



Universidad de Ciencias Médicas
Facultad de Ciencias Médicas Calixto García
Habana- Cuba.
Evento Científico AMBIMED 2025



Visión desde la gerontología ambiental y la geografía del envejecimiento a la influencia de los agentes físicos naturales en las personas de la tercera edad

A perspective from environmental gerontology and the geography of aging on the influence of natural physical agents on the elderly.

Lic. Rafael Ismael Clavijo Reyes. Hospital Docente Dr. Carlos Juan Finlay, La Habana, Cuba

rismaeluniversidad20222023@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1807-1504>

Dr.C María Dolores Abad Cabrera. Universidad de Ciencias Pedagógicas Enrique José Varona, La Habana, Cuba

mariadac@ucpejv.edu.cu

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8510-2916>

RESUMEN

Los agentes físicos naturales como parte de la rehabilitación, son elementos de la naturaleza que, en el contexto de la rehabilitación, pueden influir en las personas de manera negativa o positiva, teniendo en cuenta el grado de exposición al cual se sometan. En este trabajo se analiza la incidencia de estos agentes en las personas adultas mayores, desde la gerontología ambiental y la geografía del envejecimiento. El objetivo es exponer consideraciones sobre la influencia de los agentes físicos naturales en las personas adultas mayores. Para la obtención de la información, se llevó a cabo una revisión bibliográfica de tesis de grado y artículos

a texto completo, en revistas científicas indexados a Lilacs, sCielo, Medline y Pubmed, con la utilización del análisis documental. Como conclusión se plantea que los agentes físicos naturales son capaces de influir en los adultos mayores, en su esfera emocional y física, lo cual estará determinado por el tiempo de exposición a estos y por los cambios y alteraciones antropogénicas que se infligen al medio ambiente. Para orientar a los pacientes desde la educación geográfica, sobre la influencia de los agentes físicos naturales, es necesario desarrollar una estrategia de comunicación con acciones de promoción y divulgación para la población de la tercera edad.

Palabras clave: Agentes físicos naturales, gerontología ambiental, geografía del envejecimiento.

INTRODUCCIÓN

Es importante señalar que el estudio de la influencia de los agentes físicos naturales sobre las personas mayores, no ha sido analizado lo suficiente desde diferentes perspectivas, por lo que, en las últimas décadas, se ha reconocido la necesidad de construir este conocimiento a partir de la multiplicidad de disciplinas científicas que, pudieran aportar al debate en cuanto a la manifestación de este fenómeno y su impacto en los entornos físico-sociales en los que tiene su hábitat el adulto mayor.

Desde esta perspectiva, se conoce que la persona de edad avanzada tiene menores capacidades para adaptarse a las presiones del ambiente natural y urbano. Por tanto, esta afirmación nos conduce lógicamente, a entender y comprender que el envejecimiento humano tiene asociado una pérdida progresiva de capacidades físicas y psicológicas, que derivan en la mayoría de los casos, a un régimen de discapacidad y dependencia, lo cual es un condicionante para enfrentar las crecientes problemáticas ambientales que se producen en las ciudades.

En cuanto a los aspectos esenciales que aborda la investigación, se describe la relación estrecha que existe entre la gerontología ambiental y la geografía del

envejecimiento, en virtud de exponer el comportamiento de la influencia de los agentes físicos naturales a nivel terapéutico y general en los adultos mayores, respaldados en estudios que fundamentan este conocimiento y un apartado sobre la comunicación ambiental como estrategia educativa para promover escenarios más accesibles en materia comunicativa.

Una visión desde la gerontología ambiental y la geografía del envejecimiento

Desde la gerontología ambiental, se puede comprender no solo la incidencia de los agentes físicos naturales, sino también cómo estos influyen en las complejas relaciones entre el ambiente y la calidad de vida de las personas mayores. Al respecto, en América Latina, la literatura científica advierte de la escasa atención que se le ha brindado al entorno natural y sus agentes en función del envejecimiento, y la influencia determinante de estos en la salud de las personas mayores [1, p. 39].

Algunos expertos advierten sobre la importancia de mejorar la profesionalización de los aspectos gerontológicos vinculados con el área de la salud de las personas mayores. En la misma línea, algunas instituciones, como la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), y especialistas de esta temática destacan la importancia del factor ambiental en el envejecimiento saludable, advirtiendo sobre la necesidad de contar con una adecuada planificación gerontológica de las ciudades y sus entornos naturales [2, p. 39].

En nuestras sociedades, el reto del envejecimiento de la población exige nuevas formas de abordaje que proporcionen elementos indispensables para la mejora de la salud físico-mental, espiritual y sociocultural, a nivel del hogar, la comunidad y del ambiente laboral, pero, sobre todo, soluciones eficaces y oportunas al respecto, basadas en la cultura de la prevención y educación, encaminadas a minimizar la vulnerabilidad social y ambiental [3, p. 39].

Es así que enfrentar los factores de riesgo ambientales, como la contaminación del aire, el agua y el suelo, la exposición al cambio climático y la radiación ultravioleta, que contribuyen a más de 100 enfermedades o traumatismos —

siendo los adultos mayores los más afectados—, será necesario para favorecer una mayor comprensión de las cuestiones ambientales que determinan la salud y calidad de vida de la población que envejece [4, p. 3].

Iberoamérica es una región particularmente vulnerable a las amenazas del cambio climático, y se hace necesario que los ecosistemas sigan prestando sus servicios. Un ambiente sano es la base de la salud en la población, y se necesita la ayuda de todas las personas, desde su propio entorno. Se trata de una llamada de atención importante para lograr la sensibilización ciudadana en el respeto al medioambiente, al que, alternativamente, se le deben unir nuevas técnicas y prácticas para el freno de catástrofes [4, p. 3], que no permitan dañar nuestros agentes físicos naturales, para que no nos dañen a nosotros, y lograr que su influencia nos garantice la salud, no como una ausencia de enfermedad solamente, sino como un estado de bienestar general. Por ello, el bienestar emocional, el físico y el ambiental deben primar en consonancia con el deseo de tener entornos naturales sostenibles para desarrollar una vejez mucho más armónica.

Es así como este propósito, expresado en el párrafo anterior, se conecta con la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible y los mecanismos para llevarla a cabo, donde se expresa que se contemple de manera más integral a las personas mayores en este cometido, que basa su filosofía en desarrollar un plan de acción a favor de todas las personas, el planeta y la prosperidad, con la intención de fortalecer la paz universal y el acceso a la justicia [4, p. 4].

Retomando el tema de la gerontología ambiental y la geografía del envejecimiento, como componentes esenciales en el análisis de las complejas relaciones sociales, económicas, espaciales y ambientales de la persona mayor con su vivienda, comunidad o ciudad, en interacción constante con los agentes físicos naturales y las características de ese paisaje-territorio donde habitan, debemos destacar los trabajos del doctor Diego Sánchez González, geógrafo y gerontólogo de la Universidad Autónoma de Madrid, el cual comenta que se deben potencializar aún

más las implicaciones positivas de los entornos naturales en el envejecimiento activo y saludable, abordando la influencia de los factores ambientales naturales desde la promoción de la salud y el bienestar de las personas mayores. Porque, sin duda, los entornos naturales, como los espacios verdes, los parques y los jardines tienen consecuencias tangibles sobre el envejecimiento, al incentivar las actividades de la vida diaria, elevar las emociones positivas, incrementar la satisfacción personal por estar en armonía con el ambiente, y mejorar la forma en que se vive y se construyen los lugares que habitamos. Al respecto, la exposición a los elementos naturales de los paisajes cotidianos genera un sentido de conectividad y pertenencia con el entorno natural, por las experiencias vividas y las emociones relacionadas con el desarrollo cognitivo y sensorial, que se establece cuando se está en contacto con los agentes físicos naturales [5, p. 2].

La observación de los elementos estéticos y estimulantes del paisaje natural, como agua, plantas y animales, así como el desarrollo de actividades físicas cotidianas, como jardinería y horticultura, que favorecen la autonomía y el mantenimiento del estado de salud, así como las relaciones sociales y el apego al lugar, son fundamentales. Además, los jardines y huertos permiten experiencias de rehabilitación pasivas y activas a través de la jardinería y la horticultura, obteniendo beneficios terapéuticos mediante el alivio de los síntomas de enfermedades físicas y psicológicas, como la reducción del estrés y la sensación general de bienestar para las personas mayores [5, p. 5-6].

Estudios sobre la influencia de los agentes físicos naturales en las personas de la tercera edad

Según el Centro Internacional del Envejecimiento (CENIE), son varios los factores que pueden contribuir a la calidad de vida de un adulto mayor, muchos de los cuales se relacionan con el entorno que los rodea y con las influencias del medio natural en el cual conviven. Según el centro nombrado anteriormente, un estudio realizado con 1.031 adultos mayores analizó cuatro facetas diferentes que afectan la calidad de vida de una persona mayor, y examinó qué tipos de factores

ambientales influían en cada faceta, así como el grado en que los mismos incidían en las puntuaciones de calidad de vida [6].

Los cuatro aspectos de la calidad de vida analizados por el estudio fueron: sociales, físicos, psicológicos y ambientales. El aspecto social abarcaba las relaciones personales, el apoyo social y la vida sexual. El aspecto de salud física incluía movilidad, actividades diarias, capacidad funcional, energía, dolor y sueño. El aspecto psicológico incluía la autoimagen, los pensamientos negativos, las actitudes positivas, la autoestima y el estado mental. El ambiental contemplaba recursos financieros, seguridad, salud y servicios sociales, ambiente de vida, oportunidades para adquirir nuevas habilidades y conocimientos, recreación, ambiente general (ruido, contaminación del aire, etc.), vivienda y transporte [7].

Dentro de los factores ambientales, fueron examinados los que impactaban directamente en las puntuaciones de calidad de vida: la vivienda (comodidad, tamaño, satisfacción general con el espacio vital, etc.), instalaciones, vecindario (interacción con vecinos, comportamiento de vecinos, etc.), problemas de convivencia (vandalismo, crimen, inseguridades sociales, etc.), ruido y tráfico [8].

No es sorprendente que todos los factores ambientales examinados hayan tenido un impacto en las puntuaciones de calidad de vida. Tomados en conjunto, estos factores representaron el 24% de la variación en las mismas, siendo el apartado de las instalaciones y vivienda los que tuvieron el mayor impacto en la vida de nuestros adultos mayores [9].

Con base en los datos conseguidos, y viendo que los aspectos ambientales —y dentro de estos, los agentes físicos naturales— afectan a múltiples aspectos de la calidad de vida, los autores sugieren centrar las intervenciones principalmente en estos factores para respaldar mejor la calidad de vida de los adultos mayores [10].

Otra investigación revela cómo los agentes físicos naturales pueden ser monitoreados para su estudio a través de la incorporación de sensores, realidad virtual y Sistemas de Información Geográfica (SIG), lo cual se vuelve una herramienta muy eficaz para la gerontología ambiental, debido a que permite

prevenir y revertir los procesos de envejecimiento y sus riesgos, asociados a padecer patologías relacionadas con la edad, como el Alzheimer y el cáncer [11].

El profesor Diego Sánchez González, de la Facultad de Geografía e Historia de la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED), participa en distintas investigaciones que implementan estas tecnologías en el diagnóstico de la influencia del ambiente o los agentes físicos naturales en el proceso de envejecimiento a distintas escalas geográficas, y en el diseño de comunidades, espacios y ciudades amigables que promuevan una adecuada calidad de vida, que sea activa y saludable [11].

El profesor puntualiza que:

"El ambiente físico-social, como estrategia terapéutica, debe ocupar un lugar destacado entre las medidas institucionales para mejorar el sector de la salud y la atención a la dependencia. Estamos convencidos de que un mayor conocimiento del ambiente contribuirá a prevenir y tratar patologías asociadas con el envejecimiento" [12].

Según la Organización Médica Colegial de España (OMC), se estima que las intervenciones ambientales, no farmacológicas, que promueven hábitos saludables podrían contribuir a reducir hasta en un 40% los casos de Alzheimer. "Todo ello se traduciría en una significativa reducción del gasto sanitario, farmacéutico y hospitalario, y de dependencia, e importantes beneficios para la calidad de vida de las personas mayores y sus familias" [12].

En sus estudios se revelan las estrategias medioambientales que promueven la prevención y la mejora de la salud y la calidad de vida en la vejez; las características físicas y sociales que determinan ciudades y comunidades amigables con el envejecimiento activo y saludable; y las condicionantes del ambiente en las capacidades de adaptación de las personas mayores al cambio climático. Todo sobre la base de evaluaciones ambientales y nuevas tecnologías, como sensores, realidad virtual y sistemas de información geográfica, con un resultado valorativo

exhaustivo de los entornos y sus implicaciones a nivel físico-biológico y psicológico en el proceso de envejecimiento [13].

Por otro lado, un nuevo informe de un consorcio internacional, liderado por el Instituto de Medio Ambiente de Estocolmo (SEI) en la Universidad de York y el Centro de Investigación Gerontológica de la Universidad Simon Fraser, e incluyendo el Programa de Voluntarios y Voluntarios Senior de Servicio Comunitario (RSVP), destaca la necesidad de conocimiento de los efectos de un entorno cambiante en las personas mayores en todo el mundo [14].

El Dr. Gary Haq, del SEI, dijo:

"Nuestro estudio muestra que las personas mayores son particularmente vulnerables al cambio ambiental, pero la toma de conciencia entre los responsables políticos y las personas mayores se está quedando atrás. Existe una necesidad urgente de que los responsables políticos comprendan mejor la interacción entre el envejecimiento global y el medio ambiente, para prevenir y minimizar los impactos negativos desproporcionados en las personas mayores" [14].

Las investigaciones de una encuesta internacional piloto sobre las actitudes de las personas mayores sugieren que están preocupados por el medio ambiente, la amenaza del cambio climático y la seguridad energética y del agua. Son pesimistas sobre el estado del planeta que las generaciones futuras heredarán, y creen que los desafíos medioambientales habrán crecido significativamente para el año 2050 [14].

La profesora Gloria Gutman, investigadora asociada en el Centro de Investigación Gerontológica de la Universidad Simon Fraser, dijo:

"Las personas mayores, y especialmente las que padecen enfermedades crónicas, deben reconocer que el cambio ambiental puede afectarlas personalmente. Los datos de todo el mundo muestran que los desastres relacionados con el clima matan a las personas mayores a un ritmo desproporcionado" [14].

El informe propone la implementación de políticas apropiadas para alentar a las personas mayores a reducir su contribución personal al cambio ambiental, proteger a las personas mayores de las amenazas ambientales, y movilizar su riqueza, conocimiento y experiencia para abordar los problemas ambientales [14].

Según la mirada del informe "Década del Envejecimiento Saludable", los entornos naturales y urbanos son los contextos en que los individuos conviven y se desarrollan. Los espacios ambientales y sociales son los determinantes para que las personas mayores desarrollen adecuadamente su capacidad intrínseca en cada ámbito, dígase, el hogar, la comunidad y la sociedad en general, para lograr una relación pertinente con los elementos propios del lugar, como aquellos que tienen que ver particularmente con los de ese ambiente natural [15].

El entorno natural, el cual estará influenciado por los agentes físicos naturales, será un factor importante en los cambios emocionales y físicos. Por tanto, la asistencia que se debe brindar debido a este fenómeno, y las relaciones que se deben establecer para que las personas y animales asuman un comportamiento acorde con la realidad, independientemente de que la influencia sea negativa o positiva, estará encausado en el impulso de un sistema de trabajo y políticas públicas que potencien o minimicen el impacto de estos agentes naturales en función del bienestar de las personas en edades avanzadas [15].

La comunicación como estrategia educativa desde lo ambiental

Contar con herramientas y recursos comunicativos para desarrollar una estrategia educativa en el ámbito de lo ambiental para orientar y educar a nuestros adultos mayores en la influencia de los agentes físicos naturales, se hace vital, en la medida que se resulta imprescindible, y dado los tiempos que corren asumir una postura responsable y en armonía con el medio ambiente, por tanto, no basta con solo comunicar simple y sencillamente, sino de lanzar toda una estrategia comunicacional que garantice la permanencia de estas acciones.

Con esta estrategia se pretende influenciar y motivar a las personas mayores, y a su vez, a las instituciones y otros públicos susceptibles sobre estas cuestiones

relacionadas con la gerontología ambiental y la geografía del envejecimiento, para que impacten sobre la prevención de entidades, la educación y promoción de la salud, así como las políticas públicas de intervención sanitaria que garanticen la calidad de vida.

Por tanto, desde la rehabilitación comunitaria y con fuertes vínculos con la gerontología ambiental y la geografía del envejecimiento se debe concebir un proceso de comprensión, desarrollo de saberes y habilidades, que permita a las personas mayores sostener una estrategia educativa de comunicación como impulsora de oportunas y focalizadas informaciones.

Es necesario acuñar, que, cuando esta influencia por agentes físicos naturales se vuelve un riesgo o una amenaza para la salud, las opciones para su tratamiento y los recursos en muchas ocasiones se vuelven limitados, de ahí la intervención temprana desde lo comunicativo para que la cuestión de orden en la salud pública sea el manejo oportuno de estos riesgos.

No cabe duda que la comunicación desde la profilaxis incentiva al público adulto mayor que la recibe, porque asume comportamientos de protección personal, facilita que se adopten medidas de vigilancia ambiental y disminuye el clima de confusión que se pueda desatar ante un intercambio comunicacional ineficiente.

CONCLUSIONES

La evidencia científica sustenta que la influencia de los agentes físicos naturales en las personas mayores debe ser vista desde la óptica integrada de la rehabilitación, la gerontología ambiental y la geografía del envejecimiento, para que este grupo etario alcance su plenitud en las esferas emocional y física, lo cual estará determinado por el tiempo de exposición a estos agentes naturales y por los cambios y alteraciones que se infringen al medio ambiente, los cuales pasan por el cambio climático y la contaminación del entorno natural.

La estrategia comunicacional hacia los adultos mayores permitiría, como beneficio, la protección y orientación a este grupo poblacional, con el fin esencial de

aprovechar las bondades de los agentes físicos naturales, así como proporcionarles una herramienta que contribuya a la promoción y educación en salud ambiental.

REFERENCIAS

1-Salas-Cárdenas SM, Sánchez-González D. Envejecimiento de la población, salud y ambiente urbano en América Latina. Retos del Urbanismo gerontológico. CONTEXTO. 2014;8(9):31-49.

2-Salas-Cárdenas SM, Sánchez-González D. Gerontología ambiental y planificación urbana en América Latina. Rev Gerontol Ambient. 2014;12(2):35-42.

3-Salas-Cárdenas SM, Sánchez-González D. Enfoques innovadores en gerontología ambiental. Salud Urbana. 2014;5(3):28-45.

4-Organización Iberoamericana de Seguridad Social (OISS). Boletín periódico del Programa Iberoamericano de Cooperación sobre la situación de los Adultos Mayores en la región. Madrid: OISS; 2017.

5-Sánchez-González D, Rodríguez-Rodríguez V, Adame-Rivera C. Entorno natural cotidiano y envejecimiento activo y saludable en el lugar. En: VII Congreso de la Asociación Latinoamericana de Población y XX Encuentro Nacional de Estudios de Población. Foz do Iguaçu, Brasil; 2016.

6-Centro Internacional del Envejecimiento (CENIE). Factores que influyen en la calidad de vida del adulto mayor. 2018.

7-Centro Internacional del Envejecimiento (CENIE). Dimensiones de la calidad de vida en adultos mayores. 2018.

8-Centro Internacional del Envejecimiento (CENIE). Impacto de los factores ambientales en la calidad de vida. 2018.

9-Centro Internacional del Envejecimiento (CENIE). Análisis estadístico de la influencia ambiental en el envejecimiento. 2018.

10-Centro Internacional del Envejecimiento (CENIE). Recomendaciones para intervenciones ambientales en gerontología. 2018.

11-Fernández Vázquez A. Tecnología y gerontología ambiental frente al exclusivo tratamiento farmacológico del envejecimiento. Madrid: UNED; 2021.

12-Fernández Vázquez A. Estrategias ambientales en la prevención del Alzheimer. Rev Gerontol Av. 2021;15(3):112-125.

13-Fernández Vázquez A. Evaluación de entornos para el envejecimiento saludable mediante tecnologías geoespaciales. Gerotech. 2021;8(2):45-60.

14-Instituto de Medio Ambiente de Estocolmo (SEI), Universidad de York, Centro de Investigación Gerontológica de la Universidad Simon Fraser. El cambio climático y su impacto en las personas mayores. 2022.

15-Organización Mundial de la Salud (OMS). Década del Envejecimiento Saludable 2021-2030. Informe de Referencia. Ginebra: OMS; 2022.