

La Covid 19 y las Personas Mayores

Utilizaron principalmente el teléfono y la videoconferencia para relacionarse.

La mayoría de las personas mayores de 65 años vivieron acompañadas el confinamiento

Una encuesta de SIGMADOS para el Ayuntamiento de Madrid analiza las repercusiones de la Covid-19 en el bienestar y la salud de la población mayor.



El teléfono móvil ha sido el mejor aliado de las personas mayores durante el confinamiento.

Cerca de un 80 por ciento de las personas mayores de 65 años ha vivido acompañada el confinamiento generado por la Covid-19, según una encuesta realizada por SIGMADOS para el Ayuntamiento de Madrid, que analiza el impacto del coronavirus en su bienestar y salud. Un total de 1. 815 personas, registradas en la base de datos de la Dirección General de Mayores de la corporación local, expresaron por medio de entrevistas telefónicas, sus opiniones e inquietudes acerca de las repercusiones que ha tenido la pandemia en su vida.

La muestra, en la que participaron un 66,1% de mujeres y un 33,9% de hombres, con edades comprendidas entre los 65 y 90 o más años, se realizó entre los días 9 y 22 del pasado mes de septiembre. Se estructura en 6 grandes bloques de evaluación: autonomía personal ante la crisis, ayudas y relaciones sociales, consecuencias generales del confinamiento, medios de comunicación, expectativas ante la nueva normalidad y consecuencias directas de la pandemia.

El estudio de SIGMADOS revela que un 73,6% de las personas entrevistadas ha estado acompañada durante el confinamiento, principalmente por su cónyuge (80,1%) y en segundo lugar por los hijos (25,8%). Por debajo del 5% se sitúan los hermanos, otros parientes y las amistades.

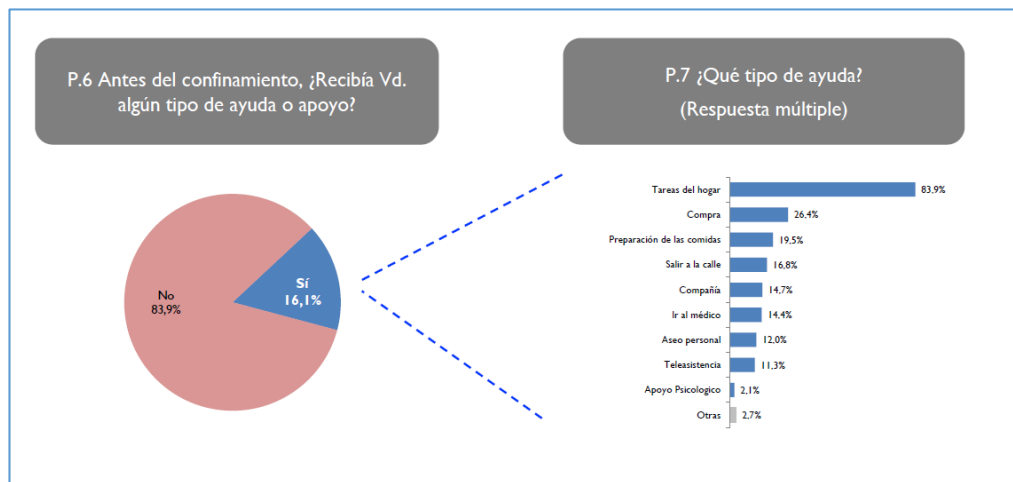
La Covid 19 y las Personas Mayores

Por el contrario, el 26,4% afirma haber vivido sólo, porcentaje que aumenta hasta el 58,5%, en el tramo de edad a partir de los 90 años.

Mayoritariamente, quienes han sido objeto de estas entrevistas, considera que la convivencia se ha mantenido igual e incluso ha mejorado durante el aislamiento, siendo el grupo de edad de 85 a 89 años (7%) los que por el contrario estiman que sus relaciones han empeorado.

Autonomía personal

El 85,5 % disfruta de autonomía para manejarse en su vida diaria, en tanto que el 14,5%, por el contrario, alega tener dificultades, especialmente en lo referido a las tareas del hogar, la compra y las salidas a la calle. Se da el caso, además, que un 18,8% de las personas con dificultades han vivido solas el confinamiento.



Con anterioridad al aislamiento, un 16,1% de las personas con dificultades recibían algún tipo de apoyo, procedente principalmente de los Servicios Municipales o personal contratado, en lo relativo al aseo personal, las labores del hogar o la atención psicológica, sin olvidar la ayuda de los parientes no convivientes, especialmente para acudir al médico, y de los voluntarios, en tareas de acompañamiento y apoyo psicológico.

Debido a la paralización y suspensión de los servicios, que utilizaban en torno al 35% de las personas entrevistadas, y a la decisión propia de las personas usuarias, las prestaciones se vieron considerablemente reducidas durante la crisis, pese a lo cual, las personas mayores dan una valoración muy alta a las atenciones recibidas por parte de todos los agentes, destacando de modo especial, la ayuda de familiares y allegados y los servicios del comercio de barrio.

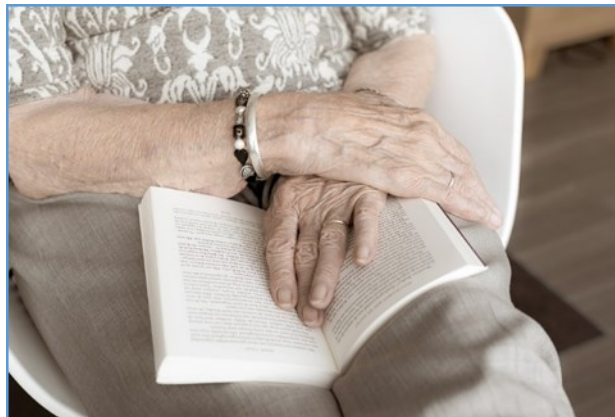
La Covid 19 y las Personas Mayores

Actividad en el confinamiento

Las personas mayores consultadas afirman haberse mantenido activas durante su permanencia en el domicilio, practicando ejercicio físico y paseos por casa, siendo la lectura y ver televisión sus actividades preferidas. Se aprecia el aumento del consumo televisivo a medida que avanza su edad. También aseguran haber podido mantener sus relaciones sociales.

Las llamadas telefónicas (97,5%), las videollamadas (45,1%) y las redes sociales (33,7%) han sido los medios más utilizados para contactar con sus familias y amistades.

Por el contrario, el 8,2% manifiesta no haberse relacionado en este periodo argumentando el 78,5% no tener ganas, el 15,4% no tener a nadie con quien hablar, y el 6% restante no disponer de teléfono ni de otros medios para hacerlo.



Leer ha sido una de las actividades preferidas durante el aislamiento

Uso de la tecnología

Preguntados por su uso de la tecnología, el 63,1% aseguran que ya sabían realizar las videollamadas antes del aislamiento. Estas personas aprendieron a realizarlas, principalmente gracias a sus familiares (58,1%) mientras que el 36,9% lo hizo de forma autodidacta.

Pese a tener ya una base, sólo el 17,4% se mostró interesado en la posibilidad de recibir más clases o formación para mejorar su conocimiento sobre las herramientas digitales, siendo el grupo de 65 a 69 años el más dispuesto a ello. El interés decrece a medida que aumenta la edad de las personas encuestadas.

La Covid 19 y las Personas Mayores

Consecuencias

El estar tanto tiempo encerrados en casa ha tenido repercusiones importantes entre los mayores. La disminución de la capacidad física, dificultades para caminar y para dormir han sido los efectos más comunes.

A este respecto, los hombres y los mayores de 90 años son los que alegan sufrir en mayor medida problemas funcionales. El resto de perfiles, consideran las situaciones que causan problemas emocionales como lo más negativo del confinamiento, con la tristeza, la merma de memoria, depresión y ansiedad, como principales efectos.

La pérdida de relaciones y el aumento de la soledad han sido los aspectos más negativos en el ámbito social. El no poder ejercer sus actividades habituales, (38,5%), ni ver a sus familiares, (31,5%) han sido las circunstancias que peor han llevado durante el período de clausura en el hogar.

Respecto al impacto directo del virus, casi la mitad de las personas encuestadas afirma no haber experimentado síntomas, un 1,3% ha requerido ingreso hospitalario, un 3,1% ha dado positivo y ha guardado cuarentena, otro 3,3% ha sufrido síntomas pero no ha sido diagnosticado y el 4,2% restante, por contacto con afectados, ha tenido que someterse a pruebas dando resultado negativo.

Desconfianza en los medios



Las personas mayores se muestran críticas con la actuación de los medios durante el confinamiento.

La Covid 19 y las Personas Mayores

Más de un tercio de los participantes en el estudio desconfía de la actuación de los medios de comunicación, ya que un 36,9% sostiene que han emitido muchas noticias falsas, y el 9,3% estima que transmiten una imagen de vulnerabilidad de las personas mayores que no se corresponde con la realidad. El 19,1% estima que esta imagen es real y sólo el 4,7% cree que han aportado una imagen positiva de la población mayor.

La valoración general del papel ejercido por los medios en la crisis de la COVID-19 apenas supera el aprobado y muestra un descontento generalizado por parte de todos los perfiles de edad y sexo.



El gel y la mascarilla proporcionan seguridad a las personas mayores

Mascarillas

Las personas encuestadas, con independencia de género y edad están conformes con las distintas situaciones sociales y de movilidad que viven desde el fin del confinamiento.

Mayoritariamente valoran muy positivamente los aforos limitados en farmacias y tiendas, el uso del gel hidroalcohólico, los servicios sociales y los servicios médicos.

Por el contrario, lo que peor valoran es el transporte público y los aforos del mismo.

También consideran positivo el uso de la mascarilla como medida preventiva, si bien, el 51,6% afirma tener dificultades para respirar, al 42,4% Le cuesta reconocer a otras personas, el 11,6 % tiene problemas de audición y el 33,4% por ciento piensa que su uso supone un gasto económico elevado para su situación.

La Covid 19 y las Personas Mayores

Expectativas

Más de la mitad de estas personas, (55,3%) creen que el repunte de contagios en la nueva normalidad que vivimos no supondrá nuevos recortes en sus actividades, en tanto que el 44,7% teme que se producirán nuevas restricciones para salir de casa (59%), para ver a sus familias (39,9%), pasear (32,5%) y pintar u otras actividades (20,6 %) además de nuevos retrasos en las citas sanitarias (18,8%).

Sus principales temores son el contagio (39,4%) y la posibilidad de un nuevo aislamiento (18,2%).

Cambio de hábitos

Como consecuencia de la crisis sanitaria y de la situación actual del virus, todos los segmentos de edad, con excepción de las edades comprendidas entre los 75 y 79 años, están adaptando sus hábitos a la nueva realidad, saliendo menos a la calle (48,3%), reduciendo los encuentros sociales (10,4%), o renunciando a las actividades culturales y de ocio (7,3%). Los resultados de la encuesta indican que son las mujeres las que están cambiando más sus costumbres, con una diferencia de hasta 10 puntos respecto a los hombres.

En relación con la seguridad de los espacios públicos, se muestran en general más preocupados por la distancia y el aforo disponible en el transporte público y en los espacios cerrados donde se llevan a cabo las actividades municipales.

Por último, al pedirles una valoración sobre los efectos positivos y negativos derivados de la crisis global desatada por la COVID-19, las personas consultadas señalan como efecto más negativo el hecho de no poder ver a sus familiares, y, pese a manifestar cierta resistencia a emitir valores favorables, (un 34,5% afirma no haber experimentado ningún sentimiento positivo), se muestran muy satisfechos y agradecidos por la ayuda recibida y aportada por su entorno y el mantenimiento de las relaciones sociales, superando todas las dificultades.

