y natalidad, lo que ha llevado a un aumento en la longevidad de la población. Según proyecciones para el año 2050, más del 20 % de la población mexicana tendrá más de 60 años (García, 2014), lo que plantea desafíos económicos, sociales y de salud. En el mismo orden de ideas, el envejecimiento de la población en América Latina y el Caribe, de acuerdo con el Banco In-

**Figura 1.***Evolución demográfica en México 1960-2020*

Nota. Elaboración propia con datos del INEGI (2016), INEGI (2024) y Zavala (2019).



Nota. Figura tomada de Freepik.com

ternacional de Desarrollo (BID) (2018), representará para el año 2065 un incremento del gasto en salud de 1.8 % del Producto Interno Bruto (PIB), siendo Costa Rica, Colombia y Chile los de mayor aumento, y específicamente para México este será del 1.2 %.

Por lo tanto, se puede apreciar que, la transición demográfica hacia una población envejecida pone presión sobre los sistemas de salud, generando mayor demanda de cuidados y tratamientos para la PAM, prueba de ello es la vulnerabilidad del sistema de salud demostrada durante la pandemia COVID-19. Además, este cambio demográfico implica modificaciones en la estructura familiar, ya que se necesita brindar cuidados a los miembros mayores, lo que puede generar nuevos desafíos en términos de organización familiar y social.

Asimismo, el aumento en la esperanza de vida ha sido un avance significativo en términos de calidad de vida y salud en la edad adulta, pero también ha traído consigo impactos negativos como el aumento de la soledad y el aislamiento en las personas mayores, afectando su salud mental y bienestar emocional.

En cuanto a los desafíos económicos, el envejecimiento de la población plantea retos en la sostenibilidad de los sistemas de seguridad social. Con una población más longeva, la demanda de pensiones aumenta, y como lo exponen Bravo y Uthoff (1998), en los países latinoamericanos la deuda de

pensiones es muy alta y cambiar este tipo de sistemas, no siempre es posible, por los elevados costos económicos o políticos. Esta presión pone a prueba la capacidad de los sistemas de seguridad social, por lo que es necesario buscar soluciones que garanticen la sustentabilidad de estos y el acceso de todas las personas mayores a una protección social adecuada.

Por otro lado, a pesar de que un entorno rural puede ser más adecuado para los adultos mayores, en México la ruralidad se asocia con bajo desarrollo humano e insuficiente bienestar social. Asimismo, conforme las familias se hacen más pequeñas, la carga de cuidar y mantener a los adultos mayores recae más pesadamente en sus integrantes. Además, las mujeres, que viven más tiempo, suelen padecer más enfermedades no transmisibles<sup>2</sup> (OMS, 2015), lo que implica un mayor gasto en salud a lo largo de sus vidas. Esta situación explica por qué la mitad de los adultos entre 53 y 69 años siguen trabajando a pesar de la escasa oferta laboral para ellos, y por qué la PAM está en situación de vulnerabilidad.

### Conclusión

Se puede señalar que el envejecimiento de la población en México representa un desafío para lograr el bienestar social, pero también una oportunidad para promover una sociedad más justa e inclusiva. Es crucial implementar medidas preventivas y de atención, que garanticen que las personas mayores puedan envejecer con dignidad y disfrutar de una vida plena. Solo a través de la cultura de la prevención, la colaboración y el compromiso social se podrá construir un futuro en el que el envejecimiento sea visto como una etapa de vida donde se pueden alcanzar nuevos logros y contribuir al bienestar de la sociedad en su conjunto.

Es por eso que, ante el desafío del envejecimiento de la población en México, es crucial implementar medidas adecuadas que ayuden a prevenir enfermedades, en la inteligencia que es menos costoso

2. Conocidas también como enfermedades crónicas

prevenir las que atenderlas. Una posible solución es que, considerando las desigualdades latentes se creen políticas públicas que fomenten el envejecimiento activo y saludable. Asimismo, es fundamental establecer redes de apoyo y servicios integrales para las personas mayores, permitiéndoles continuar siendo productivas y aportando su experiencia al mercado laboral. Además, es necesario promover la sensibilización y su inclusión social, asegurando que disfruten de una vida digna y plena en todas las etapas de su vejez.

Por otro lado, la divulgación de la problemática del envejecimiento de la población en México tiene un alcance social significativo, porque beneficia a toda la sociedad en su conjunto. Al abordar este tema, se promueve una mayor conciencia sobre las necesidades y derechos de la PAM, lo que contribuye a la construcción de una sociedad más inclusiva y solidaria. Además, al sensibilizar a la población sobre la importancia de cuidar y respetar a las personas mayores, se fomenta una cultura del envejecimiento positivo que beneficia a todas las generaciones.

## Referencias

- Banco Interamericano de Desarrollo [BID] (2018). Consecuencias fiscales del envejecimiento poblacional: Proyecciones agregadas del gasto en salud para 10 países de América Latina. <https://acortar.link/HtdHFV>
- Bravo, J. y Uthoff, A. (1998). Costos fiscales de transición y factores demográficos del cambio de sistema de pensión de reparto a capitalización. CEPAL. <https://acortar.link/V7ByVp>
- García, V. (2014). Pronóstico estocástico de la población mexicana utilizando modelo de datos funcionales. *Realidad, datos y espacio. Revista internacional de estadística y geografía*, 5(3), 19-33. <https://acortar.link/QhKK8a>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI] (2016). *Estadísticas a propósito del día del niño (30 de abril): Datos de la Ciudad de México*. INEGI. [https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2022/EAP\\_DiaNino22.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2022/EAP_DiaNino22.pdf)
- <https://www.inegi.org.mx/programas/enasem/2021/#tabulado>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI] (2024). Temas INEGI. <https://www.inegi.org.mx/temas>
- Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores [INAPAM]. (2024). Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. Bienestar. <https://acortar.link/TiYSRY>
- INAPAM. (2016). Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores. <https://www.gob.mx/inapam/documentos/ley-de-los-derechos-de-las-personas-adultas-mayores>
- Organización Mundial de la Salud [OMS] (2015). Informe Mundial sobre el Envejecimiento y la Salud. <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789241565042>
- Quintero, J. (2007). Teoría de las necesidades de Maslow. *Teoría de las necesidades de Maslow*, pp. 1-6. <https://acortar.link/w8BADF>
- Zavala, M. (2019). La fecundidad en las nuevas proyecciones de población en México. *Coyuntura Demográfica* (15), 25-31. <https://coyunturademografica.somede.org/wp-content/uploads/2019/08/2019-15-zavala-maria-eugenia.pdf>



*Nota.* Figura tomada de Freepik.com