BEHATUZ
OBSERVATORIO VASCO
DE SERVICIOS SOCIALES

GZ GIZARTERATUZ
Análisis | Estudios



EL ENVEJECIMIENTO DE LAS PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL EN EUSKADI

Este trabajo, impulsado por Salud Mental Euskadi en colaboración con sus asociaciones territoriales Agifes, Asafes, Asasam y Avifes, tiene como finalidad visibilizar y comprender cómo viven y afrontan las personas con problemas de salud mental sus procesos de envejecimiento, así como profundizar en los apoyos y recursos que requieren para garantizar su bienestar, autonomía y el pleno ejercicio de sus derechos.

Perfil de las personas con problemas de salud mental de 50 o más años en Euskadi



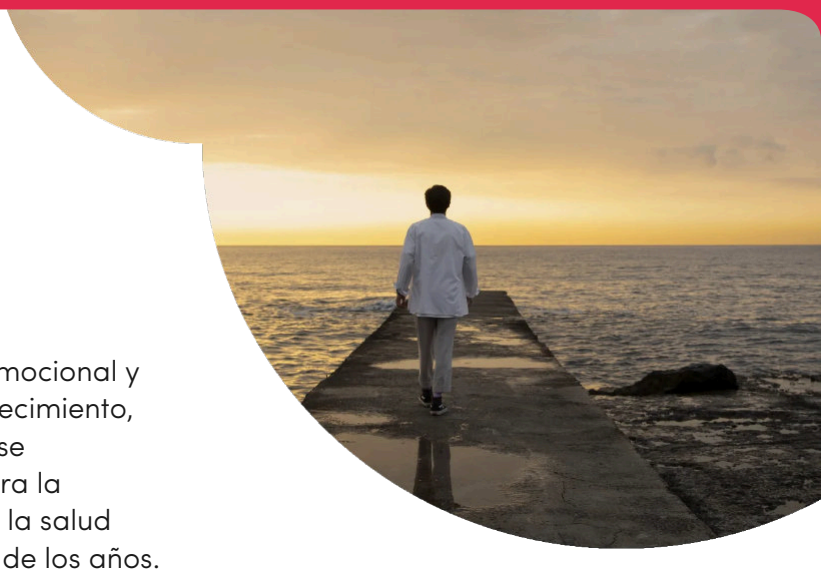
Este es el perfil predominante de las personas que han participado en el estudio:

Se trata mayoritariamente de hombres (60%), con una edad media de 57,5 años y con estudios de nivel secundario (44,7%) o primario (39,4%). En su mayoría estas personas están solteras (69%) y no tienen hijos o hijas (76,8%).

La mayoría presenta un diagnóstico de esquizofrenia (49,8%), aunque también existe un grupo relevante con otros trastornos, como el trastorno bipolar (11%) o la depresión (8,9%).

- Siete de cada diez llevan más de 20 años desde su diagnóstico, siendo más frecuente (31%) que lleven conviviendo con él entre 31 y 40 años.
- Casi todas las personas participantes están actualmente en tratamiento farmacológico para abordar sus problemas de salud mental (98,7%) y cerca de la mitad (46,6%) reciben de forma continuada apoyo o atención psicológica en alguna asociación de familiares y personas con problemas de salud mental.
- Generalmente, estas personas cuentan con el reconocimiento de una discapacidad grave (53%) y una dependencia moderada (40,4%).
- En cuanto a los hábitos de vida, aproximadamente una de cada cinco personas afirma tener problemas de consumo de sustancias (17,3%). El 52,4% fuma tabaco a diario y un 2,2% consume alcohol todos los días. Asimismo, se observa un alto porcentaje de sedentarismo (45%), ya que nunca o casi nunca practicas deporte, en algunos casos, debido a los efectos de la medicación.

Estado de salud



Si bien el deterioro de la salud –física, cognitiva, emocional y social– suele asociarse al propio proceso de envejecimiento, las personas con problemas de salud mental este se manifiesta de forma más temprana. De hecho, para la mayoría de quienes han participado en el estudio, la salud constituye la principal inquietud vinculada al paso de los años.

Salud física y cognitiva

- Una de cada cinco personas presenta limitaciones en su movilidad y autonomía y el 25% tiene dificultades para llevar a cabo actividades básicas de la vida diaria.
- El 22,8% convive con dolores o molestias físicas persistentes y muchas experimentan alteraciones cognitivas: mas de la mitad pierde el hilo de las conversaciones o de sus propios pensamientos en ocasiones, y al 53,6% le resulta complicado recordar hechos recientes. Asimismo, cuatro de cada diez tienen problemas de comunicación en determinados momentos.

Salud emocional

- El 58% afirma sentirse apática alguna vez y el 53,1% manifiesta desánimo. Además, casi la mitad (45%) ha tenido o tiene pensamientos relacionados con la muerte.
- Se detectan situaciones de vulnerabilidad emocional, asociadas principalmente a la insuficiencia de apoyos adecuados y a contexto que no siempre promueven el bienestar psicológico.

Salud social

- Cerca de una de cada cuatro personas (22,4%) no cuenta con amistades o personas de confianza que se interesen por situación; un 26% rara vez o nunca recibe invitaciones para salir o realizar actividades, un 20,1% no dispone de alguien con quien compartir sus preocupaciones personales.
- Además, casi el 17% se siente sola de manera habitual y un 23,5% lo hace en determinadas ocasiones. Estas cifras superan ampliamente las estimadas para la población de Euskadi de 55 años o más (11,5%).

Promoción de la calidad de vida y bienestar



Con el propósito de mejorar las necesidades específicas que presentan las personas mayores con problemas de salud mental, se plantean una serie de propuestas dirigidas a mejorar su calidad de vida y bienestar:

Impulsar hábitos de vida saludables desde una concepción amplia, preventiva e integral de la salud, que tenga en cuenta tanto el bienestar físico como el emocional y social.

Favorecer la participación en programas de estimulación cognitiva, así como en actividades de ocio, cultura y deporte, promoviendo espacios que estimulen la actividad mental, la socialización y el envejecimiento activo.

Reforzar la atención y el acompañamiento psicológico para mitigar el malestar asociado a la pérdida o disminución de capacidades, así como a situaciones estresante propias de esta etapa vital, como los procesos de duelo, las pérdidas significativas o los cambios de residencia.



Modelo de atención y recursos de apoyo



En relación con el modelo de atención y los recursos de apoyo, se plantean distintas orientaciones para avanzar hacia un sistema flexible y adaptado al proceso de envejecimiento de las personas con problemas de salud mental. Estas son algunas de ellas:

- Impulsar un modelo de **atención centrado en la persona**, que sitúe sus derechos, preferencias y proyecto de vida en el eje de la intervención.
- Adecuar y reforzar la red de recursos para dar respuesta al envejecimiento prematuro que experimenta este colectivo, especialmente aquellos apoyos que favorecen la **vida independiente** y la permanencia en el domicilio (viviendas con apoyo, centros de día, servicios comunitarios, etc.).
- Potenciar **recursos comunitarios** de intensidad media, orientados a promover la autonomía personal y evitar enfoques excesivamente asistencialistas.
- Fomentar la **planificación anticipada** de medidas de apoyo voluntarias o judiciales para la toma de decisiones futuras.
- **Desarrollar alternativas** residenciales adaptadas a este perfil, ya sea mediante recursos específicos o a través de unidades especializadas en salud mental dentro de residencias generalistas.



El envejecimiento de las personas con problemas de salud mental en Euskadi

Fuente: **El envejecimiento de las personas con problemas de salud mental en la CAE. Estudio completo**. Llodio, Salud Mental Euskadi, 2025, 94 p.

Acceso al documento



BEHATUZ
OBSERVATORIO VASCO DE SERVICIOS SOCIALES

GZ GIZARTERATUZ
Análisis | Estudios