



FAES  
Fundación Arturo y Enrica Sesana



Fundación  
Saldarriaga  
Concha

## Las personas mayores necesitan especial atención durante la emergencia por Covid-19

*Colombia debe proteger a sus mayores, ellos tienen mucho que aportarnos como sociedad en épocas de crisis*

*Plan Mayor, una alianza entre las fundaciones Arturo y Enrica Sesana, Nelly Ramírez y Saldarriaga Concha hacen un llamado al gobierno nacional y los gobiernos locales para que se preste especial atención y tome medidas para proteger y atender a los 6,2 millones de colombianos mayores de 60 años, pues son el grupo más vulnerable durante esta emergencia.*

Las personas mayores de 60 años, particularmente aquellas con otras enfermedades como diabetes, enfermedad cardiovascular o enfermedad pulmonar, son particularmente vulnerables frente al coronavirus y están en mayor riesgo de tener síntomas severos o de morir que el resto de la población.

De los 65 casos reportados en Colombia al 17 de marzo de 2020<sup>1</sup>, 10 casos, es decir el 15,3% corresponden a personas mayores de 60 años.

Etiquetas de fila	Adulto	Joven	Persona Mayor	No hay información	Total general
Bogotá	8	9	7	9	33
Neiva			2	5	7
Cartagena	1	2	1		4
Barranquilla	2				2
Bucaramanga		1			1
Buga		1			1
Cali	2			1	3
Cúcuta	1				1
Dosquebradas		1			1
Facatativá		1			1
Manizales	1				1
Medellín	2	5			7
Palmira	1				1
Rionegro	1				1
Villavicencio	1				1
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	<b>65</b>

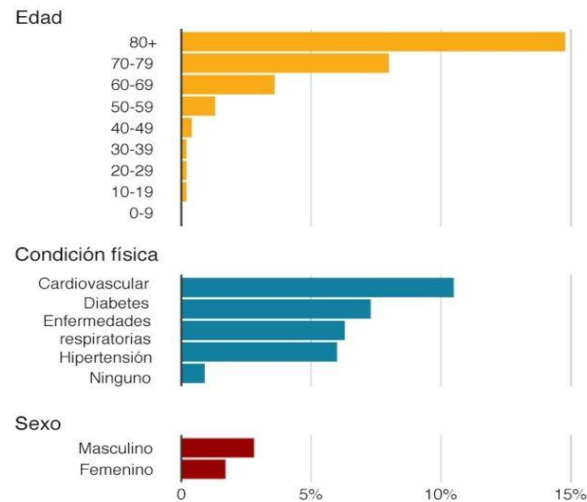
Aunque no hay evidencia de que las personas mayores tengan significativamente más probabilidades de adquirir el coronavirus que las personas más jóvenes, sí es más

<sup>1</sup> Según el Ministerio de Salud y Protección Social

probable que presenten síntomas graves o que mueran debido al coronavirus, incluso si su salud general es buena. Los expertos atribuyen parte del riesgo a un debilitamiento del sistema inmune con la edad.

### La tasa de mortalidad depende de la edad, salud y sexo

Proporción de fatalidad



Fuente: Centro Chino para el Control y Prevención de Enfermedades



Gráfica tomada del artículo Coronavirus: qué hay detrás del alto número de muertes en Italia a causa del covid-19<sup>2</sup>

*Plan Mayor, una alianza entre las fundaciones Arturo y Enrica Sesana, Nelly Ramírez y Saldarriaga Concha hacen un llamado a las personas mayores, a sus cuidadores, al gobierno nacional y a los gobiernos locales para que se preste especial atención y tome medidas para proteger y atender a los 6,2 millones de colombianos mayores de 60 años.*

Las medidas para proteger a las personas mayores del Covid-10 son las siguientes:

#### Lo que deben tener en cuenta las personas mayores y sus cuidadores

- **Haga distancia social:** quédese en su casa, revise que tenga suficiente comida y medicamentos que requiera de acuerdo con sus condiciones de salud y medios para comunicarse con sus familiares y personas cercanas.
- **Acate las recomendaciones de las autoridades sanitarias:** lávese las manos con frecuencia con jabón y agua tibia durante 20 segundos; limpie y desinfecte

<sup>2</sup>Tomado de <https://www.bbc.com/mundo/noticias-51817327>. Marzo 17 de 2020



FAES  
Fundación Arturo y Emma Sola



Fundación  
Saldarriaga  
Concha

objetos que se tocan con frecuencia; y evite el transporte público y las multitudes.

- **Posponga las citas médicas no esenciales:** cancele las *citas médicas no esenciales*, incluidas las visitas de bienestar. Las sesiones de telemedicina, si están disponibles, a menudo son un sustituto razonable.
- **Mantenga buenos hábitos:** coma bien, duerma lo suficiente, haga ejercicio para mantener activo el sistema inmunológico, disminuir la inflamación y mantener la salud mental.
- **Cuide su salud mental y la de sus cuidadores:** tome espacios para orar, meditar, conversar con otros, no le dedique todo el tiempo a oír noticias ni a el Coronavirus, esto incrementa el riesgo de trastornos de ansiedad.
- **Esté al tanto de su estado de salud, sobre todo de los signos de alarma:** fiebre de difícil control por más de dos días, dificultad o dolor al respirar, decaimiento, tos seca y constante, deterioro rápido del estado de salud y en caso de presentarlos comuníquese a los teléfonos dispuestos por la Secretaría de Salud de su ciudad o municipio.

### Lo que deben tener en cuenta las familias y vecinos de las personas mayores

- **Evite el aislamiento total de las personas mayores:** las personas mayores deben sentirse acompañadas y queridas, llámelos constantemente, haga reuniones virtuales y supla las necesidades de alimentos, medicamentos y comunicación de las personas mayores.

### Lo que deben hacer los gobiernos locales y encargados de la asistencia de personas mayores:

1. **Identificar las personas mayores en mayor riesgo:** mayores de 80 años, personas con comorbilidades (enfermedades respiratorias, cardiovasculares, diabetes, hipertensión, pacientes con cáncer), personas mayores que vivan solas.
2. **Priorizar a las personas mayores de mayor riesgo para los programas de atención domiciliaria,** tanto en salud como en asistencia (suministro de medicamentos, alimentos y elementos de aseo y cuidado).
3. **Uso de estrategias como telemedicina.**
4. **Garantizar la disponibilidad de medicamentos y el acceso y entrega prioritarias a las personas mayores.**
5. **Entrega de órdenes de medicamentos para un período superior de tiempo.**
6. **Educación a los cuidadores sobre hábitos de higiene, autocuidado y cuidado** a las personas mayores y a los cuidadores.



FAES  
Fundación Arturo & Emma Seane



Fundación  
Saldarriaga  
Concha

7. **Generar estrategias y tips de actividad física** dirigida a las personas mayores que puedan transmitirse por canales como televisión regional, redes sociales.
8. **Generar estrategias por medios masivos como radio local, mensajes de texto sobre recomendaciones, signos de alarma y teléfonos de contacto para información y alertas.**
9. **Generar e implementar estrategias dirigidas a apoyar situaciones de crisis en términos de salud mental** como ansiedad tanto de personas mayores como de sus cuidadores

Pregunte y hable con expertos en el conversatorio en línea que se realizará con HelpAge el próximo jueves 19 de marzo a las 12 del día. Inscribese aquí:

<https://forms.gle/Aid7KrTbEXwRHV7J6>

Fundación Saldarriaga Concha

HelpAge International

Conversatorio en línea

## PERSONAS MAYORES FRENTE AL CORONAVIRUS

¿Cómo cuidar desde lejos?

Jueves, 19 de marzo - 12:00m. (hora colombiana)  
Inscripción previa en el enlace

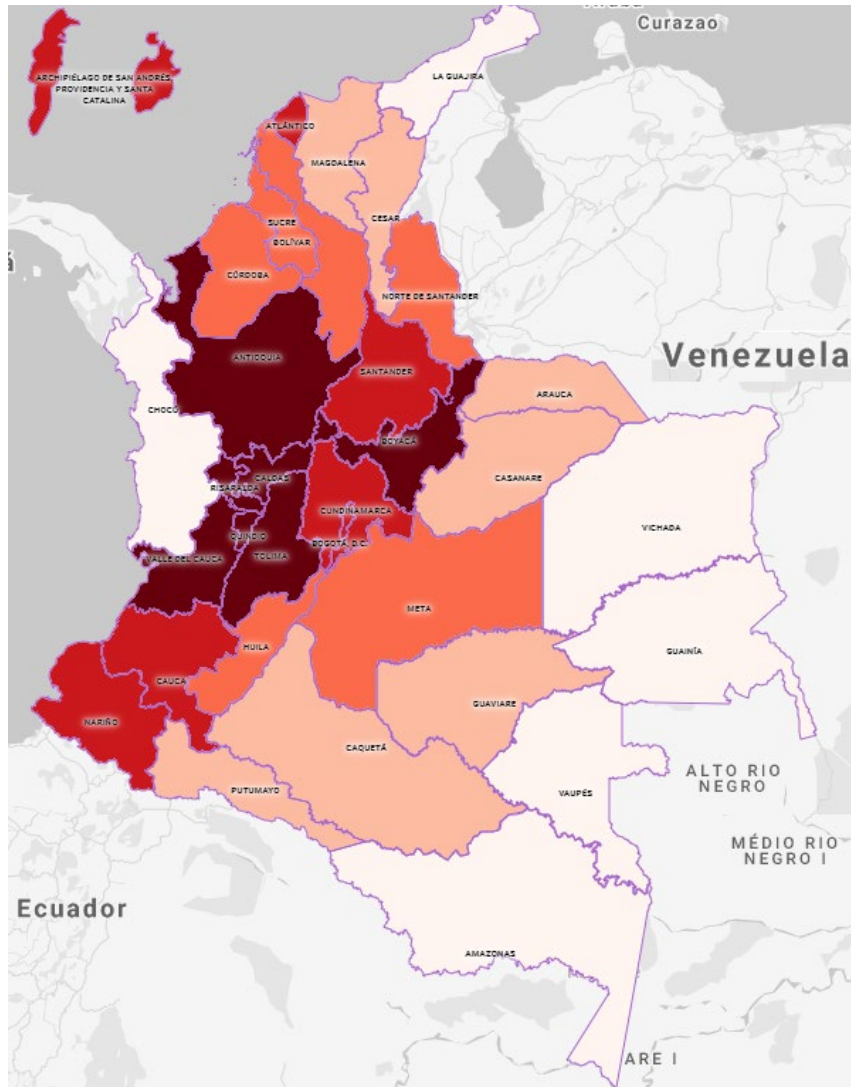
Robinson Cuadros  
Médico Geriatra  
Representante COMLAT

María Samudio  
Geriatría - Cuidados Paliativos

Lina González  
Médica Psiquiatra  
MSc Epidemiología Clínica

## Cifras de personas mayores en Colombia

Dónde están ubicadas las personas mayores de 65 años en Colombia



Fuente: DANE, Dirección de Censos y Demografía

Los departamentos con mayor concentración de personas mayores en el país son:

Departamento	% total	% hombres	% Mujeres
QUINDÍO	12,81	5,83	6,98
CALDAS	12,43	5,58	6,85
TOLIMA	11,73	5,57	6,17



FAES  
Fundación Arturo & Emma Scaione



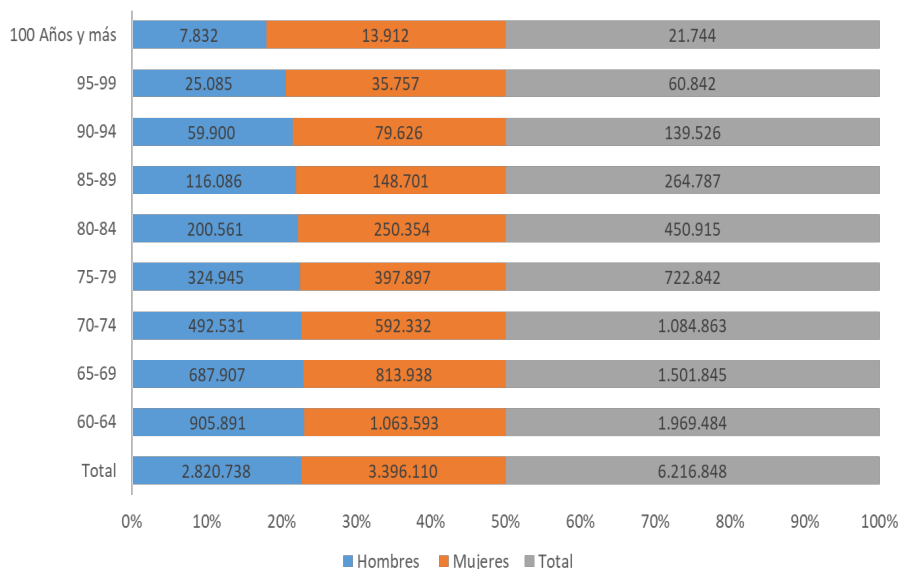
Fundación  
Saldarriaga  
Concha

RISARALDA	11,69	5,15	6,54
BOYACÁ	11,36	5,14	6,22
VALLE DEL CAUCA	11,24	4,79	6,45
SANTANDER	9,81	4,33	5,48
ANTIOQUIA	9,76	4,19	5,56
NARIÑO	9,75	4,42	5,33
CUNDINAMARCA	9,24	4,26	4,98
CAUCA	8,9	4,14	4,76
BOGOTÁ, D.C.	8,86	3,63	5,23
SUCRE	8,73	4,26	4,47
HUILA	8,52	4,07	4,45
ATLÁNTICO	8,43	3,63	4,8
CÓRDOBA	8,39	4,09	4,31
NORTE DE SANTANDER	8,2	3,67	4,54
BOLÍVAR	8,06	3,72	4,34
SAN ANDRÉS Y PROVIDENCIA	7,52	3,22	4,3
MAGDALENA	7,39	3,53	3,86
META	7,26	3,6	3,66
CESAR	6,45	3,1	3,34
CAQUETÁ	6,43	3,28	3,15
PUTUMAYO	6,25	3,16	3,09
ARAUCA	5,85	3,03	2,82
CHOCÓ	5,68	2,61	3,07
CASANARE	5,5	2,76	2,74
GUAVIARE	5,24	3,05	2,19
LA GUAJIRA	4,98	2,22	2,76
AMAZONAS	4,28	2,16	2,12
VAUPÉS	3,8	1,94	1,86
GUAINÍA	3,53	1,87	1,65
VICHADA	3,49	1,99	1,5

Fuente: DANE, Dirección de Censos y Demografía 2018

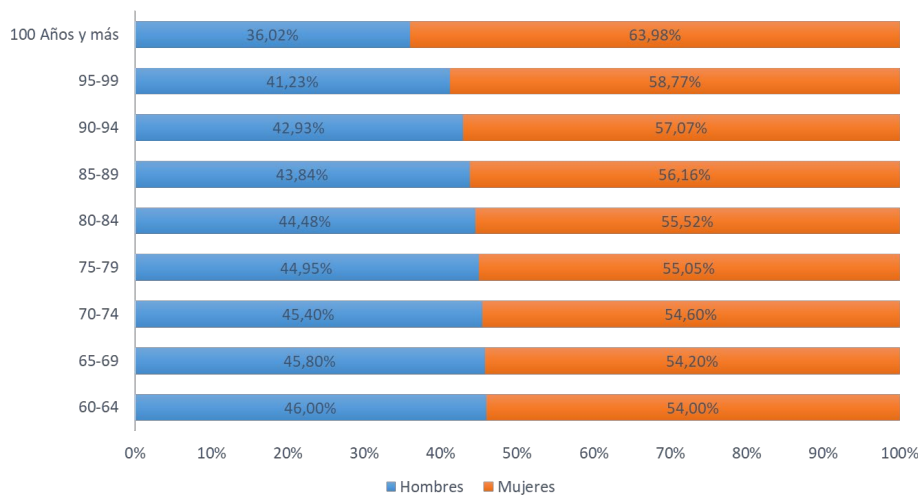
### Número de Personas Mayores en Colombia por Sexo, 2018

En Colombia hay 2.8 millones de hombres y 3.4 millones de mujeres mayores de 60 años.



Fuente: DANE, Dirección de Censos y Demografía 2018

### Distribución de las Personas Mayores en Colombia por Sexo, 2018



Fuente: DANE, Dirección de Censos y Demografía 2018

En Colombia el 54.6% de las personas mayores de 60 años son mujeres. En el grupo de más de 100 años la participación de las mujeres asciende al 63.9%



**FAES**  
Fundación Arturo & Emma Scaione



Fundación  
**Saldarriaga**  
Concha

## Por ciudades principales

Bogotá, D.C.	Ambos sexos	Hombres	Mujeres
60-64	319.323	138.942	180.381
65-69	233.505	99.805	133.700
70-74	163.030	68.384	94.646
75-79	104.917	43.154	61.763
80-84	62.590	25.130	37.460
85-89	34.866	13.540	21.326
90-94	17.466	6.500	10.966
95-99	7.316	2.585	4.731
100 AÑOS Y MÁS	3.554	1.335	2.219
Total Personas Mayores	946.567	399.375	547.192

Fuente: DANE, Dirección de Censos y Demografía 2018

Antioquia	Ambos sexos	Hombres	Mujeres
60-64	286.304	127.603	158.701
65-69	215.622	95.068	120.554
70-74	153.433	66.897	86.536
75-79	98.158	42.443	55.715
80-84	57.847	24.766	33.081
85-89	31.799	13.416	18.383
90-94	15.845	6.534	9.311
95-99	7.234	2.870	4.364
100 AÑOS Y MÁS	3.258	1.193	2.065
Total Personas Mayores	869.500	380.790	488.710

Fuente: DANE, Dirección de Censos y Demografía 2018

Cundinamarca	Ambos sexos	Hombres	Mujeres
60-64	121.209	57.972	63.237
65-69	92.481	44.222	48.259
70-74	66.845	31.512	35.333
75-79	44.710	20.730	23.980
80-84	28.068	12.796	15.272
85-89	16.538	7.379	9.159
90-94	8.689	3.767	4.922
95-99	3.726	1.551	2.175
100 AÑOS Y MÁS	987	305	682
Total Personas Mayores	383.253	180.234	203.019

Fuente: DANE, Dirección de Censos y Demografía 2018

Medellín	Ambos sexos	Hombres	Mujeres
60-64	114.988	47.971	67.017
65-69	87.669	35.948	51.721
70-74	62.916	25.332	37.584
75-79	40.219	15.829	24.390
80-84	23.673	9.036	14.637
85-89	13.112	4.838	8.274
90-94	6.610	2.339	4.271
95-99	2.953	963	1.990
100 AÑOS Y MÁS	1.544	446	1.098
Total Personas Mayores	353.684	142.702	210.982

Fuente: DANE, Dirección de Censos y Demografía 2018





**FAES**  
Fundación Arturo & Emma Scaire



Fundación  
**Saldarriaga  
Concha**

Valle del Cauca	Ambos sexos	Hombres	Mujeres
60-64	204.962	89.882	115.080
65-69	158.123	69.025	89.098
70-74	117.187	50.820	66.367
75-79	79.016	33.950	45.066
80-84	49.773	21.171	28.602
85-89	29.542	12.390	17.152
90-94	15.686	6.451	9.235
95-99	6.661	2.621	4.040
100 AÑOS Y MÁS	2.300	818	1.482
Total Personas Mayores	663.250	287.128	376.122

Fuente: DANE, Dirección de Censos y Demografía 2018

Cali	Ambos sexos	Hombres	Mujeres
60-64	104.788	44.337	60.451
65-69	80.329	33.477	46.852
70-74	59.704	24.500	35.204
75-79	40.407	16.253	24.154
80-84	25.729	10.150	15.579
85-89	15.561	6.004	9.557
90-94	8.382	3.155	5.227
95-99	3.462	1.235	2.227
100 AÑOS Y MÁS	1.255	409	846
Total Personas Mayores	339.617	139.520	200.097

Fuente: DANE, Dirección de Censos y Demografía 2018

Bolívar	Ambos sexos	Hombres	Mujeres
60-64	74.530	35.713	38.817
65-69	56.956	27.082	29.874
70-74	39.864	18.756	21.108
75-79	27.131	12.688	14.443
80-84	17.642	8.226	9.416
85-89	10.902	5.044	5.858
90-94	6.050	2.754	3.296
95-99	2.948	1.276	1.672
100 AÑOS Y MÁS	1.654	583	1.071
Total Personas Mayores	237.677	112.122	125.555

Fuente: DANE, Dirección de Censos y Demografía 2018

Cartagena	Ambos sexos	Hombres	Mujeres
60-64	37.043	16.392	20.651
65-69	27.352	11.914	15.438
70-74	18.497	7.914	10.583
75-79	11.663	4.821	6.842
80-84	7.146	2.832	4.314
85-89	4.345	1.673	2.672
90-94	2.435	914	1.521
95-99	1.305	484	821
100 AÑOS Y MÁS	1.102	362	740
Total Personas Mayores	110.888	47.306	63.582

Fuente: DANE, Dirección de Censos y Demografía 2018



**FAES**  
Fundación Arturo y Emma Scaione



Fundación  
**Saldarriaga  
Concha**

<b>Cartagena</b>	<b>Ambos sexos</b>	<b>Hombres</b>	<b>Mujeres</b>
60-64	37.043	16.392	20.651
65-69	27.352	11.914	15.438
70-74	18.497	7.914	10.583
75-79	11.663	4.821	6.842
80-84	7.146	2.832	4.314
85-89	4.345	1.673	2.672
90-94	2.435	914	1.521
95-99	1.305	484	821
100 AÑOS Y MÁS	1.102	362	740
Total Personas Mayores	110.888	47.306	63.582

Fuente: DANE, Dirección de Censos y Demografía 2018

<b>Barranquilla</b>	<b>Ambos sexos</b>	<b>Hombres</b>	<b>Mujeres</b>
60-64	51.715	22.862	28.853
65-69	39.404	17.127	22.277
70-74	27.566	11.762	15.804
75-79	18.131	7.532	10.599
80-84	11.263	4.520	6.743
85-89	6.629	2.549	4.080
90-94	3.520	1.279	2.241
95-99	1.689	567	1.122
100 AÑOS Y MÁS	980	295	685
Total Personas Mayores	160.897	68.493	92.404

Fuente: DANE, Dirección de Censos y Demografía 2018