UNED
GININENVE
Gestión de la información en envejecimiento y vejez

Enero - Abril 2026 /Vol.3-1 / Ω6



# Ω PORTAL EDUCATIVO

ISSN: 2953-772X



Ω

**Equipo editorial:**

Elsa Correa M.

Nuria Salazar B.

Priscila Barrientos P.

Melvin Cascante M.

Héctor Díaz V.

José Acosta V.

Diseño gráfico por Taller Creativo.
Imágenes tomadas de Magnific.

# Preámbulo

La presente publicación periódica, Omega Portal educativo, constituye un espacio dinámico de divulgación y difusión de información relacionada con el envejecimiento y la vejez, que pone al alcance de estudiantes, profesores y público en general, información producida a nivel nacional e internacional en el tema.

Surge como herramienta complementaria de gestión de la información y la investigación, en envejecimiento y vejez. Su propósito es fungir como instrumento de apoyo, en el fortalecimiento de la producción académica y científica, así como en la promoción y desarrollo de iniciativas que contribuyan al abordaje eficiente del proceso de envejecer y de la etapa de vejez.

Tiene como objetivo la exposición de ideas, teorías, enfoques, experiencias y posturas, relacionadas con el tema del envejecimiento y la vejez, y la promoción del debate armonioso para la generación de conocimiento y opinión en la materia.

Está conformada por secciones de carácter informativo, académico y científico, así como de reflexión, y divulgación de actividades relacionadas con la temática. Recibe aportes modalidad artículos, ensayos e infografías que contribuyan a la generación de conocimiento y a la promoción de buenas prácticas para una sociedad que envejece.

Realiza 3 entregas al año, de forma electrónica, gratuita y de acceso abierto, en los meses de enero, mayo y setiembre, con la posibilidad de entregas especiales promovidas por situaciones que así, lo ameriten.

Priscila Barrientos
Editora



*En esta entrega:*

## Apuntes de Economía en la Vejez

1. Temas centrales
    a. *Seguridad económica y pobreza*
    b. *Seguridad económica y pensiones insuficientes*
    c. *Bienestar, calidad de vida y economía*
    d. *Protección Social y bienestar*
    e. *Planeación financiera para la vejez*
    f. *Un eje de la Política de Envejecimiento y Vejez 2023 – 2033*
    g. *Construir la seguridad económica para la vejez*
2. Notigero: noticias gerontológicas
3. Cartelera Gerontológica: iniciativas internas y externas
4. Recursos de interés

## APUNTES DE ECONOMÍA EN LA VEJEZ

Se destaca de esta entrega, la motivación a la realización de estudios e investigaciones que vinculen los temas de salud y cuidados, composición del hogar, situación socioeconómica, sistemas de pensiones, curso de vida, patrimonio y calidad de vida en la vejez con la seguridad económica en esta etapa del ciclo vital humano.

El envejecimiento poblacional resultado del incremento de personas mayores y la disminución de las tasas de natalidad, claramente, conduce a una modificación de las estructuras de las sociedades, a la vez que genera el surgimiento de nuevas necesidades que impulsan la innovación y creatividad para el bienestar social, económico y político.

Algunas necesidades del creciente grupo de personas mayores, contemplan la capacitación y educación para la salud y el autocuidado, educación financiera, para el uso óptimo de los recursos que poseen, capacitación el uso de las tecnologías de información, el uso de plataformas digitales, educativas y de entretenimiento y otras aplicadas a la salud, cuidado y recreación, (Casado, 2020), mientras que otras se orientan más al apoyo en el uso de transporte y traslado, la realización de compras y el acompañamiento social.
Por ello, es importante revisar la perspectiva de la vejez como etapa de asistencia económica, social y de salud, así como, del rol de la persona mayor en la sociedad, considerando sus potencialidades, capacidades, necesidades, experiencias y conocimientos.

Desde una perspectiva económica, la oferta de productos, bienes y servicios, emprendimientos diversos y nuevos modelos de negocios y actividades comerciales, orientados a la población mayor e inclusive desarrollados por ésta, se constituyen en un área innovadora de aporte a la calidad de vida y el bienestar en la vejez.

Por otro lado, afectaciones en la salud, carencia de protección social y económica, ingresos inestables, gasto elevado en atención de la salud, escaso apoyo económico de parte de las familias, pensiones mínimas que no cubren las necesidades básicas, imposibilidad para la toma de decisiones, discapacidad y dependencia, inadecuado manejo de los recursos económicos, curso de vida complicado y la no educación y preparación para la vejez, colocan a la persona envejecida, en alto riesgo de inseguridad socioeconómica, obstaculizando de manera decisiva, el logro de una vejez digna.

### Seguridad económica y pobreza en la vejez

Ya en 2007, Huenchan y Guzmán (2007), destacaban que la reducción de la pobreza no garantizaba la seguridad económica en la vejez, por lo que los esfuerzos debían orientarse al aseguramiento de ingresos suficientes y sostenibles.
En su estudio: Seguridad económica y pobreza en la vejez de 2007, los expertos describen la seguridad económica como el “opuesto” a la pobreza. Señalan, como mecanismos que generan seguridad económica para las personas mayores; los

apoyos familiares, la participación económica y la seguridad social y afirmaban que, para el logro de la seguridad económica en la edad avanzada, los países implementan distintos mecanismos de conformidad con la situación demográfica, el mercado de trabajo y el desarrollo institucional y económico de éstos. El estudio analiza implicaciones individuales generacionales y sistemas de protección social, pensiones, empleo, transferencias familiares, etc. y reconocen la ayuda familiar, el ahorro, la acumulación de activos e ingresos por trabajo y las pensiones, como fuentes sobresalientes para el bienestar económico.

Los autores repasan aspectos esenciales de la seguridad económica de la vejez como lo son: las transferencias familiares y sus particularidades, las implicaciones del ciclo económico del hogar en la economía de la vejez y la acumulación patrimonial en el transcurso de vida, la seguridad económica como resultado de etapas previas, la incidencia de la pobreza, la vulnerabilidad en la vejez, y fuentes de seguridad económica como la relación del estado, el mercado y la familia (seguridad social, jubilaciones y pensiones).

Concluyen que, el análisis de la seguridad económica en la vejez es complejo por cuanto es realizado con base en otros grupos de edad sin diferencias. Confirman que la cobertura de la seguridad social, la empleabilidad de personas mayores y los servicios sociales de apoyo a la autonomía, integran elementos estratégicos para reducir el riesgo de pobreza y garantizar calidad de vida en la vejez, por lo cual se constituyen como instrumentos básicos para la generación de políticas.

## Seguridad económica y pensiones insuficientes

Ivonet y Estrada (2016), y Estrada e Ivonet (2017), desarrollan en Cuba, estudios relacionados con la seguridad económica de las pensiones mínimas, en los que consideran las implicaciones de la seguridad social, ingresos laborales, rentas, ahorros, salud, entorno y servicios sociales en la economía de la vejez.
Mediante un enfoque práctico y metodológico analizan la suficiencia de las pensiones más allá de su monto nominal y coinciden con otros autores, en que una pensión adecuada debe asegurar el mantenimiento de la autonomía, vivienda digna y segura, las capacidades de consumo y el acceso a servicios a servicios sociales y de salud, tomando en cuenta la salud en la vejez.

Según los expertos, desde una perspectiva política, la seguridad económica en la vejez, se analiza desde un enfoque de derecho social y económico como propósito de la protección social, en el que se revisa aspectos esenciales para el bienestar humano como lo son; el ingreso básico y suficiente y la re-valoración de las pensiones.

En su análisis teórico, los autores estudian la economía respecto de las pensiones mínimas como un problema de redistribución del ingreso y de protección social integral.
Señalan que, aunque las pensiones puedan ser recibidas de manera regular, éstas pueden ser insuficientes frente al costo de vida y la atención en salud, con lo que subrayan la diferencia entre regularidad y suficiencia, en temática de pensiones y bienestar en la edad avanzada. Afirman que el hecho de que

disponer de una pensión no se traduce en seguridad económica, sino que existen otros factores como el monto de pensión, la situación de salud, el entorno, la atención multidimensional de necesidades objetivas y subjetivas, de las personas mayores desde un enfoque de desarrollo humano y de derechos. Concluyen que se requiere diversificar las fuentes de ingresos para el logro de la sostenibilidad, seguridad y suficiencia de los recursos en la vejez.

En correspondencia con lo expuesto, la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico; (OCDE, 2025), en su informe plantea que el problema de la seguridad económica en la vejez, consiste en el establecimiento de cómo es que la trayectoria laboral, los riesgos económicos y las propuestas institucionales inciden en ella.

Propone un comparativo de los ingresos, la pobreza, la desigualdad y las reglas de pensión de países adscritos a ella, en el que incorpora cuestiones de género. El proceso combina definición de indicadores, recopilación de registros y estadísticas oficiales, armonización de categorías y comparación o interpretación de patrones.

Reporta que Costa Rica figura entre los países con pobreza relativa elevada en la vejez y coincide con Aranco, Bosch, Stampini, et al. (2022), en que una pensión puede existir sin ser suficiente.
Afirma que una mejora de cobertura puede no traducirse en reducción de pobreza, por lo que es necesario observar simultáneamente aspectos de cobertura, suficiencia, desigualdad y situación de salud, y gastos de atención y cuidados, coincidiendo también con Aranco, Bosch, Stampini, et al. (2022), en su trabajo Envejecer en América Latina y el Caribe: protección social y calidad de vida de las personas mayores.

Como recomendaciones, el estudio plantea la necesidad de fortalecer pensiones mínimas y apoyos, reducir las desigualdades acumuladas por cuidados y trayectorias laborales, revisar la capacidad y alcance de las prestaciones en la edad avanzada. Asimismo, la realización de medición de suficiencia real frente a necesidades, el establecimiento de metas temporales e indicadores de seguimiento, y evaluar consecuencias distributivas y fiscales, para reducir el riesgo de inseguridad económica en la etapa de vejez.

Por su parte, el Instituto Nacional De Las Personas Adultas Mayores De México, (Inapam, 2023), en su trabajo Seguridad Económica en el Envejecimiento y la Vejez establece relaciones entre los efectos de las políticas públicas, la trayectoria laboral, la planificación familiar y la gestión personal de los recursos para la seguridad económica en la edad avanzada.

Asume, la concepción de la seguridad económica en la vejez como la posibilidad de disponer de recursos regulares para satisfacer necesidades básicas y el mantenimiento de un envejecimiento digno, independiente y autónomo, así como la posibilidad de acceder a empleos dignos, oportunidades de ahorro y disponer de bienes indispensables para la calidad de vida, con lo que coincide con los autores estudiados.
Álvarez, Vega, Bañuelos et al. (2022), realizan un estudio en el que pretendían describir las temáticas más importantes que

se relacionan con la economía de la vejez. El estudio conllevó la utilización de diferentes metodologías para la recopilación y análisis de trabajos e investigaciones relacionados, además, con el emprendimiento.
Repasan la contribución socioeconómica, cultural y política de las personas mayores a la sociedad, y destacan la necesidad imperiosa de innovación en diferentes áreas destacando la salud, la atención y cuidado, el trabajo intergeneracional, la creación de opciones de empleo, el desarrollo de emprendimientos diversos, para el desarrollo humano estable y sostenible, y el bienestar social y económico aún en la edad avanzada.

Los autores concluyen que la economía en la vejez requiere un abordaje integral con participación de todos los involucrados: personas mayores, empresas, organizaciones y gobiernos.
Determinan que urge el diseño de políticas orientadas al progreso y el bienestar multidimensional en la vejez, así como el fortalecimiento y desarrollo de capacidades y habilidades para gestionar, organizar y ejecutar proyectos en la vejez, como una oportunidad y vía posible, de innovación para la mejora sostenida de la economía en este creciente grupo de edad.

## Bienestar, calidad de vida y economía

De acuerdo con Aranco, Bosch, Stampini, et al. (2022), en su trabajo: Envejecer en América Latina y el Caribe: protección social y calidad de vida de las personas mayores, la seguridad económica en la vejez, es fundamental para el bienestar y la calidad de vida. Se relaciona con la permanencia en el mercado de trabajo, el acceso a ingresos por pensión u otras fuentes de ingresos, y la existencia de políticas y normativas oportunas, que conducen a los ajustes necesarios en los sistemas de pensiones para la disminución de personas mayores sin ingresos, como ha sido la ampliación de oportunidades de pensión no contributiva.

Los autores definen la calidad de vida partiendo de 2 dimensiones; la esperanza de vida saludable y la seguridad de ingresos, las cuales se relacionan de manera estrecha con la atención de la salud y la dependencia y con los sistemas de pensiones.
Destacan la estrecha correlación entre la educación y la pobreza en la vejez, revelando altos porcentajes de pobreza en la población mayor con bajo nivel educativo.

Afirman que el envejecimiento de la población está cambiando el alcance de la seguridad económica en la vejez, puesto que en América Latina y el Caribe, la población mayor de 65 años se duplica en la mitad del tiempo que conllevó a Europa. Lo que representa, un desafío frente a la necesidad de ingresos estables para atender una vejez prolongada con alto riesgo de gastos elevados por atención de salud, dependencia, cuidados y discapacidad, que coloca a las personas mayores en una situación económica vulnerable. Situación que llama a la reflexión minuciosa, respecto de los alcances e implicaciones de un sistema óptimo de salud y cuidados que pueda disminuir el riesgo de vulnerabilidad económica en la vejez, así como, el manejo adecuado de la prevención de padecimientos y enfermedades crónicas y la dependencia.

Los expertos refuerzan la idea de que la seguridad económica se cimenta años antes, de llegar a esta etapa y que las personas

trabajadoras con menor nivel educativo, laboran menos tiempo en empleos formales y realizan menor aporte a los sistemas de pensiones.

Exponen que, en América Latina, las personas mayores que participan en la fuerza laboral, presentan predominio masculino, bajo nivel educativo y el trabajo es de carácter informal, manifestando con ello, el nivel de calidad, el alcance y las características del trabajo en la vejez.

Hacen notar el efecto del trabajo informal en la seguridad económica en la vejez, al reducir éste, la posibilidad contributiva, mientras que las oportunidades y diferencias acumuladas durante la trayectoria laboral formal e informal, se verán reflejadas también, en desigualdades económicas en la vejez.

Destacan el hecho de que, en un intento de resolver la ausencia total de ingresos y pobreza en la vejez, un porcentaje importante de personas mayores poseen pensiones no contributivas. Cobertura que resulta insuficiente. Por lo cual, los autores enfatizan en que se requiere de otras modalidades de ingresos para garantizar calidad de vida adecuada, puesto que, como se ha indicado, cobertura no es lo mismo que suficiencia, y cubrir más personas no significa que el monto sea suficiente para la atención de necesidades en la vejez.

## Protección Social y economía

International Labour Organization, (ILO, 2024), en su informe mundial sobre protección social 2024-2026, reporta que las pensiones constituyen la forma más frecuente de protección social, siendo que casi el 80% de las personas mayores reciben pensión.
Asimismo, informa que más de 165 millones de personas mayores alrededor del mundo, no reciben pensión, que hay persistencia de brechas para las mujeres y los trabajadores informales y que solo el 35 % de la población en edad de trabajar, cotiza en regímenes de pensiones.

Por lo anterior, la protección social adecuada en la vejez consiste un desafío importante para el bienestar, especialmente para personas con empleos no formales y del género femenino, con las consecuentes afectaciones de la seguridad económica en la edad avanzada. Lo cual, sin duda es empeorado por el incremento acelerado en la población mayor, la reducción de la natalidad, las pensiones insuficientes, el cambio climático, la afectación del medio ambiente, y la producción de alimentos, entre otras cosas, generando, una considerable inseguridad económica y riesgo para la salud.

El informe expone también, como la seguridad de los ingresos en la etapa de vejez se relaciona con los sistemas de protección social y de pensiones, así como las implicaciones de cobertura y suficiencia, y la atención al cambio y riesgo climático.

Por otro lado, sugiere que los fondos de pensiones podrían ayudar a combatir la crisis climática por medio de la realización de inversiones estratégicas en activos sostenibles y de bajas emisiones de carbono.

Afirma que recibir pensión no garantiza el acceso efectivo a alimentación saludable, servicios, atención y cuidado de la salud.

Expone que los sistemas deben adaptarse para hacer frente a los riesgos derivados del cambio climático, a fin de garantizar la sostenibilidad a largo plazo y proteger la calidad de vida de los beneficiarios.

Recomienda la combinación de ingresos contributivos con no contributivos, y protegerse de "choques" climáticos y económicos y afectaciones de la suficiencia de la cobertura.

## Planeación financiera para la vejez

Al respecto de planeación financiera, Atlatenco Ibarra, De la Garza Carranza y Guzmán Soria (2021), realizan un estudio relacionado con la planificación financiera para la jubilación de jóvenes universitarios mexicanos, para alcanzar la seguridad económica durante la vejez.

Lo autores plantean que las nuevas generaciones enfrentarán condiciones más complejas de retiro como consecuencia del envejecimiento poblacional, la dinámica de los sistemas de pensiones, la insuficiencia de las contribuciones y la creciente necesidad individual de financiamiento de la jubilación.

Al igual que los autores anteriores, destacan que la seguridad económica en la vejez no depende sólo de recibir una pensión, sino también de poder satisfacer las necesidades básicas, mantener una calidad de vida aceptable y conservar la autonomía para tomar decisiones.
Consideran que ingresos insuficientes pueden comprometer no solo, la satisfacción de necesidades básicas, sino también la autonomía personal.

En su estudio identifican 3 elementos que inciden en la planificación financiera para el retiro: la influencia de los padres en la obtención de hábitos financieros, el conocimiento financiero auto percibido, y la capacidad de visualizarse a futuro.

Los expertos consideran que el principal problema de la seguridad económica en la vejez es que, haber sido parte de la fuerza de trabajo, no garantiza disponer de suficientes ingresos en la etapa de jubilación. Asimismo, afirman que quienes han recibido salarios bajos, o han trabajado de manera intermitente, y pasado mucho tiempo sin cotizar, sufren mayores afectaciones en sistemas de pensiones basados en aportaciones acumuladas y rendimientos logrados.

Los resultados del estudio evidencian la necesidad de fortalecer la educación financiera tempranamente y desarrollar estrategias educativas que permitan a las nuevas generaciones, comprender los mecanismos de jubilación, las necesidades económicas futuras y las alternativas de ahorro de modo que puedan prepararse adecuadamente para su vejez. Esto, debido a que decisiones financieras tomadas en la juventud influyen en las condiciones económicas de etapas posteriores de la vida.

Los expertos concluyen que la seguridad económica en la vejez debe prepararse desde etapas tempranas de la vida, al igual que otros autores estudiados. Por ello, la educación financiera, la contribución familiar respecto de hábitos financieros, el ahorro y la perspectiva de largo plazo en edades tempranas, constituyen componentes

importantes de la preparación económica para la vejez. No obstante, el estudio advierte problemas estructurales relacionados con las contribuciones, el empleo, y los sistemas previsionales, por lo que la educación financiera por sí sola, no resuelve la inseguridad económica en la vejez.

## Un eje de la Política Nacional de Envejecimiento y Vejez 2023 - 2033

Según el Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor, (CONAPAM, 2023), la Política Nacional de Envejecimiento y Vejez 2023-2033 (PNEV 2023-2033), pretende el abordaje de la seguridad económica desde una perspectiva de derechos humanos.
Incorpora el enfoque de curso de vida, que toma en cuenta los efectos y oportunidades de la experiencia vivida en cada etapa de la vida. Incluye también el enfoque de género, que pone en evidencia las desigualdades y sus repercusiones en la economía de la vejez y en el acceso a las pensiones.
Contempla la interseccionalidad, la edad, la estructura social, y las condiciones sociales y económicas en general.
De esta manera, la PNEV 2023-2033, incorpora el eje de Seguridad económica en la vejez, en el que también reconoce que disponer de recursos económicos suficientes y sostenibles es una condición esencial para alcanzar una vejez con bienestar, digna e independiente.
Plantea que la seguridad económica no se limita al acceso a una pensión, sino que abarca oportunidades de empleo, emprendimiento, formación y protección social, considerando las desigualdades acumuladas durante el curso de vida.

El objetivo estratégico de este eje, consiste en el fortalecimiento de la seguridad económica por medio de la defensa del derecho al trabajo digno, el impulso de actividades productivas y la protección frente al riesgo y vulnerabilidad social. Con lo que pretende el mejoramiento de la situación económica en la vejez velando, por una mayor protección social, el seguimiento del poder adquisitivo de las pensiones, la reducción de barreras para acceder al empleo y el fortalecimiento de oportunidades productivas.

Este eje se organiza en 5 objetivos específicos que abordan distintas dimensiones de la seguridad económica:
1. Acceso al trabajo decente y sin discriminación por edad.
2. Educación, formación y capacitación para la empleabilidad.
3. Apoyo al emprendimiento y las actividades productivas.
4. Fortalecimiento del sistema de pensiones y análisis de la situación socioeconómica.
5. Ampliación de la protección social para personas en condición de vulnerabilidad.

Desde esta perspectiva, la Política busca garantizar que las personas adultas mayores cuenten con los ingresos suficientes para satisfacer sus necesidades básicas, mantener su autonomía y participar en la vida económica, sin discriminación alguna. No obstante, su implementación enfrenta retos importantes: el acceso al empleo formal, las desigualdades acumuladas en la vida laboral, cuestiones de género y la sostenibilidad financiera de los sistemas de protección social, y las pensiones.

Desde una perspectiva de investigación social, uno de los principales aportes de este eje de la Política, es que revisa y analiza de manera integral, la seguridad económica en la vejez. No la limita al sistema de pensiones, pues incorpora otras dimensiones de gran importancia para el bienestar económico en la edad avanzada, como lo son; la protección de personas en condición de vulnerabilidad, la educación financiera, la formación permanente, el emprendimiento y la empleabilidad.
Asimismo, destaca de este eje de la PNEV 2023-2033, el reconocimiento de la seguridad económica como un derecho relacionado con la igualdad de oportunidades, el trabajo digno, la protección social. Así como, *la puesta sobre la mesa*, de la necesidad e importancia de mecanismos para que la economía de la vejez sea sostenible, suficiente, segura y accesible, lo cual es sin duda, un enorme desafío.

## Construir la seguridad económica para la vejez

Como han constatado los expertos, la seguridad económica en la vejez, implica disponer de ingresos suficientes y estables para cubrir las necesidades básicas y requiere llegar a esta etapa en las mejores condiciones de salud, por lo que se relaciona con el estado de salud y cuidado, la autonomía, la capacidad para la toma decisiones, el acceso a servicios, el curso y experiencia de vida y la construcción de redes de apoyo.

Involucra también, la calidad, el tipo y la formalidad de empleo asumido en etapas previas a la vejez, la realización de cotizaciones, los sistemas de pensiones, las oportunidades de ahorro, los fondos complementarios de pensión y la adquisición y tenencia de activos.

Los estudios revisados coinciden en que la educación financiera, las oportunidades de empleo y la calidad de éste, el acceso a servicios sociales y de salud, el aporte económico de las familias, el ahorro y los sistemas de pensiones complementario, constituyen los determinantes de la seguridad económica de la vejez. Es por esta razón, que se afirma que la seguridad económica de la vejez se construye durante todo el ciclo de vida.

Asimismo, los especialistas coinciden en que para la generación de políticas eficientes, es imperante que, cuestiones económicas, sociales, de género, salud y cuidados, sean consideradas frente a las implicaciones de una vida longeva, ya que, aspectos como bajos ingresos, sistemas de pensiones no sostenibles, disminución en la población trabajadora que sostiene los sistemas y el aumento sostenido de la población mayor, son cuestiones elementales a revisar, al estudiar la seguridad económica en la vejez.

Los trabajos coinciden en que la seguridad económica es una condición esencial para una vejez satisfactoria. La cual no se limita a la existencia de una pensión, sino que implica capacidad de decisión, independencia, ingresos suficientes, vivienda digna, patrimonio, salud, cuidados, apoyo social, bienestar y educación financiera.

Los estudios mostraron que la inseguridad económica es resultado de desigualdades acumuladas en el curso de vida, y quienes experimentaron escasas oportunidades laborales, baja escolaridad, discriminación y

pobreza llegan a la vejez con menores recursos y alta inseguridad económica.

Se consideran cimientos de alto valor para la seguridad económica en la vejez: la pensiones y las transferencias familiares complementados por: vivienda digna, el patrimonio, los servicios sociales, la protección social, de salud y cuidados, el empleo, la educación financiera, y el ahorro, los cuales son factores determinantes para mantener la autonomía e independencia, y el bienestar en la vejez.

La protección económica no debe orientarse únicamente a supervivencia, sino también a garantizar la autonomía, la participación, el bienestar y la vida digna. La seguridad económica requiere políticas públicas, mercados laborales inclusivos, sistemas previsionales solidarios y redes familiares y comunitarias.
Pues una vejez satisfactoria implica cubrir las necesidades básicas, toma de decisiones, atención en salud y cuidados vínculos sociales y capacidad para enfrentar contingencias sin caer en pobreza.
En correspondencia con ello, el desarrollo de la investigación amplia y sensible en el tema, y la implementación de estrategias educativas para la adquisición de herramientas y habilidades que permitan prepararse oportunamente para la vejez con comprensión sólida de los desafíos económicos de la vejez.
De igual manera, la investigación tiene la oportunidad de realizar triangulación con estudios longitudinales, presupuestarios, cuantitativos y cualitativos y analizar a profundidad, los determinantes de la seguridad social, económica, política de la vejez en todas sus dimensiones, como insumo para la generación de políticas de protección económica en la vejez.

*/*

## REFERENCIAS

Álvarez, R., Vega, R., Bañuelos, V., Villegas, Ma.Teresa, Llamas, B., Arredondo, V., Hernández, J., García, F., Alvarado, L., López, J. (2022). Economía plateada y emprendimiento, un área innovadora de futuro. Un marco de referencia académico, científico y empresarial para la construcción de nuevos conocimientos. Revista Iberoamericana de Medición y Comunicación de la Ciencia 2(3),2-0. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9001398

Atlatenco Ibarra, Q., de la Garza Carranza, M. T., & Guzmán Soria, E. (2021). Planeación financiera para el retiro desde la perspectiva de jóvenes universitarios. Nóesis. Revista de Ciencias Sociales y Humanidades, 30(60), 90–103. https://doi.org/10.20983/noesis.2021.2.5

Casado, J. C. A. (2020). 'Silver economy': Ob¬jetivo ineludible de futuro. Harvard Deusto Marketing y Ventas (164), 48-56.

Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2023). El envejecimiento en América Latina y el Caribe desde la perspectiva de las cuentas nacionales de transferencia. https://www.cepal.org/es/publicaciones/68759-envejecimiento-america-latina-caribe-la-perspectiva-cuentas-nacionales

Aranco, N., Bosch, M., Stampini, M., Azuara, O., Goyeneche, L., Ibarrarán, P. Oliveira, D., Reyes, M., Savedoff, W. Torres, E. (2022). Envejecer en América Latina y el Caribe: protección social y calidad de vida de las personas mayores. Banco Interamericano de Desarrollo. https://publications.iadb.org/publications/spanish/document/Envejecer-en-America-

Latina-y-el-Caribe-proteccion-social-y-calidad-de-vida-de-las-personas-mayores.pdf

Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor. (2023). Política nacional de envejecimiento y vejez 2023-2033. https://conapam.go.cr/wp-content/uploads/2025/05/politica_nacional_envejecimiento_y_vejez_web_0.pdf

Estrada, J. e Ivonet, M. (2017). Seguridad económica de las pensiones mínimas de vejez en grupos etarios de adultos mayores en Cuba. https://hal.science/hal-01793800/document

Huenchuan, S., & Guzmán, J. M. (2007). Seguridad económica y pobreza en la vejez: Tensiones, expresiones y desafíos para el diseño de políticas. Notas de Población. (83). 99-125. Comisión Económica para América Latina y el Caribe. https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/9b433515-7539-4d10-bac2-8b41fc398540/content

Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. (2023). Seguridad económica en el envejecimiento y la vejez. Gobierno de México. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/862984/SEGURIDAD_ECONO_MICA_EN_EL_ENVEJECIMIENTO_Y_LA_VEJEZ_.pdf

International Labour Organization. (2024). World social protection report 2024–26: Universal social protection for climate action and a just transition. https://doi.org/10.54394/ZMDK5543

Ivonet, M. y Estrada, J. (2016). Análisis teórico por conglomerados de la seguridad económica de las pensiones mínimas de vejez. https://observatorio.anec.cu/uploads/1e29e72f-d82b-4698-8f78-f0c3a6346f96.pdf

Organization for Economic Co-operation and Development. (2025). Pensions at a glance 2025: OECD and G20 indicators. OECD Publishing. https://doi.org/10.1787/e40274c1-en

*/*

Infobae, periódico digital fundado en Argentina en el año 2002, presenta noticias en español con alcance internacional, integrando redacción digital y producción audiovisual con transmisiones en vivo, en temas de actualidad como tecnología, deportes, economía, políticas, etc. Destaca en el reportaje del 22 de enero 2026, el titular *Un estudio muestra cómo la interacción social y el ejercicio se refuerzan para mejorar la salud en la vejez*, en el cual, mediante la revisión experta de investigaciones relacionadas con la actividad física y las redes de apoyo, el estudio demuestra la relación entre éstas y efecto en el mantenimiento de la autonomía y el logro de una vida con bienestar.

Para leer completo, dar click en Reportaje (ó en su defecto en: https://www.infobae.com/generacion-silver/2026/01/23/un-estudio-muestra-como-la-interaccion-social-y-el-ejercicio-se-refuerzan-para-mejorar-la-salud-en-la-vejez/)



El periódico digital Delfino.CR. expone reportaje el 13 de marzo 2026, titulado *Fundación CRUSA impulsa iniciativa que busca preparar al país para el cambio demográfico*, en el cual se informa sobre el proyecto "Caminos hacia la longevidad: soluciones de la Economía Plateada hacia una estrategia de financiamiento basada en resultados", que propone el abordaje de los retos y desafíos del envejecimiento poblacional con base en 2 planteamientos estratégicos que incluyen la economía plateada y el financiamiento basado en resultados. Destacan en ellos, las nuevas tecnologías y servicios para una sociedad envejecida, en un proyecto armonizado con la Política Nacional de Envejecimiento y Vejez 2023-2033, el Plan estratégico del BID y los Objetivos de Desarrollo Sostenible, especialmente en lo que se refiere a oportunidades de igualdad económica ante una sociedad cada vez más longeva.

Para leer completo, dar click en Reportaje (ó en su defecto en: https://delfino.cr/2026/03/fundacion-crusa-impulsa-iniciativa-que-busca-preparar-al-pais-para-el-cambio-demografico )



Delfino.CR. expone en reportaje del 17 de abril de 2026, titulado *Esperar hasta 2038 es decidir que la vejez puede seguir esperando, que* postergar hasta 2035–2038, la entrada en operación del nuevo Hospital Nacional de Geriatría y Gerontología no constituye únicamente un retraso de infraestructura, sino una decisión con importantes consecuencias para la atención de las personas adultas mayores y para la capacidad de respuesta de todo el sistema de salud costarricense. Destaca que, Costa Rica atraviesa un proceso acelerado de envejecimiento demográfico, en el que, la necesidad de servicios geriátricos de calidad debe entenderse como un componente estratégico de la planificación del sistema de salud y la responsabilidad de garantizar atención digna y oportuna a las personas adultas mayores.

Para leer completo, dar click en: Reportaje (ó en su defecto en: *https://delfino.cr/2026/04/esperar-hasta-2038-es-decidir-que-la-vejez-puede-seguir-esperando* )



El Ministerio de Salud de Costa, en su sitio web, bajo el titulo *País fortalece el cuido de personas adultas mayores con nuevos Centros de Atención Integral* con fecha 20 de marzo 2026, informa sobre la Declaratoria de interés público la creación, funcionamiento y mantenimiento de los Centros de Cuido Integral del Adulto Mayor (CECUIDAM), con el objetivo de promover su autonomía, dignidad e inclusión social y fomentar la coordinación entre instituciones públicas, municipalidades, organizaciones privadas y comunidades, y el fortalecimiento de la atención de las personas adultas mayores, especialmente aquellas en condición de vulnerabilidad económica. La iniciativa contempla establecer, al menos un CECUIDAM en cada cantón del país, en correspondencia con el incremento de la población mayor.

Para leer completo, dar click en: Reportaje (ó en su defecto en https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/prensa/67-noticias-2026/2391-pais-fortalece-el-cuido-de-personas-adultas-mayores-con-nuevos-centros-de-atencion-integral)



(506) 4003-5000 L-V de 8:00 a.m. a 4:00 p.m.

MINISTERIO DE SALUD
GOBIERNO DE COSTA RICA

Sobre el Ministerio | Trámites | Biblioteca | Denuncias | Transparencia | Contáctenos | Buscar...

20 Marzo 2026

País fortalece el cuido de personas adultas mayores con nuevos Centros de Atención Integral

**País fortalece el cuido de personas adultas mayores con nuevos Centros de Atención Integral**

**Viernes 20 de marzo, 2026.** La Ministra de Salud, Dra. Mary Munive, declaró de interés público la creación, funcionamiento y mantenimiento de los Centros de Cuido Integral del Adulto Mayor (CECUIDAM), una iniciativa que busca ampliar la atención y el acompañamiento para las personas adultas mayores en todo el país.

Estos centros brindarán espacios seguros donde las personas mayores podrán mantener su salud, autonomía y bienestar, mediante servicios de atención diurna o apoyo en el hogar para quienes se encuentran en condición de pobreza, pobreza extrema o vulnerabilidad económica.

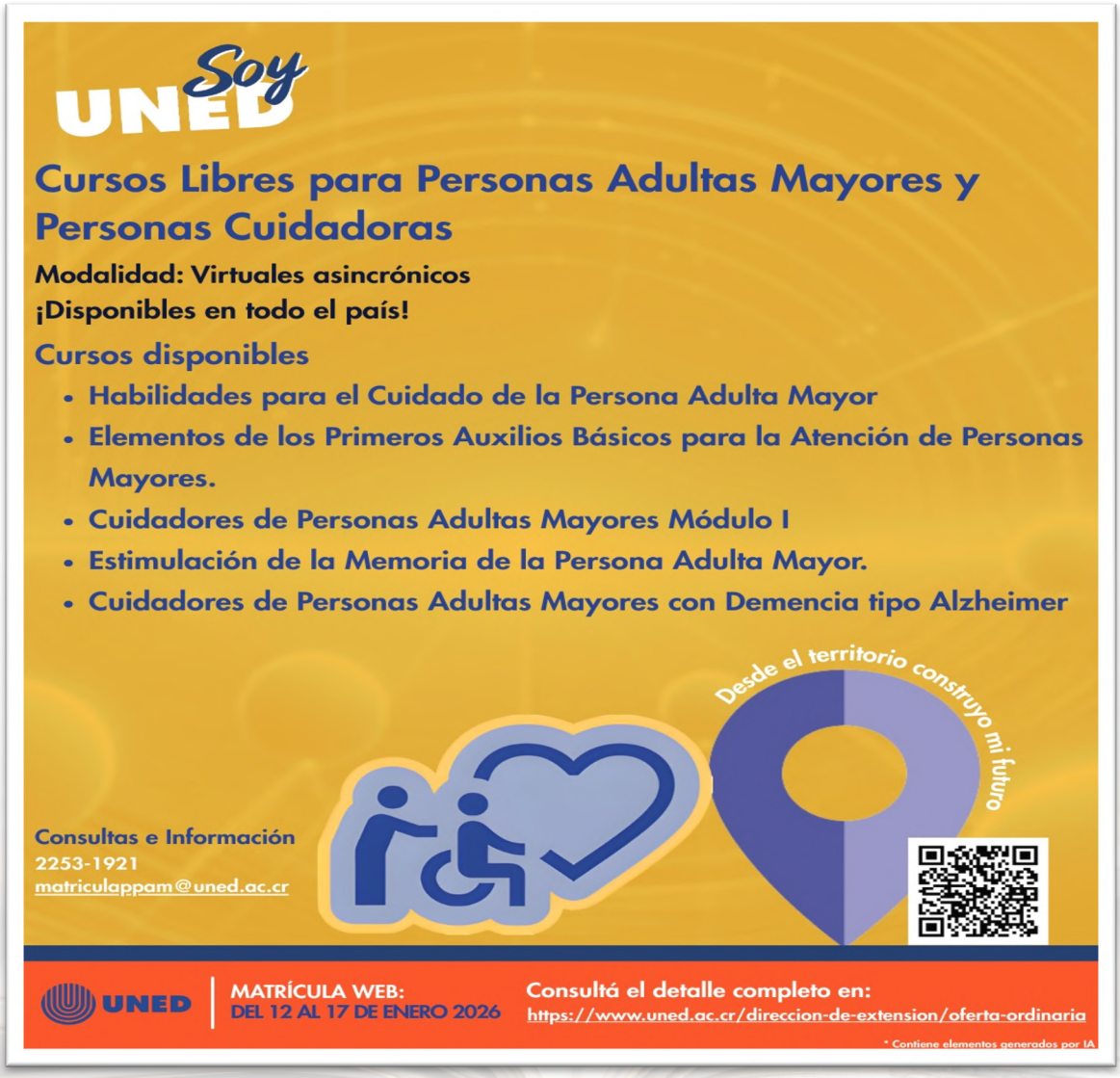
Entre los servicios que ofrecerán los CECUIDAM están; la atención nutricional y planes de alimentación, terapia física y ocupacional, acompañamiento psicológico, estimulación cognitiva y sensorial, actividades recreativas, culturales y espirituales, así como espacios de convivencia e intercambio entre generaciones.

Además, las personas adultas mayores que reciben atención en sus hogares podrán contar con valoraciones profesionales, planes terapéuticos y apoyo nutricional, de acuerdo con sus necesidades.

La declaratoria también busca promover el respeto, la inclusión social y la dignidad de las personas adultas mayores, así como fortalecer el trabajo conjunto entre instituciones públicas, gobiernos locales, organizaciones privadas y comunidades para garantizar la sostenibilidad de estos centros.

La Vicerrectoría de Extensión y Vinculación Territorial de la UNED, desde los diferentes programas de Extensión Universitaria, desarrolla actividades educativas y de capacitación en diferentes modalidades, para el bienestar de la población general en los diferentes territorios, especialmente de aquellos en condiciones de vulnerabilidad.
Sobresale el Programa Persona Adulta Mayor, que realiza actividades de capacitación para el mejoramiento de la calidad de vida y el desarrollo de habilidades y destrezas, en procura de la vejez digna y satisfactoria de la población.
Destacan las actividades de capacitación modalidad encuentros, talleres, videoconferencias, charlas y cursos libres dirigidos a las personas mayores y a quiénes laboran con ellas.

A continuación, algunas de sus actividades relacionadas para este periodo:




Soy UNED
Matrícula abierta de los Cursos y talleres libres - UNED
Matrícula abierta de los Cursos y talleres libres - UNED
Consulte la oferta completa de cursos, inversión y requisitos en el QR:
CURSOS Y TALLERES VIRTUALES PARA:
• Potenciar su crecimiento profesional y empresarial
• Desarrollar su creatividad y sus habilidades sociales
• Para personas Adultas Mayores y Personas Cuidadoras
• Computación, Comunicación y Tecnología
• Cursos de Lengua de Señas Costarricense, LESCO
• Idiomas con el Centro de Idiomas
• Técnico en Computación e Informática
• Salud Mental
Desde el territorio construyo mi futuro
Consultas e Información
2527-2527 | 2234-3236, ext. 6522
matriculaextension@uned.ac.cr
UNED
MATRÍCULA WEB:
DEL 12 AL 17 DE ENERO 2026

En la UNED, diferentes instancias entre las que destacan en esta ocasión; el Área de capacitación y formación de la Dirección de Gestión del Talento Humano y el Programa Calidad de vida, la Comisión institucional de Salud Mental, el Instituto de Estudios de Género, la Cátedra de Psicología y el Servicio Médico de la UNED por medio de la plataforma virtual TEAMS, realizan variedad de actividades educativas en diversos temas, que promueven la adquisición de estilos de vida saludable, el cuidado y bienestar multidimensional de la salud, con las que incide positivamente en el proceso de envejecer y la preparación para la etapa de vejez. A continuación, algunas de estas actividades:















***Estas actividades son dirigidas a funcionarios de la universidad sin que esto limite la participación de otras personas, siempre que el cupo y el sistema de inscripción lo permitan, para lo cual, el Servicio Médico facilita los respectivos accesos*

# Otras actividades internas y externas relacionadas

## I Cuatrimestre 2026




https://www.longevityworldforum.com/en/program-longevity/


CAINTE
X CONGRESO VENEZOLANO
ATENCIÓN AL ADULTO MAYOR
"Aprendiendo y Aceptando Envejecer:
Desafíos, Mitos, Verdades y Soluciones"
Viernes 24 y Sábado 25
Abril 2026
¡TE ESPERAMOS!
Auditorio Hospital de Clínicas Caracas. Piso 9, Urb. San Bernardino.
Patrocinado por:
EVENTOS VIP MCH
INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN
0414-1480720
@vipmch
www.eventosvipmch.com.ve
registroeventosvipmch@gmail.com

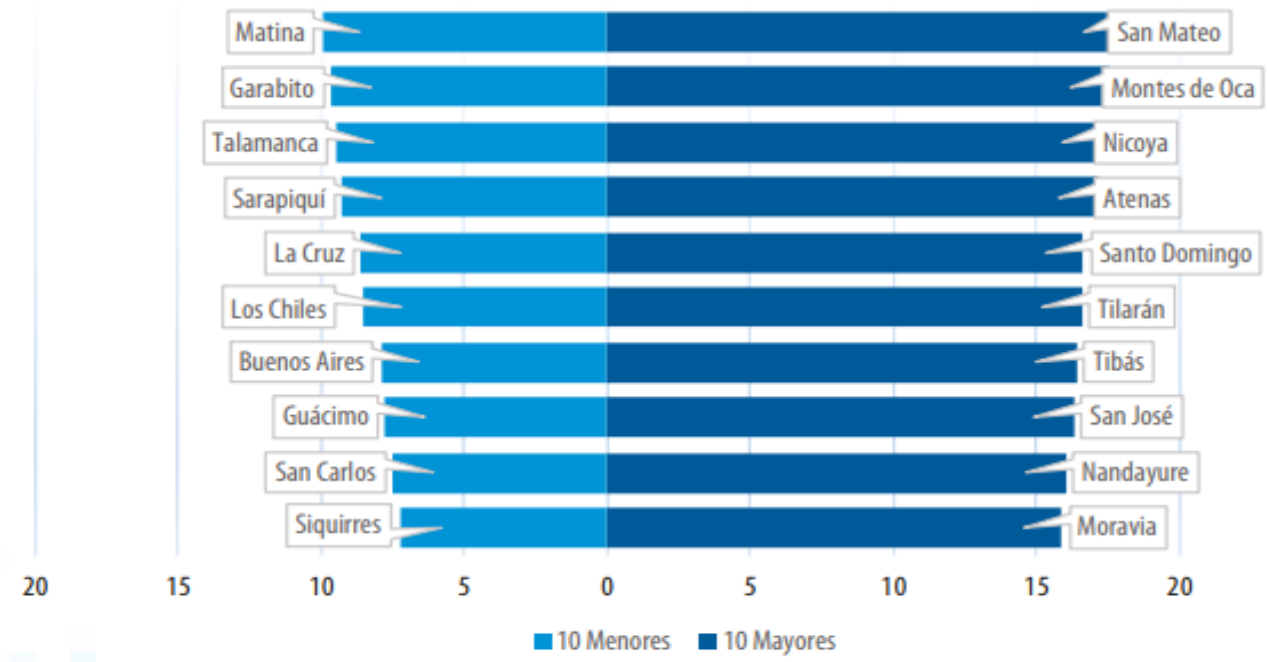



https://www.congresoseger2026.es/

https://www.congresoseger2026.es/programa-cientifico/

Gráfica 1

**Listado de 10 principales cantones con mayores y menores relaciones de dependencia demográfica de PAM, 2020*.**




Fuente: Mideplan, Unidad de Análisis Prospectivo y Política Pública con datos del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC).

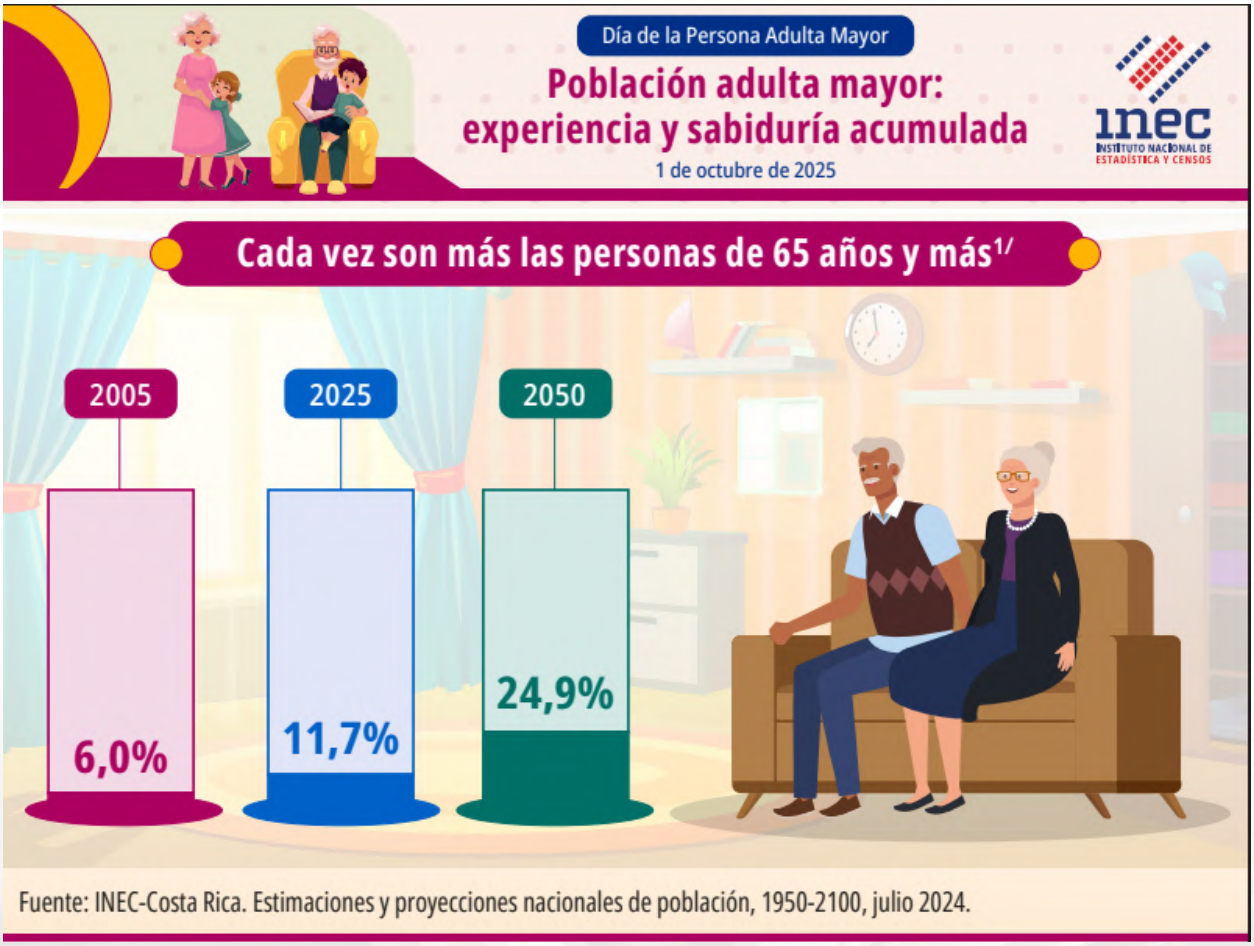
Tomado de Índice de envejecimiento cantonal 2015, 2020 y 2025, (MIDEPLAN, 2021)
*El cual permite valorar las necesidades de soporte social; según MIDEPLAN, (2021), a mayor valor de la relación, mayor soporte se requerirá.

**Referencia**

Ministerio de Planificación Nacional y Política Económica. (2021). Índice de envejecimiento cantonal, 2015, 2020, y 2025. https://documentos.mideplan.go.cr/share/s/QzTGHKFGQ_233SO6ZYgHtg

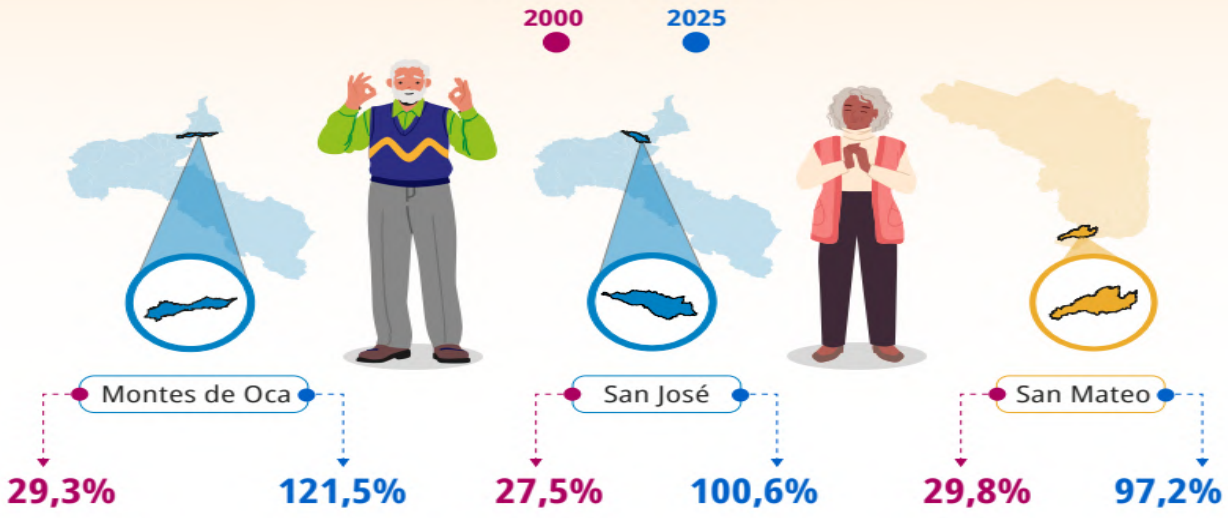
## INFOGRAFÍA

Con ocasión del 1º de Octubre de 2025; Día Internacional y Nacional de la Persona Adulta Mayor se presenta a continuación una infografía elaborada por el Instituto Nacional de Estadísitica y Censo (INEC), en 2025, con estimaciones y proyecciones nacionales de población.
Destaca entre otras cosas, en esta infografía, el porcentaje reportado de población adulta mayor en crecimiento 2005 -2050, los índices de envejecimiento reportados para los cantonnes más envejecidos: Montes de Oca, San José y San Mateo y los añltos porcentajes de violencia hacia los mayores entre los que destaca la violencia emocional o psicológica.



## Cantones más envejecidos: ayer y hoy

**Índice de envejecimiento**[1/]

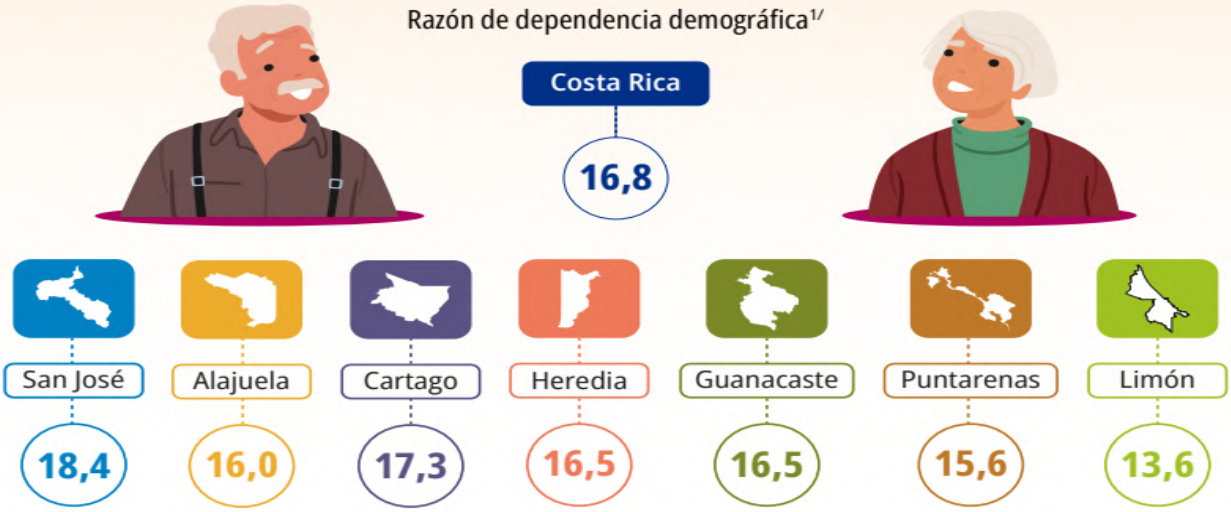



1/ Personas de 65 años y más por cien personas menores de 15 años.
Fuente: INEC-Costa Rica. Estimaciones y proyecciones subnacionales de población, 2000-2050, junio 2025.

## Personas adultas mayores por cada cien en edad de trabajar: reto en seguridad social

**2025**

Razón de dependencia demográfica[1/]




1/ Cantidad de personas de 65 años y más con respecto al total de personas en edad de trabajar (15-64).
Fuente: INEC-Costa Rica. Estimaciones y proyecciones subnacionales de población 2000-2050, junio 2025.

## Persisten los retos socieconómicos

**Población adulta mayor**

**2024**

Viven solos o solas **15,6%**



En pobreza extrema **3,3%**



No tienen pensión[1/] **2,0%**



**2025**

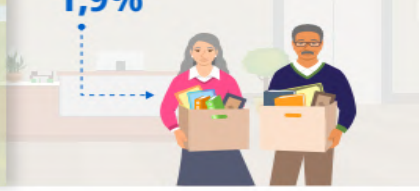
Tasa de ocupación **8,6%**



Empleo informal **73,1%**



Desempleo **1,9%**



1/ Se refiere a pensiones y jubilaciones nacionales (incluye por incapacidad permanente).
Fuente: INEC-Costa Rica. Encuesta Nacional de Hogares, 2024 y Encuesta Continua de Empleo, II trimestre 2025.

## ¡Un alto a la violencia en la población adulta mayor!

**2023**

Violencia emocional o psicológica[1/] **33,7%**



Violencia física[1/] **13,7%**



Violencia sexual[1/] **4,3%**



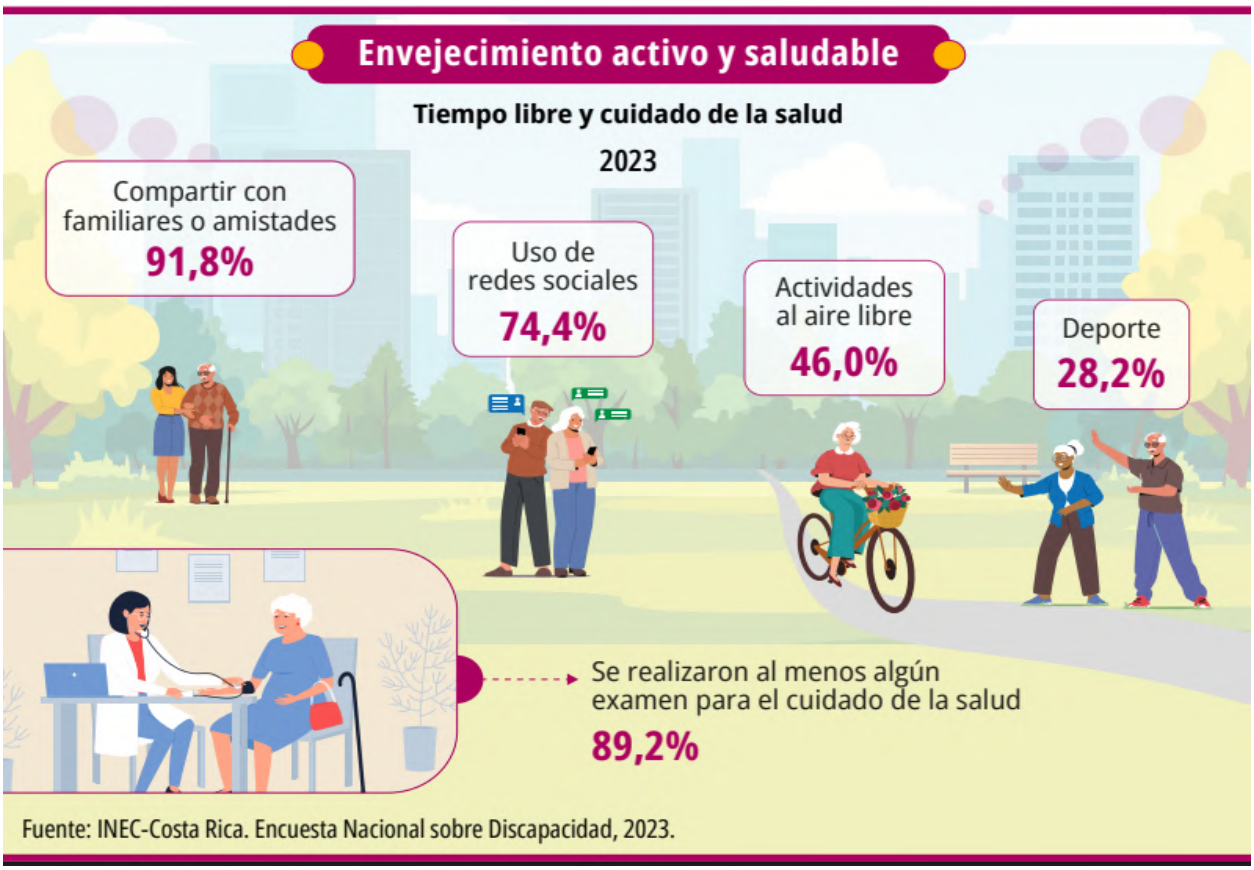
**2024**

Denuncias por abandono[2/]

**1 050**




1/ Situaciones que enfrentaron las personas adultas mayores. 2/ Incluye abandono físico, emocional y económico.
Fuente: INEC-Costa Rica. Encuesta Nacional sobre Discapacidad, 2023 y Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM), 2024.




**Referencia:**

Instituto Nacional de Estadística y Censo. (2025). Infografía: Día de la Persona Adulta Mayor. Población adulta mayor. Experiencia y sabiduría acumulada. 1 de octubre de 2025.
https://inec.cr/multimedia/infografia-2025-dia-la-persona-adulta-mayor-poblacion-adulta-mayor-experiencia-sabiduria

ΩΩΩ

## Reflexión

*Recuerda que tienes la edad perfecta.*

*Cada año es especial y precioso, porque solo lo vivirás una vez.*

*Siéntete a gusto con el paso del tiempo.*

*Louise Hay*




www.uned.ac.cr

San José, Costa Rica. De la rotonda de Betania 500 metros este, carretera a Sabanilla, Mercedes de Montes de Oca.