

Enfoque de Investigación: Un Resumen Semanal de Nuevas Investigaciones de la Comunidad de NIDILRR

¿Qué problemas de salud son más comunes para las personas envejeciendo con discapacidades físicas?

A medida que la población envejece, muchas personas están envejeciendo con discapacidades físicas que nacieron con o adquirieron cuando eran más jóvenes, como la distrofia muscular (DM), esclerosis múltiple (EM), o lesión de la médula espinal (LME). En la población general, las personas tienen un mayor riesgo de desarrollar problemas crónicos de salud como las enfermedades del corazón y el cáncer a medida que envejecen. Los adultos mayores con discapacidades físicas pueden tener un riesgo aún mayor de problemas de salud que sus colegas sin discapacidades por varias razones, incluyendo la movilidad limitada y barreras a la atención de salud. En un reciente estudio financiado por NIDILRR, los investigadores querían saber que tan comunes son cinco problemas de salud para los adultos con discapacidades físicas y el rango de edad cuando en que estos problemas de salud primero se desarrollaron. Los investigadores también querían saber quiénes podrían estar en el mayor riesgo para desarrollar estos problemas de salud.

Los investigadores del [Centro de Investigación de Rehabilitación y Capacitación sobre el Envejecimiento con una Discapacidad Física](#) enviaron dos encuestas a cerca de 1,600 adultos con discapacidades físicas en todo los Estados Unidos. Los participantes tenían DM, EM, síndrome post-polio, o LME. Los participantes tenían entre 23 y 97 años de edad.

Las dos encuestas se enviaron 3.5 años de diferencia. En cada encuesta, se les preguntó a los participantes si alguna vez habían sido diagnosticados con una o más de cinco problemas crónicos de salud: presión arterial alta, artritis, cáncer, diabetes, o enfermedad de arteria coronaria, un tipo de enfermedad cardíaca. Los participantes también respondieron a preguntas sobre su altura, peso, y tamaño de la cintura, así como su consumo de alcohol, el tabaquismo, y los hábitos de ejercicio.

Para cada problema de salud, los investigadores analizaron el porcentaje de participantes que dijeron que habían sido diagnosticados en cada encuesta. También examinaron cuantos participantes fueron diagnosticados con un nuevo problema de salud durante los 3.5 años entre las encuestas.

Los investigadores encontraron que:

- Los cinco problemas crónicos de salud eran bastante comunes: La mayoría de participantes (64%) tenían por lo menos un problema de salud en el momento de la primera encuesta, y 70% en la segunda encuesta. Los problemas de salud más comunes fueron la artritis (46% de la muestra total) y alta presión arterial (44%), seguido por el cáncer (20%) y diabetes (10%). Sólo 7% de los participantes tenían enfermedad coronaria.
- Nuevos problemas de salud se desarrollaron con el tiempo: En los 3.5 años entre las dos encuestas, 16% de los participantes desarrollaron un nuevo caso de artritis, 9% desarrollaron un nuevo caso de alta presión arterial, 7% desarrollaron un nuevo caso de cáncer, 3% desarrollaron un nuevo caso de diabetes, y 2% desarrollaron un nuevo caso de enfermedad coronaria.
- La madurez tardía era un momento con más riesgo para los nuevos problemas de salud: Los participantes en sus años mediados de la década 50 y principios de la década 60 eran más propensos a desarrollar una enfermedad de las arterias coronarias y cáncer que los participantes mayores o más jóvenes.
- Los problemas de salud tienden a agruparse: Entre los participantes que reportaron problemas de salud, 56% tenía al menos dos, y 19% tenía al menos tres.
- El peso fue un factor de riesgo para algunos problemas de salud: Los participantes con mayor índice de masa corporal (IMC) eran más propensos de desarrollar diabetes durante el estudio, y aquellos con cinturas más grandes tenían más probabilidades de desarrollar diabetes y cáncer.
- Hubo una conexión entre el uso de alcohol y diabetes: Con sorpresa, los participantes que reportaron un diagnóstico de diabetes eran menos propensos a consumir alcohol, aunque la diferencia en el uso de alcohol entre aquellos con y sin diabetes era pequeña.

Según los autores, en comparación con la población general de los EEUU, la artritis, la hipertensión arterial, diabetes, cáncer, y enfermedad de las arterias coronarias fueron un poco más frecuentes entre los participantes en este estudio que en los adultos sin discapacidades de la misma edad. Esto es consistente con investigaciones anteriores sobre los problemas crónicos de salud y envejecer con una discapacidad. Los adultos mayores con discapacidades pueden beneficiar de consejería sobre el estilo de vida y

las pruebas preventivas para detectar los signos tempranos de problemas de salud antes de empeorar. Esta atención preventiva puede ser especialmente importante para los adultos en sus años 50 y principios de los 60s y para aquellos que ya han sido diagnosticados con un problema crónico de salud. Puede ser especialmente útil para abordar los factores de salud y estilo de vida que las personas pueden controlar, como su peso y tamaño de la cintura. Los médicos e investigadores pueden trabajar juntos para adaptar los programas de bienestar basados en la evidencia para que satisfagan las necesidades únicas de los adultos mayores con discapacidades.

Para Obtener Más Información

El RRTC sobre el Envejecimiento con una Discapacidad Física tiene muchas hojas informativas y artículos para las personas con discapacidades y sus proveedores de atención de salud. Obtenga información sobre aumentar la actividad física, descansar mejor, y trabajar con sacar el máximo provecho de las visitas de atención a la salud. Todas las hojas informativas y resúmenes de investigación están disponibles en: <http://agerrtc.washington.edu/info> (en inglés).

El Programa Vivir Bien con una Discapacidad es un taller de diez semanas sobre la promoción de la salud facilitada por colegas para las personas con discapacidades. Los participantes en el programa aprenden las habilidades de la vida que ellos necesitan para establecer y alcanzar las metas de calidad de vida y la función importante que juega la salud en ayudarles a alcanzar sus sueños.

<http://livingandworkingwell.ruralinstitute.umt.edu/living-well-program/> (en inglés).

El Centro Nacional sobre la Salud, Actividad Física, y Discapacidad ofrece una gran cantidad de información sobre la actividad física, nutrición, y salud. Desde el inicio de un programa de salud y bienestar (14 Semanas para que Sea Más Saludable) hasta la información sobre los deportes modificados, ¡NCHPAD tiene algo para usted!

<http://www.nchpad.org> (en inglés).

Para Obtener Más Información sobre este Estudio

Smith, A.E., Molton, I.R., y Jensen, M.P. (2016). [La incidencia auto-informada y la edad de aparición de condiciones médicas crónicas comorbidas en adultos envejeciendo con una discapacidad física a largo plazo](#). Revista de discapacidad y salud, 9, 533-538.

Este artículo está disponible de la colección de NARIC bajo el número de acceso J73897.

Enfoque en la Investigación es una publicación del Centro Nacional de Información sobre la Rehabilitación (NARIC por sus siglas en inglés), una biblioteca y centro de información centrado en la investigación de discapacidad y rehabilitación, con un enfoque especial en la investigación financiada por NIDILRR. NARIC proporciona información, referencia, y entrega de documentos sobre una amplia gama de temas de discapacidad y rehabilitación. Para obtener más información sobre este estudio y el trabajo de la gran comunidad de concesionarios de NIDILRR, visite NARIC en <http://www.naric.com/?q=es/paginaprincipal> o llame al 800/346-2742 para hablar con un especialista en información.

NARIC opera bajo un contrato del Instituto Nacional de la Investigación sobre la Discapacidad, Vida Independiente, y Rehabilitación (NIDILRR por sus siglas en inglés), Administración para la Vida Independiente, Departamento de Salud y Servicios Humanos, contrato #GS-06F-0726z.

Keywords: enfermedades comunes, discapacidad física, envejecimiento, envejecer con discapacidad, enfoque de investigación