

INFORME DE ENCUESTA

**PERCEPCIONES SOBRE LAS
PERSONAS
ADULTAS MAYORES
EN COSTA RICA, 2023**



Instituto de Estudios Sociales en Población (IDESPO-UNA)

Informe de Encuesta: Percepciones sobre las personas adultas mayores en Costa Rica, 2023.

Recolección de datos de la encuesta: del 23 al 30 de junio y los días 1 y 3 de julio de 2023.

Publicación del informe de Encuesta: noviembre de 2023

Autorías – Universidad Nacional, Costa Rica

Equipo de Investigación Programa de Envejecimiento: cambios poblacionales y retos sociales. IDESPO:

Mag. Noelia Alfaro Vargas (Coordinadora-investigadora)

Mag. Gisella Segura Espinoza (Investigadora)

Compilación y Edición:

Mag. Noelia Alfaro Vargas

Mag. Gisella Segura Espinoza

Equipo Centro Tecnológico de Investigación Social (CETIS):

Dra. Laura Solís Bastos (Coordinadora)

M.Sc. Stephanie Cordero Cordero (Profesional en Estadística)

Lic. Yirlania Margoth Solano Chaves (Profesional de apoyo a la academia)

Bach. Marianela González Varela (Profesional de apoyo a la academia)

Carlos Sánchez Rojas (Técnico en informática)

Livan Gómez Hernández (Técnico en informática)

Diseño de portada:

Mco. Mónica Calderón Solano

Corrección de estilo:

M. Sc. Nuria Rodríguez Vargas

Contacto:

idespo@una.ac.cr

cetis@una.ac.cr

envejecimiento@una.cr



Encuestadores/as:

Adela Alvarado Galeano
Almilcar Vallecillo Mercado
Ana Murillo Lara
Angelina Durán Conejo
Anielka Ocampo Wilson
Arena Archbold Sánchez
Ariana Méndez Astorga
Arianna Corrales Quesada
Arleth Valentina Sánchez Solano
Benjamín Herrera Madrigal
Camila Salazar Arias
Carlos Matamoros Durán
Christopher Ulate Orozco
Daniel Chaves Mora
Daniel Montero Irigoyen
David Andrés Chavarría Chaves
David Araya Jirón
Deikel Selva García
Dereck Lizama Rodríguez
Einer José Canales Campos
Fiorella Fortunata Calzolari Campos
Ismael Moreno Solano
Jaudy Nallely López Méndez
Jenely Hidalgo Mejía

Melania María Sánchez Bustamante
Melanie Morales Cascante
Michelle Paola Caballero Valverde
Mildred Barrientos Moreira
Pablo Mora Chinchilla
Perla del Mar Moreno Sánchez
Soffa Delgado Hernández
Sebastián Salas Jiménez
Sofía Delgado Hernández
Steven Granados Robles
Valeria Chinchilla Garita
Valeria Jesús Aguilar Quesada
Valeria Sáenz Mastroeni
Yazmín García Calderón

Supervisores/as:

Nicol Hernández Sánchez
Ingrid Ugarte Ramírez
José Luis Lobo Aguilar
Jackeline Cordero Gutiérrez
Carlos Daniel Mora Villalobos
Elira Ocampo Wilson
Emma Danayla Navarro Cambroner
Gildebran Solano Trejos
Leonardo Torres Araya
Nataly Segura Molina
Gabriel Herrera Solís

Jennifer Meléndez Aguilar
Jimena Garita Murillo
Johainy Sofía Mena Wu
Jorge Anchía Chavarría
Julissa Ramírez Núñez
Karina Lewis Salas
Keilyn Tatiana Santamaría Sánchez
Lesly Rivera Chinchilla
María Fernanda Bustos Vargas
Marvin Jiménez Zamora
Meizel Villalobos Arce

Tabla de contenido

Presentación	3
Metodología	5
Características sociodemográficas de la población encuestada	7
Resultados	8
I. Estereotipos sobre el envejecimiento y persona adulta mayor.....	8
II. Actividades de la población adulta mayor	16
III. Significado de ser una persona adulta mayor	18
IV. Derechos y participación social	19
Principales hallazgos	22
Referencias:	28

Presentación

Tanto en el ámbito mundial como en el contexto costarricense se experimenta un acelerado envejecimiento poblacional, para la realidad de Costa Rica, según los datos del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) (2023):

la disminución de la natalidad y el mantener estable por mucho tiempo la mortalidad, además de la inmigración internacional, ha generado que con el tiempo el grupo que aumenta su porcentaje sea el de las personas de 65 años y más. En 1984 ese grupo fue el 4,5 % de toda la población, en el 2000 el 5,6 % y en 2011 el 7,2 %, mientras que para la estimación de población 2022, el 10,1 %. Es decir, entre el 2000 y el 2022 casi se duplicó el porcentaje de personas adultas mayores (p.17).

Ante la transición demográfica, la Asamblea General de las Naciones Unidas estableció el Decenio del Envejecimiento Saludable (2021-2030), que “consistirá en diez años de colaboración concertada, catalizadora y sostenida. Las personas mayores serán el eje central del plan (...) en aras de mejorar la vida de estas personas, así como las de sus familias y comunidades” (Organización Mundial de la Salud [OMS] 2020, p.1).

Entre los ámbitos de actuación del Decenio del Envejecimiento Saludable (2021-2030) se contempla: “cambiar nuestra forma de pensar, sentir y actuar con respecto a la edad y el envejecimiento” (OMS, 2020, p.9). En relación con este ámbito de actuación, en el Informe Mundial de Edadismo se señala que desde la infancia se interioriza la información estereotipada que se recibe sobre las personas en función de su edad, por lo que, se podrían generar conclusiones, sentimientos y comportamientos erróneos hacia las personas adultas mayores. (Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud [OPS y OMS] 2021).

De esta manera, desde el Informe Mundial de Edadismo con el propósito de reducir los estereotipos, prejuicios y la discriminación hacia las personas adultas mayores entre las recomendaciones de actuación se señala la investigación y recopilación de datos para conocer la realidad de los países. Por lo que, es pertinente contar con información que permita identificar y analizar las percepciones que se han construido en la sociedad costarricense sobre las personas adultas mayores y el envejecimiento.

Ante este escenario, el Instituto de Estudios Sociales en Población (IDESPO) desde el Programa Envejecimiento: cambios poblacionales y retos sociales, efectúa la encuesta “Percepciones sobre las personas adultas mayores en Costa Rica, 2023”. Esta se concentró en las opiniones de las personas entre 18 y 64 años. El objetivo fue analizar las percepciones sobre estereotipos, derechos y participación social de las personas adultas mayores en Costa Rica. El estudio estuvo a cargo del equipo investigador de dicho programa. La encuesta se levantó en el Centro Tecnológico de Investigación Social (CETIS) del IDESPO, vía telefónica del 23 al 30 de junio y los días 1 y 3 de julio del 2023, bajo la supervisión de su personal.

El cuestionario empleado para este estudio estuvo conformado por 48 ítems, asociadas a las variables temáticas relacionadas con estereotipos sobre envejecimiento y persona adulta mayor, actividades de la población adulta mayor, derechos y participación social; al mismo tiempo, se incluyen algunas variables más descriptivas de índole sociodemográficas como sexo, edad, nivel de escolaridad, las que permiten describir las características de la población encuestada.

En este informe se presentan los resultados de este estudio, que además de hacer una contribución en la generación de conocimiento, busca convertirse en un insumo para la formulación de políticas, medidas o acciones dirigidas a mejorar la calidad de vida en los procesos de envejecimiento de la población.

Metodología¹

La Encuesta “Percepciones sobre las personas adultas mayores en Costa Rica, 2023”, se realizó del 23 al 30 junio y del 1 al 3 julio, entrevistando a personas costarricenses o personas extranjeras con tres años o más de residir en el país entre los 18 y 64 años, usuarias de la telefonía celular dentro del territorio nacional, lo que abarca aproximadamente el 98,92% de esta población. **Por esta razón los datos obedecen únicamente a la población entrevistada con telefonía celular y no al total de la población.**

El marco muestral utilizado lo conforman los cuatros dígitos activos de los teléfonos celulares activos de las operadoras telefónicas existente en el país, según la Superintendencia de Telecomunicaciones (SUTEL).

Se utiliza un muestreo de bancos telefónicos celulares activos del país, utilizando el procedimiento de Waksberg. Se entrevistó un total de 893 personas, lo que corresponde a un 3,3% de error de muestreo y un 95% de confianza (para el caso de una variable dicotómica asumiendo variabilidad máxima).

¹ Apartado elaborado por la Mag. Stephanie Cordero Cordero, Estadística del Instituto de Estudios Sociales en Población (IDESPO).

Tabla 1. Síntesis metodológica de la encuesta.

Fecha de encuesta:	de	Del 23 al 30 de junio y los días 1 y 3 de julio del 2023.
Horario de trabajo:	de	De lunes a viernes de 9:00 a.m., a 7:00 p.m.
Modalidad de la entrevista:		Telefónica a celulares
Población de interés:	de	Costarricenses (de nacimiento o nacionalizados) o extranjeros/as con al menos 3 años de residir en el país, de 18 años a 64 años, usuarios frecuentes de línea celular, en todo el territorio nacional.
Tamaño de la muestra:		893
Tipo de muestreo de teléfonos:		Se utilizó un muestreo de bancos telefónicos celulares activos del país, utilizando el procedimiento de Waksberg.
Error de muestreo:	de	3,3
Nivel de confianza:	de	95%

Fuente: INEC, Encuesta Nacional de Hogares (2022) e IDESPO, Universidad Nacional. “Percepciones sobre las personas adultas mayores en Costa Rica”. Junio-julio 2023.

Finalmente, la muestra se ajusta por no respuesta con base en la Encuesta Nacional de Hogares (ENAH0) realizada por el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC). En esta ocasión el ajuste se realizó con la distribución por sexo, edad y educación de la ENAH0 2022.

Características sociodemográficas de la población encuestada

El 52,9 % de las personas entrevistadas fueron mujeres y el 47,1% hombres. Sobre la edad el mayor porcentaje se concentra en las personas que se ubican en el rango de 18 a 35 años con un 41%, posteriormente, por el de 36 a 50 años con un 32% y finalmente se hallan aquellas personas que se ubican entre los 51 y 64 años que representan un 27,1% de la población entrevistada (cuadro 1).

Por otro lado, con respecto al nivel de instrucción el 31,7% señaló tener primaria completa o menos, el 43,3 % indicó contar con secundaria y el 25,0% con educación universitaria (cuadro 1).

Cuadro 1. Características sociodemográficas de la muestra y de la población, según ENAHO 2022 y Encuesta Percepción sobre las personas adultas mayores en Costa Rica, 2023

Características sociodemográficas	ENAHO 2020	Encuesta Percepción	
Total	100,0	Sin ponderar	Ponderada
Sexo			
Hombre	47,1	46,1	47,1
Mujer	52,9	53,9	52,9
Grupo de edad			
De 18 a 35 años	41,0	39,2	41,0
De 36 a 50 años	32,0	32,7	32,0
De 51 a 64 años	27,1	28,1	27,1
Nivel educativo			
Primaria o menos	31,7	27,1	31,7
Secundaria	43,3	42,7	43,3
Universitaria	25,0	30,2	25,0

Fuente: INEC, Encuesta Nacional de Hogares (2022) e IDESPO, Universidad Nacional. “Percepciones sobre las personas adultas mayores en Costa Rica”. Junio-julio 2023.

Resultados

I. Estereotipos sobre el envejecimiento y persona adulta mayor

En relación con los mitos y estereotipos sobre las personas adultas mayores, en el cuadro 2 se presentan las respuestas de las personas entrevistadas sobre algunas situaciones con las que se asocia en la cotidianidad a las personas adultas mayores, según el nivel de acuerdo.

Al preguntarle a las personas entrevistadas sobre el grado de acuerdo con la situación: “las personas adultas mayores se aíslan de las demás personas”, un 56,2% indicó encontrarse muy en desacuerdo o en desacuerdo con esta afirmación, mientras que un 38,0% exteriorizó estar de acuerdo o muy de acuerdo con ella.

Un estereotipo presente en el contexto costarricense sobre las personas adultas mayores es valorar la vejez como sinónimo de enfermedad (CONAPAM, 2013; Alfaro y Espinoza, 2022), en relación con esto, se consultó a las personas entrevistadas el grado de acuerdo en que se encontraban con el enunciado “las personas adultas mayores siempre están enfermas”, a lo que un 55,7% manifestó estar muy en desacuerdo o en desacuerdo, un 7,1 % dijo estar ni de acuerdo, ni en desacuerdo y un 37,2% señaló estar de acuerdo o muy de acuerdo.

En el estudio se indagó el grado de acuerdo en que se encontraban las personas entrevistadas con la afirmación “las personas adultas mayores tienen menos amigas y amigos que las personas más jóvenes”, ante esto el 51,8% manifestó encontrarse muy en desacuerdo o en desacuerdo y un 44,9% indicó estar de acuerdo o muy de acuerdo.

Otro estereotipo existente en la sociedad costarricense es relacionar la vejez con improductividad (CONAPAM, 2013; Alfaro y Espinoza, 2022). Con respecto a esto, se consultó a las personas entrevistadas acerca del grado de acuerdo en que se encontraban con la afirmación “las personas adultas mayores son menos productivas en actividades laborales”, hallando que un 47,1% señaló estar muy en desacuerdo o en desacuerdo, un 7,1% indicó estar ni de acuerdo, ni en desacuerdo y un 45,8% dijo estar de acuerdo o muy de acuerdo.

Al preguntarle a las personas entrevistadas sobre el grado de acuerdo con el enunciado “las personas adultas mayores pierden el interés por las cosas”, un 46,6% indicó encontrarse en desacuerdo o muy en desacuerdo, un 4,5% señaló estar ni de acuerdo, ni en desacuerdo y un 48,9% está de acuerdo o muy de acuerdo.

En la encuesta se preguntó, el grado de acuerdo en que se encontraban con la frase “las personas adultas mayores tienen mal carácter”, ante esto, el 44,8% de las personas entrevistadas señaló estar en desacuerdo o muy en desacuerdo, un 14,2% indicó estar ni de acuerdo ni en desacuerdo y el 41,0% señaló que se encontraba de acuerdo o muy de acuerdo.

Un estereotipo existente en la sociedad costarricense sobre la población adulta mayor es la infantilización (CONAPAM, 2013; Alfaro y Espinoza, 2022), con respecto a esto, se les consultó a las personas entrevistadas sobre el nivel de acuerdo en que se encontraban con la afirmación: “las personas adultas mayores son como niños o niñas”, ante esto el 29,1% indicó estar en desacuerdo o muy en desacuerdo, un 4,8% indicó estar ni de acuerdo, ni en desacuerdo y un 66,1% señaló que se encontraba de acuerdo o muy de acuerdo.

Sobre el estereotipo vinculado a asociar la vejez con depresión, se les preguntó a las personas participantes en el estudio, el grado de acuerdo con respecto al enunciado “las personas adultas mayores sufren depresión”, hallando que un 22,6% indicó encontrarse en desacuerdo o muy en desacuerdo, 8,3% dijo estar ni de acuerdo, ni en desacuerdo y un 69,1% señaló estar de acuerdo o muy de acuerdo.

Por otra parte, relacionado con el estereotipo de la fragilidad o vulnerabilidad, a las personas entrevistadas se les consultó el grado de acuerdo en que se hallaban con la frase “las personas adultas mayores son frágiles o vulnerables”, un 16,4% indicó encontrarse en desacuerdo o muy en desacuerdo, un 4,9% señaló estar ni de acuerdo, ni en desacuerdo y un 78,7% está de acuerdo o muy de acuerdo.

Al preguntarle a las personas entrevistadas el grado de acuerdo en que se encuentran con la afirmación “las personas adultas mayores pueden aprender cosas nuevas (tecnología, idiomas, cursos)”, un 10,3% mencionó estar muy en desacuerdo o en desacuerdo con esta situación, un 2,4 % señaló estar ni de acuerdo, ni en desacuerdo y un 87,3% estar de acuerdo o muy de acuerdo.

Además, sobre los estereotipos positivos se preguntó a la población de estudio sobre el grado de acuerdo con la afirmación “las personas adultas mayores son cariñosas” ante esto, solamente un 5,7% de las personas entrevistadas indicaron estar muy en desacuerdo o en desacuerdo, un 6,9% estar ni de acuerdo ni en desacuerdo y un 87,4% señalaron estar de acuerdo o muy de acuerdo. En cuanto a la afirmación “las personas adultas mayores son sabias” un 94,6% de la población entrevistada señaló estar de acuerdo o muy de acuerdo con esta afirmación.

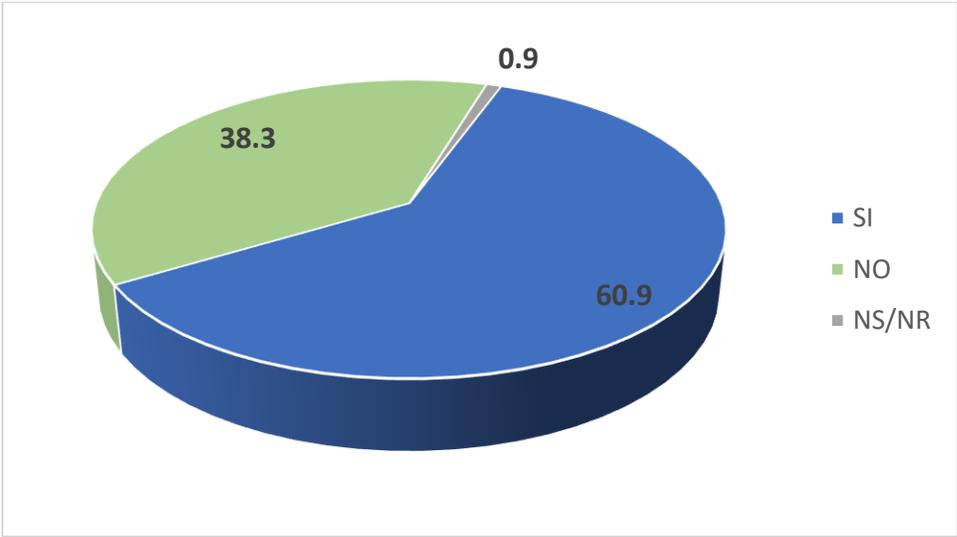
Cuadro 2. Opinión de las personas entrevistadas sobre algunas situaciones con las que se relaciona en la cotidianidad a las personas adultas mayores, por nivel de acuerdo. Costa Rica, junio-julio 2023. (Distribución porcentual) (n=893).

Situaciones	Muy en desacuerdo o en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo o muy de acuerdo	Total
Se aíslan de las demás personas	56,2	5,8	38,0	100
Siempre están enfermas	55,7	7,1	37,2	100
Tienen menos amigas y amigos que las personas más jóvenes	51,8	3,3	44,9	100
Son menos productivas en actividades laborales	47,1	7,1	45,8	100
Pierde el interés por las cosas	46,6	4,5	48,9	100
Tienen mal carácter	44,8	14,2	41,0	100
Son como niñas o niños	29,1	4,8	66,1	100
Sufren de depresión	22,6	8,3	69,1	100
Son frágiles o vulnerables	16,4	4,9	78,7	100
Pueden aprender cosas nuevas (tecnología, idiomas, cursos)	10,3	2,4	87,3	100
Son cariñosas	5,7	6,9	87,4	100
Son sabias	3,7	1,7	94,6	100

Fuente: IDESPO- UNA. Programa Envejecimiento: cambios poblacionales y retos sociales. Encuesta percepciones sobre las personas adultas mayores en Costa Rica. Junio-julio 2023.

En un país en acelerado envejecimiento poblacional como Costa Rica, resulta fundamental la concientización de la población sobre la importancia de prepararse integralmente para la vejez, entendiendo que, los estilos de vida y comportamientos que asuman durante el curso de vida pueden repercutir en el cómo se viva esta etapa. De esta manera, a las personas entrevistadas se les realizó la pregunta: ¿Usted se prepara para la vejez?, en el gráfico 1 se observa que un 60,9% de la población opina que sí y un 38,3% mencionan que no lo hacen.

Gráfico 1. Opinión de las personas entrevistadas, sobre si se preparan para la vejez. Costa Rica, junio-julio 2023. (Distribución porcentual) (n=893).



Fuente: IDESPO- UNA. Programa Envejecimiento: cambios poblacionales y retos sociales. Encuesta percepciones sobre las personas adultas mayores en Costa Rica. Junio-julio 2023.

Al desagregar esta información por grupos de edad, se encontró que, de las personas entre 18 y 35 años, el 50,4% consideran que sí se preparan, asimismo, lo manifestó, el 64,8% de las personas entrevistadas entre 36 a 50 años y el 74,3% de 51 a 64 años de edad. En este sentido, se evidencia que conforme aumenta la edad, mayor es el porcentaje de personas que se preparan para la vejez.

Cuadro 3. Opinión de las personas entrevistadas, sobre si se preparan para la vejez por grupo de edad. Costa Rica, junio-julio 2023 (n=885).

¿Usted se prepara para la vejez?	Grupo de edad			Total
	De 18 a 35 años	De 36 a 50 años	De 51 a 64 años	
No	49,6	35,2	25,7	38,5
Sí	50,4	64,8	74,3	61,5
Total	100,0	100,0	100,0	100,0

Significativo al 5% a la prueba de independencia ji cuadrado

Fuente: IDESPO- UNA. Programa Envejecimiento: cambios poblacionales y retos sociales. Encuesta percepciones sobre las personas adultas mayores en Costa Rica. Junio-julio 2023.

Además de conocer si la población entrevistada se prepara para la vejez, fue relevante indagar sobre la forma en que lo hacen, con este objetivo, a las personas que opinaron que sí se preparan, se les consultó: ¿De qué forma?, hallando que, un 30,6% de la población manifiesta que cuida su salud física², un 30,1 % indica que se prepara económicamente, un 18,1% cuida de su salud mental, un 9,8% tiene buenas relaciones sociales, un 3,6% manifiesta que destina tiempo para la espiritualidad y un 2,4% indica que aprende cosas nuevas (ver cuadro 4).

Cuadro 4. Opinión de las personas entrevistadas, según de qué forma se prepara para la vejez. Costa Rica, junio-julio 2023 (n=544).

Forma en que se prepara para la vejez	Porcentaje
Cuido mi salud física	30,6
Me preparo económicamente	30,1
Cuido de mi salud mental	18,1
Mantengo buenas relaciones sociales	9,8
Destino tiempo para la espiritualidad	3,6
Aprender cosas nuevas	2,4
Otro	2,5

Fuente: IDESPO- UNA. Programa Envejecimiento: cambios poblacionales y retos sociales. Encuesta percepciones sobre las personas adultas mayores en Costa Rica. Junio 2023.

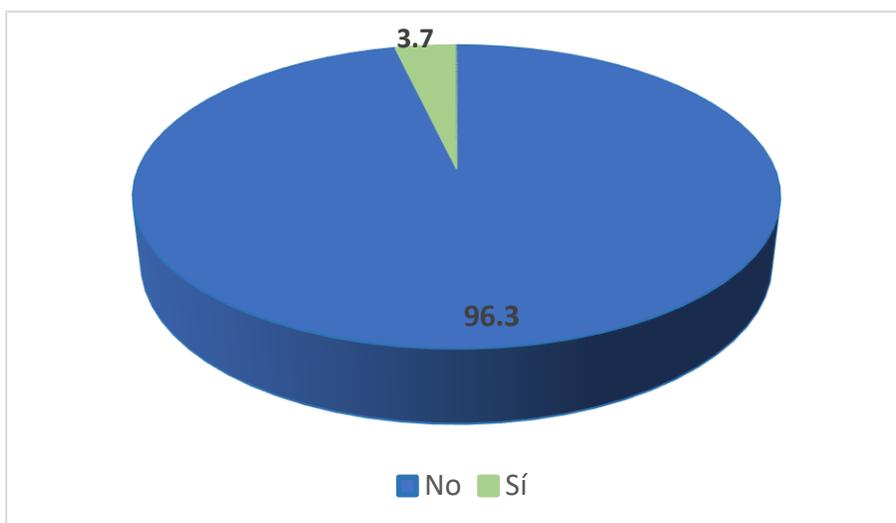
Ahora bien, se preguntó a las personas desde su opinión: ¿A qué edad se empieza a envejecer?, ante esto tanto las personas entre 18 y 35 años como las de 36 a 50 años opinan que las personas empiezan a envejecer en promedio a los 55 años, mientras que, las personas entre los 51 a 64 años consideran que las personas empiezan a envejecer en promedio a los 60 años. A partir de lo anterior, se evidencia que a mayor edad más alto es el valor promedio de la edad en que las personas entrevistadas perciben que se empieza a envejecer.

De esta manera, la mayoría de las personas entrevistadas percibe que el proceso de envejecimiento inicia a una edad determinada, en este caso en promedio a los 55 o 60 años, cuando en realidad el envejecimiento es un proceso que tiene su origen desde el nacimiento, abarcando todo el curso de vida de las personas (Bengoa, 2002).

² En este ítem se incluyen las respuestas referentes a la realización de actividad física y la alimentación saludable.

El envejecimiento es un proceso único e individual, que se desarrolla de forma heterogénea en las personas y que se caracteriza por ser multifactorial. Con respecto a esto, a la población de estudio se le consultó: ¿Usted considera que todas las personas envejecen de la misma manera?, hallando que un 96,3% considera que no y un 3,7% que sí (Gráfico 2).

Gráfico 2. Opinión de las personas entrevistadas, según si considera que todas las personas envejecen de la misma manera. Costa Rica, junio-julio 2023. (Distribución porcentual) (n=893).



Fuente: IDESPO- UNA. Programa Envejecimiento: cambios poblacionales y retos sociales. Encuesta percepciones sobre las personas adultas mayores en Costa Rica. Junio-julio 202

II. Actividades de la población adulta mayor

En la encuesta se preguntó sobre qué tan frecuente se considera que las personas adultas mayores realizan algunas actividades cotidianas, hallando que, el 85,9% de las personas entrevistadas, consideran que el rezar, meditar u orar, es la actividad que realiza con mayor frecuencia esta población, en contraposición a actividades como el cuidado de menores de 12 años, actividades necesarias para solventar o resolver sus necesidades básicas y la realización de actividad física o deportiva.

Sobre la actividad de conversar o compartir con familiares, un 55,5% consideró que lo hacen con mucha frecuencia y un 43,8% indicó que lo realizan poco. En cuanto a la actividad de conversar o compartir con amigas y amigos, un 46,2 % señaló que lo hacen mucho, mientras que un 51,4% que lo hacen poco.

En relación con la actividad de realizar labores domésticas un 45,7% perciben que lo hacen con mucha frecuencia y un 51,9% que lo realizan con poca frecuencia. Sobre la actividad de cuidar a niños y a niñas (0-12 años) un 38,9% consideró que lo hacen mucho y un 44,2% que lo realizan poco.

Con respecto a la actividad de trabajar para solventar o resolver sus necesidades básicas un 29,3% de las personas entrevistadas indicaron que lo efectúan mucho, mientras que un 57,0%, consideraron que lo hacen poco. En cuanto a que las personas adultas mayores practiquen actividad física o deportiva un 27,0% señaló que lo hacen con mucha frecuencia y un 62,4% que lo realizan con poca frecuencia.

Cuadro 5. Opinión de las personas entrevistadas, sobre la frecuencia con que creen que las personas adultas mayores realizan algunas actividades, según tipo de actividades. Costa Rica, junio-julio 2023. (Distribución porcentual) (n=893).

Actividad	Mucho	Poco	Nada	Total
Rezar, meditar, orar	85,9	13,0	1,1	100
Conversar o compartir con familiares	55,5	43,8	0,7	100
Conversar o compartir con amigos (as)	46,2	51,4	2,4	100
Realizar labores domésticas	45,7	51,9	2,4	100
Cuidar a niños y a niñas (0-12 años)	38,9	44,2	16,9	100
Trabajar para solventar o resolver sus necesidades básicas	29,3	57,0	13,7	100
Practicar actividad física o deportiva (caminar, yoga, zumba, aeróbicos, nadar)	27,0	62,4	10,6	100

Fuente: IDESPO- UNA. Programa Envejecimiento: cambios poblacionales y retos sociales. Encuesta percepciones sobre las personas adultas mayores en Costa Rica. Junio-julio, 2023.

III. Significado de ser una persona adulta mayor

Se le consultó a la población entrevistada sobre el significado de ser una persona adulta mayor (cuadro 6), hallando que un mayor porcentaje lo definen como: persona con experiencia, conocimiento y sabiduría (26,0%); lo asocian a una edad cronológica (17,5%); lo relacionan con el deterioro o la pérdida de salud (12,1%) y hacen referencia a una persona con dependencia o que requiere cuidados y paciencia (el 10,3%).

En menores porcentajes, consideran que son personas que merecen respeto (6,1%), personas que viven en la tranquilidad (5,8%), personas jubiladas o pensionadas (5,0%), como una etapa de la vida y vejez (4,6%), que son como niños o niñas (3,2%) y como personas con poca vida o culminando su ciclo de vida (2,1%).

Cuadro 6. Opinión de las personas entrevistadas sobre el significado de ser una persona adulta mayor. Costa Rica, junio-julio, 2023. (Distribución porcentual) (n=893).

Significado de persona adulta mayor	Porcentaje
Persona con experiencia, conocimiento y sabiduría	26,0
Asociado a una edad cronológica	17,5
Lo relacionan con deterioro o pérdida de la salud	12,1
Persona con dependencia o que requiere cuidados y paciencia	10,3
Personas que merecen respeto	6,1
Personas que vive en la tranquilidad	5,8
Persona jubilada o pensionada	5,0
Etapa de la vida y vejez	4,6
Ser como niños o niñas	3,2
Persona con poca vida o culminando su ciclo de vida	2,1
Otros	3,3
NS/NR	4,0
Total	100

Fuente: IDESPO- UNA. Programa Envejecimiento: cambios poblacionales y retos sociales. Encuesta percepciones sobre las personas adultas mayores en Costa Rica. Junio-julio 2023.

IV. Derechos y participación social

En lo que respecta al tema de derechos y participación social, a las personas entrevistadas se les consultó su opinión sobre qué tanto las personas adultas mayores de 64 años y más son respetadas, están integradas en espacios familiares, están integradas en espacios de toma de decisiones de la sociedad o sufren discriminación.

Al respecto, en el cuadro 7 se observa que un alto porcentaje de la población entrevistada considera que las personas adultas mayores (de 65 años y más) sufren mucho de discriminación (66,1%), que están poco integradas en espacios de toma de decisiones en la sociedad (66,5%), son poco respetadas (65,0%) y están poco integradas en espacios familiares (61,1%)

Cuadro 7. Opinión de las personas entrevistadas sobre el respeto de los derechos humanos de las personas adultas mayores en Costa Rica, según la frecuencia con la que sufren discriminación, son integradas y respetadas. Costa Rica, junio-julio 2023. (Distribución porcentual) (n=893.)

Situaciones	Mucho	Poco	Nada	Total
Sufren discriminación	66,1	28,9	5,0	100
Están integradas en espacios familiares	36,6	61,1	2,3	100
Son respetadas	28,0	65,0	7,0	100
Están integradas en espacios de toma de decisiones en la sociedad	17,4	66,5	16,1	100

Fuente: IDESPO- UNA. Programa Envejecimiento: cambios poblacionales y retos sociales. Encuesta percepciones sobre las personas adultas mayores en Costa Rica. Junio 2023.

Asimismo, en el cuadro 8 se evidencia que al consultarle a la población entrevistada si en Costa Rica se respetan los derechos humanos de las personas adultas mayores, el 47,6% indica que no. En relación con el cumplimiento de las leyes dirigidas a las personas adultas mayores el 48,1% de las personas entrevistadas señalan que no se cumplen, y el 59,6% considera que las personas jóvenes no tratan con respeto a las personas adultas mayores.

Cuadro 8. Opinión de las personas entrevistadas, según si consideran que en Costa Rica se respetan los derechos de las personas adultas mayores. Junio-julio 2023. (Distribución porcentual) (n=893)

	No	Sí	Total
Se respetan los derechos humanos de las personas adultas mayores	47,6	52,4	100
Se cumplen las leyes dirigidas a las personas adultas mayores	48,1	51,9	100
Las personas jóvenes tratan con respeto a las personas adultas mayores	59,6	40,4	100

Fuente: IDESPO- UNA. Programa Envejecimiento: cambios poblacionales y retos sociales. Encuesta percepciones sobre las personas adultas mayores en Costa Rica. Junio – julio 2023.

Percepciones sobre el principal aporte que las personas adultas mayores (de 65 años y más) realizan a la sociedad costarricense.

En esta encuesta se consideró relevante conocer la opinión de las personas entrevistadas sobre el principal aporte que realizan las personas adultas mayores a la sociedad costarricense. Entre estos, en el cuadro 9, se aprecia que el 56,0% hizo referencia a la experiencia, conocimiento y sabiduría, el 7,0% señala que brindan consejos, el 5.3% menciona el trabajo que realizan o han realizado y su contribución a la economía y el 5.3% indica la transmisión de valores.

En menos porcentajes mencionan que el principal aporte ha sido la cultura, costumbres y tradiciones (4,0%), mantener unidas a las personas (2,5%), ser un ejemplo para las personas (2.2%), los cuidados y formación de nuevas generaciones (2.0%) y como una persona que enseña (1,5%).

Es importante señalar que ante esta pregunta un 7,8% de las personas entrevistadas no sabía cuál era el principal aporte de las personas adultas mayores a la sociedad costarricense o no respondieron a la pregunta y un 3,0% considera que esta población no aporta nada.

Cuadro 9. Opinión de las personas entrevistadas, según consideran cuál es el principal aporte de las personas adultas mayores a la sociedad costarricense. Costa Rica. Junio-Julio, 2023 (n= 893).

Aportes	Porcentaje
Experiencia, conocimiento y sabiduría	56,0
Brindan consejos	7,0
El trabajo que realizan o han realizado y contribución a la economía	5,3
Transmisión de valores	5,3
Cultura, costumbres y tradiciones	4,0
No aportan nada	3,0
Mantener unidas a las personas	2,5
Ser un ejemplo para las personas	2,2
Cuidados y formación de nueva generación	2,0
Persona que enseña	1,5
Otros	3,4
NS/NR	7,8
Total	100,0

Fuente: IDESPO- UNA. Programa Envejecimiento: Cambios poblacionales y retos sociales. Encuesta percepciones sobre las personas adultas mayores en Costa Rica. Junio-julio 2023.

Principales hallazgos

Entre los principales hallazgos de esta encuesta, se reveló como aspecto positivo que la mayoría de las personas participantes en este estudio poseen la percepción de que las personas adultas mayores tienen la habilidad de seguir aprendiendo en diferentes áreas, dado que un 87,3% está de acuerdo o muy de acuerdo con la afirmación “las personas adultas mayores pueden aprender cosas nuevas (tecnología, idiomas, cursos)”.

Se podría indicar que un alto porcentaje (66,1%) de las personas participantes en el estudio están de acuerdo o muy de acuerdo con la afirmación: “las personas adultas mayores son como niños o niñas”. Estos datos demuestran que este estereotipo está internalizado en gran parte de las personas entrevistadas, lo que resulta preocupante e incita a la reflexión sobre las implicaciones que tiene esta percepción en la vida de las personas adultas mayores (Alfaro y Espinoza, 2022). La infantilización representa un modo de edadismo que puede conducir a al ejercicio de la autoridad, control y conductas sobreprotectoras hacia las personas adultas mayores, limitando su autonomía (CONAPAM, 2013).

La mayoría (78,7%) de las personas participantes en este estudio manifiesta estar de acuerdo o muy de acuerdo con la situación “las personas adultas mayores son frágiles o vulnerables”, esto resulta inquietante, porque se generalizan estas condiciones en la vejez. Es fundamental entender que las formas de envejecer son individuales, heterogéneas y multifactoriales, por lo que no se deben universalizar las situaciones de fragilidad o vulnerabilidad para toda la población adulta mayor.

Un alto porcentaje (69,1%) de la población entrevistada está de acuerdo o muy de acuerdo con la afirmación: “las personas adultas mayores sufren de depresión”, lo que refleja que se encuentra muy interiorizado el estereotipo psicológico que asocia la vejez con depresión, cuando en realidad según CONAPAM (2013) la mayoría de las personas adultas mayores manifiestan un estado de ánimo positivo y bienestar. En esta misma línea, según los datos de un estudio realizado en el IDESPO sobre los componentes psicosociales asociados a la calidad de vida de las personas adultas mayores en Costa Rica, Alfaro y Espinoza (2021) identifican que la mayoría de las personas adultas mayores participantes en el estudio están

satisfechas con su vida (94,3%), o están satisfechas consigo mismos(as) (71,4%) y consideran que su vida tiene un propósito (94,2%).

Un poco más de la mitad de las personas entrevistadas (55,7%) está muy en desacuerdo o en desacuerdo con la frase “las personas adultas mayores siempre están enfermas”, lo que refleja que no perciben la vejez asociada a la enfermedad, no obstante, un significativo porcentaje de 37,2% se encuentra de acuerdo o muy de acuerdo con esta situación, lo que evidencia que hay un sector importante de la población que tiene interiorizado este estereotipo biológico.

Con respecto al estereotipo de aislamiento social, los resultados de esta investigación demuestran sobre la afirmación: “las personas adultas mayores se aíslan de las demás personas” que un alto porcentaje de las personas entrevistadas señaló encontrarse muy en desacuerdo o en desacuerdo con esta situación, así lo indica el 56,2%. Sin embargo, llama la atención que hay un importante porcentaje de 38,0% que manifiesta estar de acuerdo o muy de acuerdo con esta idea, por lo que se podría señalar que una considerable cantidad de personas de la población entrevistada tiene naturalizado este estereotipo social. A partir de estos resultados es fundamental comprender que según CONAPAM (2013) las personas mayores no se aíslan de forma voluntaria, esto responde más a que las otras personas son quienes las aíslan.

En cuanto a los estereotipos positivos la mayoría de la población consultada (87,4%) está de acuerdo o muy acuerdo con la afirmación “las personas adultas mayores son cariñosas”. En esta misma línea, la gran mayoría está de acuerdo o muy de acuerdo (94,6%) con la afirmación “las personas adultas mayores son sabias”. En este sentido, se evidencia que la mayoría de la población entrevistada tiene la percepción de que las personas adultas mayores poseen experiencia y conocimientos.

Desde la percepción de las personas entrevistadas, se refleja que un alto porcentaje (60,9%) consideran que sí se prepara para la vejez. Al desagregar la información por grupo de edad se evidencia que este porcentaje es mayor conforme aumenta la edad. La toma de conciencia sobre la relevancia de prepararse para la vejez, comprendiendo que los estilos de vida y

comportamientos que asumen las personas durante el curso de vida tienen incidencia en cómo se vive esta etapa de la vida, lo cual es fundamental en un país en acelerado envejecimiento poblacional. Con respecto a las formas en que se prepara la población sobresalen con un significativo porcentaje el cuidado de su salud física (30,6%) y la preparación económica (30,1%).

Con respecto a la edad en que se empieza a envejecer la mayoría de las personas entrevistadas perciben que el proceso de envejecimiento inicia en promedio a los 55 o 60 años, esto evidencia que la población no es consciente de que en realidad el envejecimiento es un proceso que tiene su origen desde el nacimiento, abarcando todo el curso de vida de las personas (Bengoa, 2002). A partir de lo anterior, resulta fundamental desarrollar procesos de educación, concientización y sensibilización con el objetivo de que las personas comprendan el inicio del proceso de envejecimiento y cómo sus conductas y estilos de vida pueden influir en la construcción de ese proceso durante su curso de vida.

En cuanto a la consideración de que si las personas envejecen de la misma manera se halla que la mayoría de la población entrevistada percibe que no (96,3%), dato que es importante porque rompe con el estereotipo de percibir que todas las personas envejecen igual. Como se mencionó anteriormente el envejecimiento se debe entender como un proceso que entre sus características es individual, heterogéneo y multifactorial.

Entre las actividades que las personas entrevistadas perciben que las personas adultas mayores realizan con mayor frecuencia se encuentran rezar, orar y meditar (85,9%), en contraposición a actividades como el cuidado de menores de 12 años, actividades necesarias para solventar o resolver sus necesidades básicas y la realización de actividad física o deportiva. Esto coincide con los datos de la encuesta de 2019 realizada en IDESPO, donde se hizo la misma pregunta y un 87,8% de las personas entrevistadas consideraron que las personas adultas mayores realizan con mucha frecuencia esta actividad (rezar, orar y meditar). Además, en relación con estos datos según Alfaro y Espinoza (2021) mediante una encuesta realizada en IDESPO sobre componentes psicosociales asociados a la calidad de vida de las personas adultas mayores en Costa Rica se evidencia para la población mayor

entrevistada que: “un alto porcentaje practica una religión”. Asimismo, de las personas que la practican, casi la totalidad considera que la conexión con un ser supremo les ayuda en momentos difíciles” (p.119).

También, un 55,5% de las personas entrevistadas perciben que las personas adultas mayores comparten o conversan con familiares con mucha frecuencia, lo que representa una proporción significativa, sin embargo, un considerable porcentaje de un 43,8% opina que lo realizan poco.

Sobre la percepción referente al significado de ser una persona adulta mayor las principales opiniones expresadas por las personas entrevistadas se vinculan con ser una persona con experiencia, conocimiento y sabiduría (26,0%), lo asocian a una edad cronológica (17,5%), lo relacionan con deterioro o pérdida de la salud (12,1%), así como, con personas con dependencia o que requiere cuidados y paciencia(10,3%).

Ahora bien, según la OPS y OMS (2021) el edadismo es una forma de discriminación por razones de edad que afecta a las personas adultas mayores, reduce la calidad de vida de estas, no permite el respeto de sus derechos humanos y el desarrollo de sus potencialidades. Además, “aumenta su aislamiento social y su soledad (ambos asociados a graves problemas de salud), (...) y puede aumentar el riesgo de violencia y maltrato contra las personas mayores” (p.VIII). En relación con lo anterior, desde los resultados de este estudio se evidencia que el 66,1% de las personas entrevistadas consideran que en Costa Rica las personas adultas mayores sufren mucho de discriminación, el 66,5% que están poco integradas en los espacios de toma de decisiones en la sociedad, el 61,1% que están poco integradas en espacios familiares y que son poco respetadas el 65,0%.

Respecto a los derechos humanos el 47,6% de las personas entrevistadas señalaron que en Costa Rica no se respetan los derechos de las personas adulta mayores, el 48,1% indica que no se cumplen las leyes dirigidas a las personas adultas mayores y el 59,6% señalan que las personas jóvenes no tratan con respeto a las personas mayores. Ante estos resultados es esencial que con el objetivo de que las personas mayores estén más integradas en diferentes

espacios, no sufran de discriminación y disfruten de una vida digna, promover en el ámbito país, la divulgación y educación en la temática de los derechos humanos de las personas adultas mayores, con el objetivo de que sean internalizados por toda la ciudadanía. Esto es necesario desde las etapas tempranas del curso de vida, generando procesos de enseñanza-aprendizaje, desde la niñez mediante la educación en las escuelas.

En relación con los principales aportes que las personas adultas mayores realizan a la sociedad costarricense, el 56,0% de las personas entrevistadas, lo relacionan con la experiencia, sabiduría y conocimiento y el 7,0% que brindan consejos. Cabe destacar que un 7,8% de las personas entrevistadas no sabían o no respondieron esta pregunta, y un 3,0% indicaron que las personas adultas mayores no aportan nada. Desde esta perspectiva, es importante dar a conocer la participación y los aportes de la población adulta mayor a la sociedad, mediante promoción de espacios que le permitan a esta población conectarse con otras generaciones, por ejemplo, desde los encuentros intergeneracionales. Desde este ámbito, se deben generar cambios en los pensamientos, sentimientos y acciones de las personas en relación con la edad y el envejecimiento (OMS, 2020).

Según el Informe Mundial de Edadismo dentro de las estrategias fundamentales que se deben asumir para minimizar o eliminar el edadismo se encuentran la adopción de políticas y leyes dirigidas a combatir la discriminación por razones de edad, que busquen el respeto a la dignidad de las personas y los derechos humanos. Aunado a esto, se recomienda la inclusión de las intervenciones educativas y el fomento de las relaciones intergeneracionales (OPS y OMS, 2021).

Finalmente, a partir de los resultados de la investigación, se demuestra la necesidad de promover la educación, concientización y sensibilización de la ciudadanía en temas de envejecimiento y vejez, que permitan minimizar y erradicar el edadismo; asegurando, la participación, integración e inclusión de las personas adultas mayores en la sociedad. Asimismo, con el objetivo de lograr el respeto de los derechos humanos de las personas adultas mayores, así como, eliminar todas las formas discriminación por edad y conseguir que esta población disfrute de una vida plena y digna, es imprescindible que el Estado

costarricense genere y ejecute mayor cantidad de políticas, medidas y acciones en beneficio de esta población.

Referencias:

Alfaro, N y Espinoza, R. (2021). Personas mayores en Costa Rica: un acercamiento a las percepciones sobre su calidad de vida. *Revista ABRA*, 41(63), 99-123

<https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/abra/article/download/15284/24404?inline=1>

Alfaro, N y Espinoza, R (2022). Una mirada a las percepciones sobre mitos, estereotipos y participación social de las personas adultas mayores en Costa Rica. *Anales En Gerontología*, 14(14), 157–186.

<https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/gerontologia/article/view/53692/54345>

Bengoa, J.M. (2002). ¿Qué es envejecer? *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*, 52(3), 257-260.

http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-06222002000300005&lng=es&tlng=es.

Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor [CONAPAM] (2013). *Mitos y estereotipos acerca del envejecimiento y la vejez*. San José, Costa Rica.

Instituto Nacional de Estadística y Censos [INEC] (2022). *Estimación de población y vivienda: resultados generales [recurso electrónico] / Instituto Nacional de Estadística y Censos. – San José, C.R.*
https://admin.inec.cr/sites/default/files/2023-07/rePoblacResultadosGenerales_Estimacion_poblacion_vivienda_2022.pdf

Organización Mundial de la Salud (2020). *Decade of Healthy Ageing 2020-2030*. Disponible en: https://www.who.int/es/publications/m/item/decade-of-healthy-ageing-plan-of-action?sfvrsn=b4b75ebc_25

Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud (2021). *Informe Mundial sobre el Edadismo*.

<https://iris.paho.org/handle/10665.2/55871>

