

Abandono y desnutrición: El reto de cuidar a nuestros mayores

Abandono y desnutrición

El envejecimiento poblacional es un fenómeno creciente, no solo en México, sino en el mundo. La Organización Mundial de la Salud estima que, entre 2015 y 2050, la cantidad de personas con 80 años o más se duplicará. A nivel nacional, de acuerdo con el Consejo Nacional de Población (CONAPO, citado en INEGI, 2022), en 2050 el porcentaje de adultos mayores será del 22 %. Este crecimiento demográfico trae consigo diversos desafíos, entre ellos, la seguridad alimentaria en los adultos mayores. Factores como la disminución de ingresos, la pérdida de independencia funcional y el acceso limitado a una alimentación adecuada pueden generar un mayor riesgo de malnutrición en esta población.

Soledad y alimentación: una relación preocupante

La soledad, el aislamiento y la falta de compañía durante las comidas suelen provocar una disminución en el apetito y un descuido en los horarios y la calidad de los alimentos consumidos. Un estudio encontró que los ancianos que viven solos tienen tasas más altas de malnutrición y riesgo de malnutrición en comparación con aquellos que viven con sus familias (Kucukerdonmez et al., 2017). En esta condición de vulnerabilidad, se observan estados nutricionales deficientes que contribuyen al desarrollo de otras condiciones o agravan enfermedades preexistentes, tales como la desnutrición y la sarcopenia (Fonseca-Pérez et al., 2022).

El abandono familiar es un factor que profundiza estas problemáticas, ya que cerca del 16 % de los adultos mayores en México se encuentra en condiciones de abandono y maltrato, y el 20 % vive en soledad (Fundación UNAM, 2020). Esta situación puede manifestarse en la falta de apoyo emocional, económico o físico, dificultando aún más el acceso a una alimentación nutritiva y adecuada para mantener una buena salud. Además, los adultos mayores en esta condición son uno de los grupos más vulnerables a la discriminación (Fuentes y Flores, 2016), lo que agrava su situación y limita sus posibilidades de mejorar su calidad de vida.

La institucionalización como forma de abandono

Una de las formas de abandono es la institucionalización del adulto mayor, ya sea en hospitales, asilos, casas hogar e incluso en espacios públicos, debido a la negligencia de la familia para asumir responsabilidades o por las exigentes necesidades derivadas de alguna patología que requiere atención constante (Martínez et al., 2020). En estas instancias públicas —las cuales suelen ser las primeras opciones que se consideran para el cuidado geriátrico— el bienestar del individuo puede ser incierto, ya que las condiciones y el apoyo social suelen ser deficientes, al igual que el acceso a alimentos.

La accesibilidad a alimentos es uno de los pilares de la seguridad alimentaria que aún se ha visto afectado, y muchas personas en países alrededor del mundo siguen luchando por recuperarse de la pandemia mundial (FAO, 2024). La inseguridad alimentaria ocurre cuando el suministro de alimentos adecuados y nutritivos se ve limitado e inconsistente; es decir, cuando no existe accesibilidad ni disponibilidad de estos alimentos en todo momento (Fonseca-Pérez et al., 2022).

El lugar de residencia como factor de riesgo nutricional

No es sorpresa que se reconozca al lugar de residencia como un factor predictor del riesgo de desnutrición, donde este riesgo suele ser cuatro veces mayor para adultos mayores cuya residencia es una estancia de cuidado geriátrico o asilo (Méndez et al., en González-Franco et al., 2020). La situación deficiente de las instituciones dificulta la preparación de alimentos saludables y suficientes; por tanto, se compromete el estado nutricional de los adultos mayores y disminuye su calidad de vida.

Resulta fundamental indagar sobre las condiciones de las instituciones de atención geriátrica, en especial sobre el abastecimiento de alimentos y la calidad de los servicios alimenticios que se brindan, pues cada vez hay más adultos mayores que presentan estados nutricionales deficientes y perjudiciales para su bienestar. Ninguna persona, independientemente de la edad, merece vivir en condiciones decadentes, y mucho menos si estas son consecuencia de una forma de violencia como lo es el abandono.

Referencias:

- Food and Agriculture Organization of the United Nations, International Fund for Agricultural Development, United Nations Children's Fund, World Food Programme, & World Health Organization. (2024). *The State of Food Security and Nutrition in the World 2024 - Financing to end hunger, food insecurity and malnutrition in all its forms*. FAO. <https://doi.org/10.4060/cd1254e>
- Fonseca-Pérez, D., Arteaga-Pazmiño, C., Maza-Moscoco, C. P., Flores-Madrid, S., & Álvarez-Córdova, L. (2022). Food insecurity as a risk factor of sarcopenic obesity in older adults. *Frontiers in Nutrition*, 9, Article 1040089. <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.1040089>
- Fundación UNAM. (2019). *Adultos mayores, en abandono y maltrato: UNAM*. <https://www.fundacionunam.org.mx/unam-al-dia/adultos-mayores-en-abandono-y-maltrato-unam/>
- Fuentes Reyes, G., & Flores Castillo, F. D. (2016). La indigencia de adultos mayores como consecuencia del abandono en el Estado de México. *Papeles de Población*, 22(87), 161-181. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252016000100161&lng=es&tlng=es
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2022). *Estadísticas a propósito del Día Mundial de la Población: Datos nacionales*. INEGI. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2023/FAP_DMPO23.pdf
- Kucukerdonmez, O., Navruz Varli, S., & Koksall, E. (2017). Comparison of nutritional status in the elderly according to living situations. *The Journal of Nutrition, Health & Aging*, 21(1), 25-30. <https://doi.org/10.1007/s12603-016-0740-z>
- Martínez, W. S. N. F., González, M. de J. J., Pérez, N. E. M., & Guerrero-Castañeda, R. F. (2020). Meaning of well-being of older institutionalized persons in abandonment situation. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 73(Suppl 3), Article e20200123. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0123>
- González-Franco, L. R., González-Arellanes, R., Ramírez Torres, M., & Alemán Mateo, H. (2020). Riesgo de desnutrición y factores asociados en una muestra de adultos mayores en la comunidad e institucionalizados de Yucatán, México. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*, 70(1), 30-39. <https://doi.org/10.37527/2020.70.1.004>
- Organización Mundial de la Salud. (2024). *Envejecimiento y salud*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

Sobre las autoras:

Carolina Rivera Carrillo, estudiante de licenciatura en Ciencias de la Nutrición y miembro del Programa de Honores desarrollando proyecto de tesis en Seguridad Alimentaria.

Contacto: carolina.riveraco@udlap.mx

Fernanda Celic Meza Jimenez, estudiante de licenciatura en Ciencias de la Nutrición y miembro del Programa de Honores.

Contacto: fernanda.mezajz@udlap.mx

Dra. Taisa Sabrina Silva Pereira, licenciada en Nutrición por la Universidad Federal de Espiritu Santo. Cursó estudios de posgrado en la misma institución, obteniendo la Maestría y, posteriormente, el Doctorado en Salud Colectiva. Actualmente, se desempeña como investigadora en el área de salud y nutrición y es miembro del Sistema Nacional de Investigadores Nivel 1.

Contacto: taisa.silva@udlap.mx