

ESTUDIO
EXCLUSIÓN SOCIAL
DE LAS PERSONAS DE
45 AÑOS O MÁS EN
CIUDAD JUÁREZ

GIRASOLES

FEBRERO 2025



Índice

Introducción.....	Página 3
Objetivo del estudio y preguntas de investigación.....	Página 4
Metodología.....	Página 6
Investigación documental.....	Página 7
Antecedentes.....	Página 7
Marco teórico.....	Página 12
Información estadística.....	Página 13
Resultados entrevistas a actores clave.....	Página 22
Conclusiones y recomendaciones.....	Página 33
Referencias.....	Página 38

Introducción

El propósito de **Girasoles, Centro de Desarrollo Integral para el Adulto Mayor, A.C** mejor conocido como Girasoles, es promover el desarrollo integral y la inclusión de las Personas Mayores de Juárez en distintos ámbitos de la vida social y económica. Para cumplir con esta importante misión ofrece los siguientes programas:

Programa Educativo: fomenta el aprendizaje y desarrollo en aspectos sociales, físicos, culturales, espirituales, utilitarios y artísticos, mediante la oferta de talleres, pláticas y actividades culturales.

Programa de Vinculación: busca integrar a las personas mayores a la vida activa de la comunidad, organizando conferencias, premiaciones y eventos de interacción.

Programa de Asesoramiento: brinda apoyo a personas mayores de escasos recursos para que puedan acceder a gestiones legales y administrativas que protejan sus derechos humanos.

Programa de Mejora Económica: facilita la reinserción en el mercado laboral de las personas mayores de 45 años, ofreciendo talleres de capacitación y vinculándolos con oportunidades de empleo, contribuyendo así a mejorar su situación económica y su inclusión en la sociedad.

Gracias a la misión, los programas y el trabajo de Girasoles, se ha detectado que la exclusión de las personas debido a su edad, comienza a una edad más temprana de la que la sociedad percibe.

El envejecimiento de la población es un fenómeno que plantea desafíos significativos en diversas esferas de la sociedad, desde la inclusión social y la salud hasta la economía y la participación cultural. En el caso de Ciudad Juárez, las personas mayores de 45 años enfrentan barreras estructurales que limitan su acceso a oportunidades laborales, educativas y recreativas, afectando su calidad de vida y bienestar general. A pesar de los esfuerzos de algunas instituciones y programas comunitarios, persisten problemáticas como la discriminación por edad, la precariedad económica, el acceso deficiente a servicios de salud y la falta de espacios adecuados para su integración social.

Con el objetivo de comprender a profundidad estas condiciones y visibilizar las áreas de oportunidad para su mejora, Girasoles llevó a cabo un proceso de investigación, de la mano de Fortaleza, basado en entrevistas con actores clave, quienes proporcionaron información valiosa sobre las principales problemáticas que enfrenta esta población. A partir de estos testimonios, se identificaron cinco indicadores fundamentales para el análisis: Inclusión Social, Estado Físico, Bienestar Emocional, Inclusión Económica y Participación Cultural y Uso del Tiempo Libre.

El presente documento busca sistematizar y analizar los hallazgos obtenidos, proporcionando una visión integral sobre los desafíos y necesidades de las personas mayores de 45 años en Ciudad Juárez. A través de esta información, se pretende generar un punto de partida para la formulación de estrategias y políticas públicas que promuevan su bienestar, garantizando su derecho a una vida digna y activa dentro de la sociedad.

Objetivo general del estudio

Conocer el grado de exclusión social en el cual viven las personas de 45 años y más en Ciudad Juárez.

Con base en el objetivo general se desprende la pregunta principal de investigación y las subsecuentes preguntas secundarias:

Pregunta principal de investigación:

¿Cuál es el estado de exclusión social que tienen las personas a partir de los 45 en Ciudad Juárez?

Preguntas secundarias:

- 1.- ¿Cuál es el nivel de exclusión o acceso a la educación y oportunidades de aprendizaje que tienen las personas a partir de los 45 en Ciudad Juárez?
- 2.- ¿Qué barreras enfrentan para acceder a la educación formal e informal?
- 3.- ¿Qué obstáculos existen para que participen en talleres, capacitaciones y en el uso de tecnología?
- 4.- ¿Existe una disposición o motivación para aprender nuevas habilidades?
- 5.- ¿En qué condiciones viven?
- 6.- ¿Dependen de otras personas para el mantenimiento del hogar?
- 7.- ¿Qué desafíos enfrentan en su entorno habitacional y cómo influye esto en su exclusión social?
- 8.- ¿Participan en actividades sociales y comunitarias?
- 9.- ¿Qué limitaciones encuentran para participar en actividades grupales, eventos comunitarios o familiares?
- 10.- ¿De qué manera su exclusión social afecta su participación en actividades culturales?
- 11.- ¿Qué acceso tienen a estas actividades?
- 12.- ¿Generan nuevas relaciones?

- 13.- ¿Cómo afecta su exclusión social su capacidad de integrarse en redes sociales y comunitarias?
- 14.- ¿Cómo emplean su tiempo libre?
- 15.- ¿Son capaces de moverse y realizar actividades de manera independiente, o enfrentan limitaciones significativas?
- 16.- ¿Cuál es el estado de salud física de las personas a partir de los 45 años en adelante?
- 17.- ¿Tienen acceso adecuado a servicios de salud?
- 18.- ¿Existen barreras que les impiden recibir atención médica de calidad?
- 19.- ¿Tienen acceso a una alimentación básica y equilibrada?
- 20.- ¿Cómo afecta la exclusión social sus hábitos alimenticios?
- 21.- ¿Qué enfermedades son comunes en este grupo y cómo influyen en su calidad de vida?
- 22.- ¿Qué acceso tienen a tratamientos y medicación?
- 23.- ¿Cuentan con atención médica y hospitalaria adecuada?
- 24.- ¿Qué nivel de movilidad y actividad física pueden mantener?
- 25.- ¿Cómo su exclusión social afecta su capacidad para ejercitarse y mantenerse físicamente activos?
- 26.- ¿Cuál es el bienestar emocional de las personas en edad de 45 años en adelante?
- 27.- ¿Cómo afecta la exclusión social su estado emocional general?
- 28.- ¿Cuáles son las principales causas de depresión, ansiedad o estrés entre estas personas?
- 29.- ¿Qué impacto tiene la exclusión social en su sentido de vida, calidad de sueño y bienestar emocional en general?
- 30.- ¿Cuál es la situación económica de las personas mayores? o en edad de 45 años en adelante?
- 31.- ¿Qué dificultades encuentran para acceder a empleos?
- 32.- ¿Qué tanto influye su exclusión social en su capacidad de generar ingresos suficientes?
- 33.- ¿Qué nivel de independencia económica pueden alcanzar?

34.- ¿Tienen acceso a pensiones o apoyos económicos que les permitan mantener una vida digna?

Metodología

Con base en las preguntas de investigación y en conjunto con la organización se diseñaron indicadores que permitan crear patrones de valoración para dar respuesta a dichos cuestionamientos, los cuales sirven como guía para el desarrollo de los instrumentos de medición utilizados en la investigación. Asimismo, cada indicador está conformado por una serie de variables que se muestran a continuación:

Indicador:	Variables:
Exclusión Social	<ul style="list-style-type: none"> • Acceso a la educación • Participación en actividades sociales. • Estigmas Sociales
Salud física o estado físico	<ul style="list-style-type: none"> • Movilidad y actividad física • Salud y alimentación • Acceso a los servicios de salud
Bienestar emocional	<ul style="list-style-type: none"> • Impacto de la exclusión • Salud mental
Empleo	<ul style="list-style-type: none"> • Acceso al empleo • Independencia económica
Participación cultural y uso del tiempo libre	<ul style="list-style-type: none"> • Acceso a actividades culturales. • Interacción social. • Uso del tiempo libre

El presente estudio " Exclusión Social de las personas de 45 años o más en Ciudad Juárez "permite establecer una línea de base que será útil para futuras investigaciones y cuyo propósito es el de medir tanto el nivel de exclusión social, así como el grado de avance y de logros obtenidos a través del tiempo para este importante grupo poblacional.

Los resultados del estudio tienen por objeto crear conciencia para poder reconocer y apreciar públicamente las condiciones de vida de las personas mayores de 45 años en Ciudad Juárez, así como asistir a las fundaciones (locales, nacionales e internacionales), a los tres niveles de gobierno (municipal, estatal y federal), a organismos internacionales, a personas físicas y morales y a la sociedad en general en el diseño y desarrollo de iniciativas y programas entre el sector público, privado y el sector social en pro de las personas de mas de 45 años.

El estudio fue ejecutado en cuatro etapas:

- La primera consistió en el desarrollo de las actividades de preparación, incluyendo la definición del objetivo del estudio, preguntas de investigación, diseño de indicadores variables e instrumentos de medición (guía de entrevistas a profundidad). Esta etapa se inició en abril del 2024 y culminó en junio del 2024.
- La segunda se llevó a cabo entre julio del 2024 y septiembre del 2024, durante la cual se llevó a cabo la investigación documental.
- La tercera se llevó a cabo de septiembre a diciembre de 2024, en la cual se seleccionaron actores claves de nuestra comunidad para realizar entrevistas a profundidad, mismas que se realizaron de manera presencial.
- La cuarta, realizada de diciembre del 2024 a febrero del 2025, abarcó la realización de todas las actividades de procesamiento y análisis de la información recabada en las entrevistas, así como el diseño del presente documento.

Investigación documental

Antecedentes

La exclusión social de las personas por cuestión de edad en México

En México, la exclusión social de las personas mayores es un problema significativo que se manifiesta en diversas dimensiones, incluyendo la económica, la social y la laboral. Esta exclusión puede deberse a varios factores, tales como estereotipos negativos sobre la vejez, políticas inadecuadas y la falta de una infraestructura social que soporte las necesidades de una población envejecida.

Demografía y Contexto Social

México está experimentando un envejecimiento poblacional acelerado. Según el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), en 2020, las personas mayores de 60 años representaban el 12% de la población total, y se proyecta que para 2050 esta cifra aumentará a casi el 30% (Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), 2020). Este cambio demográfico presenta desafíos significativos para la inclusión social y económica de las personas mayores.

Exclusión en el Ámbito de la Salud

El acceso a servicios de salud también es un área donde se observa exclusión. La Encuesta Nacional sobre Discriminación (ENADIS) realizada por el Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (CONAPRED) revela que un porcentaje considerable de personas mayores reporta haber sido discriminado en instituciones de salud debido a su edad (Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (CONAPRED), 2017). Esta exclusión en el ámbito de la salud agrava las condiciones de vulnerabilidad, especialmente en un contexto donde las enfermedades crónicas y la necesidad de cuidados prolongados son prevalentes.

Exclusión Social y Cultural

A nivel social y cultural, los estereotipos y prejuicios hacia las personas mayores contribuyen a su exclusión. La sociedad occidental, que tradicionalmente ha valorado la juventud, frecuentemente percibe a los adultos mayores como personas dependientes y menos productivas. Esto se traduce en menores oportunidades de participación social y comunitaria para los adultos mayores, limitando su capacidad para contribuir activamente a la sociedad (García, 2024).

Políticas Públicas y Medidas de Inclusión

Aunque existen políticas públicas dirigidas a mejorar las condiciones de vida de las personas mayores, su implementación y efectividad han sido limitadas ya que en su mayoría están enfocadas en proteger únicamente condiciones físicas. La Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores, promulgada en 2002, establece un marco para la protección y promoción de los derechos de los adultos mayores en México (Cámara de Diputados, 2002). Sin embargo, la falta de recursos y la inadecuada coordinación entre diferentes niveles de gobierno han dificultado su aplicación efectiva.

Exclusión Económica y Laboral

La exclusión laboral de las personas por cuestión de edad, también conocida como discriminación etaria o ageismo (edadismo), es un fenómeno global que afecta a millones de trabajadores en todo el mundo.

En México la exclusión económica es una de las formas más evidentes de discriminación por edad. Las personas mayores enfrentan barreras significativas para acceder al mercado laboral, lo que a menudo las lleva a la dependencia económica. Según un informe de la Comisión Económica para América Latina y

el Caribe (CEPAL), la tasa de empleo para las personas mayores de 60 años en México es significativamente baja en comparación con otros grupos etarios (Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), 2018). Además, aquellos que logran mantenerse en el mercado laboral suelen ocupar puestos de baja remuneración y sin acceso a prestaciones sociales

Este tipo de discriminación se manifiesta de diversas maneras, desde la dificultad para encontrar empleo hasta la marginación en el lugar de trabajo y el despido anticipado. La Organización Internacional del Trabajo (OIT) reconoce que la discriminación por edad puede tener consecuencias devastadoras no solo para los individuos afectados, sino también para la economía y la sociedad en general, al desperdiciar el potencial de una fuerza laboral diversa y experimentada (Organización Internacional del Trabajo OIT, 2015).

En muchos países, las leyes contra la discriminación laboral incluyen provisiones específicas para proteger a los trabajadores de mayor edad, sin embargo, la implementación y efectividad de estas leyes varían significativamente. En Estados Unidos, por ejemplo, la Ley de Discriminación por Edad en el Empleo (ADEA, por sus siglas en inglés) prohíbe la discriminación contra individuos de 40 años o más (U.S. Equal Employment Opportunity Commission (EEOC), 2020). A pesar de esto, estudios han demostrado que los trabajadores mayores siguen enfrentando desafíos significativos en el mercado laboral, incluyendo menores tasas de contratación y mayores tasas de despido en comparación con sus contrapartes más jóvenes (Neumark, 2019).

A nivel internacional, la situación es igualmente preocupante. En Europa, una encuesta realizada por la Agencia de Derechos Fundamentales de la Unión Europea reveló que casi un tercio de los trabajadores mayores reportaron haber experimentado discriminación por edad en algún momento de su carrera (European Union Agency for Fundamental Rights (FRA)). Asimismo, en países en desarrollo, la falta de políticas robustas y la prevalencia de normas culturales que favorecen a los trabajadores más jóvenes pueden exacerbar la exclusión laboral de las personas mayores (Organización Internacional del Trabajo (OIT), 2019).

La exclusión laboral por cuestión de edad no solo afecta a los individuos, sino que también tiene implicaciones macroeconómicas. El envejecimiento de la población en muchos países implica que la fuerza laboral será cada vez más vieja, y la exclusión de estos trabajadores puede llevar a una pérdida significativa de habilidades y experiencia, lo que podría impactar negativamente en la productividad y el crecimiento económico. Además, la discriminación etaria puede incrementar la carga sobre los sistemas de seguridad social y salud, a medida que los trabajadores mayores se ven forzados a retirarse prematuramente sin una adecuada preparación financiera (Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD), 2020).

El estudio realizado por (Sconfianza, 2017) analiza los segmentos excluidos y en riesgo de exclusión del mercado de trabajo argentino. Se realizó un análisis cuantitativo con datos obtenidos de la Encuesta Permanente de Hogares del Instituto Nacional de Estadística y Censos, además se complementó con datos cualitativos acerca de la incidencia de las políticas de empleo promovidas por el Estado.

Los resultados más significativos muestran que las oportunidades de formación tienen poco impacto real en la inserción laboral; existe poca coherencia entre las políticas locales y nacionales; faltan diagnósticos sobre la demanda laboral local; y el personal encargado de estas intervenciones carece de profesionalismo adecuado.

Con respecto a las personas excluidas por cuestión de edad, el autor expone que es un factor que afecta la precariedad laboral. La exclusión puede darse, en dos sentidos, en personas jóvenes por falta de experiencia o por ser mayores de 40 o 45 años en adelante. En el caso de los adultos, el desempleo en este grupo de edad a menudo está asociado con períodos prolongados sin trabajo. Esto generalmente se debe a la prevalencia de redes de contactos debilitadas debido al tiempo que han estado fuera del mercado laboral y viceversa. Esta situación crea condiciones que a menudo fomentan el desaliento laboral.

En esta misma línea, el estudio realizado por Dborkin et al. (2011) ofrece una caracterización tanto cuantitativa como cualitativa de la población desempleada e informal de entre 45 y 70 años. Este análisis forma parte del proyecto de investigación "Diagnóstico y recomendaciones de políticas públicas sobre población argentina de 45-70 años en situación de riesgo y vulnerabilidad", realizado en colaboración entre la Asociación Civil Diagonal y el Programa de Protección Social de CIPPEC.

El proyecto tuvo como objetivo profundizar en el análisis de los problemas sociales que afectan a esta población para entender los aspectos más críticos de su situación socio-laboral, cultural y familiar, así como los principales riesgos que enfrentan en el futuro, considerando las características del mercado laboral actual del país. Este grupo fue especialmente perjudicado por la dinámica excluyente del mercado laboral en la década de los noventa y enfrenta serias dificultades para reinsertarse en el sector formal. Sin embargo, aparte de algunas referencias a los debates internacionales, esta "nueva cuestión social" no ha sido abordada de manera sistemática en Argentina.

Se propuso una serie de acciones que deben ser emprendidas tanto por el gobierno, mercado laboral y sociedad civil, para mejorar las condiciones de la población vulnerable estudiada, como lo son: Establecer responsabilidades compartidas en el lanzamiento de campañas comunicacionales para instalar la temática en la agenda pública, instaurar un sistema de incentivos para promover la contratación y retención de trabajadores mayores, promover políticas activas

de actualización y formación continua para los mayores de 45 años y promover una mayor articulación entre las políticas activas de empleo para los mayores de 45 años en situación de desempleo y el sistema previsional.

Otro estudio elaborado por Groisman y Sconfienza (2014) buscó contribuir a la caracterización del fenómeno del desaliento laboral en Argentina. Se considera que es un aspecto del funcionamiento de los mercados laborales con excedente de fuerza de trabajo que ha sido poco estudiado, pero es muy relevante como herramienta analítica. Para esto, se estimó la magnitud del desaliento laboral utilizando dos criterios: uno basado en la definición clásica de trabajador desalentado (un individuo inactivo disponible para trabajar que ha abandonado la búsqueda activa), y otro más amplio que incluye a la población inactiva en edades centrales (25 a 59 años), excluyendo a jubilados/pensionados y estudiantes. Entre los resultados obtenidos, se destaca la estabilidad de ambos indicadores entre 2004 y 2012, mientras que la tasa de desocupación abierta disminuyó significativamente. Esto justifica su inclusión en las políticas de protección social.

Sconfienza (2016) realizó otro estudio con el objetivo de profundizar en el análisis de los problemas sociales que afectan a la población de 45 a 70 años en Argentina, con el fin de comprender los aspectos más críticos de su situación socio-laboral, cultural y familiar, así como los principales riesgos que enfrentan en el futuro, dada la dinámica excluyente del mercado laboral actual. Este grupo fue particularmente afectado por las políticas laborales de exclusión adoptadas en la década de los noventa y enfrenta serias dificultades para reinsertarse en el sector formal. A pesar de algunas referencias a debates internacionales, esta "nueva cuestión social" no ha sido tratada de manera sistemática en Argentina.

El documento menciona que el requisito de la edad puede constituir una barrera significativa de ingreso al mercado laboral. Tanto los jóvenes como los adultos mayores de 40/45 años enfrentan desafíos particulares. Los adultos, en particular, suelen enfrentarse a situaciones de desempleo de larga duración, lo que resulta en redes de contactos debilitadas y situaciones de desaliento laboral. Además, este grupo suele tener familias a cargo, lo que complica aún más su capacidad para capacitarse y mejorar sus habilidades debido a la necesidad de subsistencia inmediata. La exclusión laboral en adultos mayores se asocia a menudo con prejuicios sobre su capacidad de adaptación y actualización tecnológica.

Específicamente, en Cd. Juárez se llevó a cabo un estudio que destaca la importancia de la educación continua y el apoyo socioeducativo para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores, realizado por Gómez y Peña (2013). En éste se encontró que a mayor nivel educativo, mejor es el estado cognitivo de los adultos mayores. Incluye variables como recuerdo inmediato y retardado, memoria de trabajo, estatus mental, y razonamiento abstracto. Además, los participantes con mayor educación mostraron una mejor autopercepción de su salud y capacidades cognitivas.

En el aspecto cognitivo se encontró que con el aumento de la edad, disminuyen algunas capacidades cognitivas como la memoria y el razonamiento abstracto. Sin embargo, la inteligencia cristalizada, que depende del conocimiento adquirido, se mantiene mejor que la inteligencia fluida, que está relacionada con la resolución de problemas nuevos. La mayoría de los participantes contaba con ingresos bajos (menos de 6,000 pesos mensuales), especialmente aquellos con menos años de escolaridad. Un porcentaje importante de los adultos mayores trabajaba en el sector informal y una minoría estaba jubilada.

Por otra parte, la investigación de Vidaña et al. (2019) examina la calidad de vida de adultos mayores desamparados y asilados en Ciudad Juárez, Chihuahua, destacando que estos individuos enfrentan condiciones adversas relacionadas con la falta de apoyo familiar, precariedad económica y escaso acceso a servicios de salud. Los hallazgos indican que estas personas experimentan una disminución significativa en su bienestar emocional, social y físico, exacerbada por una insuficiente atención institucional. Se resalta la necesidad urgente de políticas integrales que mejoren su situación mediante la provisión de servicios sociales y de salud adecuados, y la promoción de entornos inclusivos que favorezcan su bienestar general.

El trabajo de Llera y López-Norez, (2019) examina la vulnerabilidad de los adultos mayores en un vecindario envejecido de Ciudad Juárez, señalando cómo el ambiente construido afecta su calidad de vida. La falta de adaptaciones en infraestructura, como banquetas y rampas, limita su movilidad y favorece el aislamiento social. Se observó que, aunque muchos adultos mayores residen en viviendas de dos pisos, pocos identifican las escaleras como un obstáculo, lo cual refleja una falta de preparación para enfrentar futuras limitaciones de movilidad. La investigación resalta la necesidad de incorporar enfoques gerontológicos en la planificación urbana para asegurar entornos accesibles y fomentar la integración social de esta población vulnerable

Marco Teórico

La tradición francesa de análisis sociológico, que originó el término exclusión, considera que es un proceso social de pérdida de integración que abarca no solo la falta de ingresos y el distanciamiento del mercado laboral, sino también el debilitamiento de los lazos sociales, la disminución de la participación social y, en consecuencia, la pérdida de derechos sociales (Laparra & Pérez, 2008). Según la definición anterior, la exclusión social se fundamenta en tres grandes ejes: el eje económico (la producción y la distribución), el eje político (la ciudadanía política y la ciudadanía social) y el eje relacional (la ausencia de lazos y las relaciones sociales perversas).

Según Dykxhoorn et al. (2023), la exclusión social abarca cinco dominios principales: material, relacional, político, digital y estructural, cada uno de los cuales puede afectar a diferentes grupos de la población de maneras distintas.

La exclusión social por cuestión de edad se refiere a la imposibilidad de individuos mayores de participar efectivamente en los ámbitos económico, social, cultural, político e institucional de la sociedad. Esta situación se agrava debido a factores como el debilitamiento de las redes de contactos, el desempleo de larga duración y los prejuicios sobre la capacidad de adaptación de los adultos mayores. La exclusión social de las personas mayores no solo limita su desarrollo personal y profesional, sino que también los invisibiliza ante los organismos gubernamentales y no gubernamentales, impidiendo el acceso a programas sociales y oportunidades de inclusión (Vicini, 2022).

Según Kucharczyk (2021), se refiere a la imposibilidad de los individuos mayores de participar plenamente en la vida económica, social, cultural y política de la sociedad debido a su edad. Esta exclusión incluye la reducción de la participación en el mercado laboral, el acceso limitado a servicios de salud y sociales, y el debilitamiento de las redes sociales. Las personas mayores enfrentan una mayor vulnerabilidad a la exclusión debido a prejuicios sobre su capacidad de adaptación y contribución. Para este autor, la exclusión social de las personas mayores es un fenómeno multidimensional que debe ser abordado desde una perspectiva de derechos para garantizar una inclusión integral.

Información estadística

Al año 2022, en México, el 14% de la población tiene 60 años o más, lo que representa alrededor de 17.96 millones de personas. Entre ellas, el 33% forma parte de la Población Económicamente Activa (PEA), y la mayoría trabaja en el sector informal (70%). De los adultos mayores ocupados, el 49% trabaja por cuenta propia, mientras que el 38% es empleado subordinado. Además, el 45% gana hasta un salario mínimo, y el 44% de los mayores de 60 años carece de prestaciones laborales. En general, las mujeres enfrentan mayores desventajas económicas y laborales que los hombres en este grupo de edad (INEGI, 2022).

De la población de 60 años y más, 17.9 % declaró haber sido discriminada en los últimos 12 meses. De este porcentaje, 39.2 % refirió que el motivo fue su edad (INEGI, 2022).

Con respecto a la población de Ciudad Juárez, la tabla 1 muestra una distribución detallada por edad y género. La población total está equilibrada entre hombres y mujeres, representando cada uno el 50%. Sin embargo, a partir de los 60 años, el porcentaje de mujeres supera al de los hombres, alcanzando hasta un 68% en el grupo de 100 años o más. Este cambio refleja una mayor esperanza de vida en mujeres.

A medida que aumenta la edad, la proporción de mujeres crece significativamente debido a la reducción en la población masculina. Por ejemplo, en el grupo de 90-94 años, la relación hombres-mujeres es de 55.6. La tabla evidencia un proceso de envejecimiento poblacional caracterizado por un incremento en la proporción de mujeres en las edades avanzadas, lo que destaca la importancia de planificar políticas sociales y económicas que respondan a las necesidades específicas de esta población envejecida, particularmente de las mujeres, quienes suelen enfrentar mayores vulnerabilidades en salud, economía y acceso a servicios básicos.

Tabla 1. Población en Cd. Juárez

	Total	Hombres	%	Mujeres	%	Relación hombres-mujeres
Población total Ciudad Juárez :	1512450	756977	50%	755473	50%	100.2
45-49 años	106145	53970	51%	52175	49%	103.4
50-54 años	88659	44296	50%	44363	50%	99.8
55-59 años	64195	31880	50%	32315	50%	98.7
60-64 años	49551	23372	47%	26179	53%	89.3
65-69 años	33378	15370	46%	18008	54%	85.4
70-74 años	22446	9964	44%	12482	56%	79.8
75-79 años	14563	6430	44%	8133	56%	79.1
80-84 años	8795	3734	42%	5061	58%	73.8
85-89 años	4271	1687	39%	2584	61%	65.3
90-94 años	1478	528	36%	950	64%	55.6
95-99 años	439	149	34%	290	66%	51.4
100 años y más	68	22	32%	46	68%	47.8

En la tabla 2 se presentan datos con respecto a la discapacidad con un grado de dificultad alto. La incidencia de discapacidad aumenta progresivamente con la edad, siendo notable a partir de los 60 años. Las limitaciones más comunes están relacionadas con caminar, recordar o concentrarse, y hablar o comunicarse. Esto indica una necesidad urgente de accesibilidad e infraestructura adecuada para este grupo.

Tabla 2. Discapacidad con mucha dificultad

Grupos quinquenales de edad	Población total	Discapacidad o limitación por tipo de actividad cotidiana que realiza y población con algún problema o condición mental
		Con discapacidad según actividad cotidiana que realiza con mucha dificultad o no puede hacerla

		Población con discapacidad, limitación o con algún problema o condición mental	Proporción de la población total con alguna discapacidad	Discapacidad o limitación por tipo de actividad cotidiana que realiza y población con algún problema o condición mental							
				Total	Ver aun usando lentes	Oír aun usando aparato auditivo	Caminar, subir o bajar	Recordar o concentrarse	Bañarse, vestirse o comer	Hablar o comunicarse	
45-49 años	106145	20350	19%	4281	2431	510	1464	439	399	289	
50-54 años	88659	22033	25%	5256	2830	662	2143	542	513	342	
55-59 años	64195	19343	30%	5054	2415	672	2557	501	619	307	
60-64 años	49551	18554	37%	5656	2538	823	3136	622	712	335	
65-69 años	33378	15129	45%	5131	2159	856	3139	647	779	292	
70-74 años	22446	12172	54%	4587	1817	907	2944	672	800	281	
75-79 años	14563	9085	62%	4000	1548	1024	2664	686	904	331	
80-84 años	8795	6347	72%	3202	1194	973	2248	749	989	335	
85 años y más	6256	5070	81%	3110	1249	1341	2289	1033	1375	490	

Al igual que en la tabla anterior, la tabla 3 muestra que las limitaciones son más frecuentes en edades avanzadas, con un impacto significativo en actividades como caminar y concentrarse. Estas dificultades evidencian la importancia de promover programas de prevención y rehabilitación para las personas mayores.

Tabla 3. Discapacidad con poca dificultad

Grupos quinquenales de edad	Discapacidad o limitación por tipo de actividad cotidiana que realiza y población con algún problema o condición mental							
	Con limitación según actividad cotidiana que realiza con poca dificultad							
	Total	Ver aun usando lentes	Oír aun usando aparato auditivo	Caminar, subir o bajar	Recordar o concentrarse	Bañarse, vestirse o comer	Hablar o comunicarse	Población con algún problema o condición mental
45-49 años	15397	11512	2018	3144	2065	446	331	
50-54 años	16231	11959	2451	4098	2283	489	388	1082
55-59 años	13918	9560	2489	4680	2249	631	422	779
60-64 años	12673	8080	2848	5378	2622	776	461	592
65-69 años	9872	5843	2672	4908	2365	761	441	412
70-74 años	7471	4136	2485	4098	2171	800	499	379
75-79 años	5034	2714	1999	3078	1591	705	372	278
80-84 años	3124	1584	1417	2026	1145	624	338	208
85 años y más	1942	951	1025	1346	736	591	309	234

Los niveles de alfabetismo son altos en los grupos de menor edad, pero el analfabetismo aumenta gradualmente en los grupos mayores, alcanzando su

punto más alto (13%) en personas de 85 años o más. Esto destaca la necesidad de programas de alfabetización para adultos mayores. Según muestra la tabla 4.

Tabla 4. Alfabetismo

Grupos quinquenales de edad	Población de 15 años y más	Condición de alfabetismo		
		Alfabeta	Analfabeta	No especificado
45-49 años	106145	104813	1139	193
50-54 años	88659	87185	1381	93
55-59 años	64195	62601	1516	78
60-64 años	49551	48128	1381	42
65-69 años	33378	31988	1361	29
70-74 años	22446	21176	1259	11
75-79 años	14563	13505	1038	20
80-84 años	8795	7933	854	8
85 años y más	6256	5440	808	8

La mayoría de las personas mayores completaron únicamente la primaria, mientras que los estudios técnicos o comerciales son limitados. Esto refleja una baja escolaridad histórica que afecta sus oportunidades laborales y económicas, como puede observarse en la tabla 5.

Tabla 5. Educación básica

Grupos de edad	Población de 3 años y más	Sin escolaridad	Escolaridad										Estudios técnicos o comerciales con primaria terminada
			Educación básica										
			Primaria					Secundaria					
			Preescolar	Total	1 a 5 grados	6 grados	No especificado	Total	1 a 2 grados	3 grados	No especificado		
45-49 años	106145	1403	149	23816	3880	19898	38	40320	2898	37363	59	598	
50-54 años	88659	1768	172	23654	4776	18843	35	29934	2680	27213	41	694	
55-59 años	64195	2072	158	21894	5412	16436	46	17367	1784	15556	27	795	
60-64 años	49551	2227	198	22158	6956	15157	45	10206	1234	8947	25	803	
65-69 años	33378	2026	145	17061	6615	10409	37	5471	785	4666	20	620	
70-74 años	22446	2094	136	12432	5582	6831	19	2764	443	2315	6	420	
75-79 años	14563	1814	119	8393	4235	4144	14	1420	237	1178	5	304	
80-84 años	8795	1405	88	5245	2819	2417	9	670	103	567	0	160	
85 años y más	6256	1365	52	3637	1934	1697	6	438	55	383	0	80	

La educación media superior es limitada, con una disminución drástica en los grupos de mayor edad. Solo un pequeño porcentaje alcanza grados completos

en bachillerato, lo que subraya desigualdades educativas acumuladas con el tiempo.

Tabla 6. Educación media superior

Grupos de edad	Población de 3 años y más	Educación media superior								
		Estudios técnicos o comerciales con secundaria terminada				Preparatoria o bachillerato ¹				Norm al básica
		Total	1 a 2 grados	3 o más grados	No especificado	Total	1 a 2 grados	3 o más grados	No especificado	
45-49 años	106145	2052	464	1584	4	18333	2312	15984	37	48
50-54 años	88659	2043	375	1666	2	14211	1870	12316	25	160
55-59 años	64195	1514	279	1230	5	8474	1093	7370	11	186
60-64 años	49551	1171	155	1014	2	4493	537	3951	5	143
65-69 años	33378	890	108	782	0	2298	299	1998	1	100
70-74 años	22446	580	70	509	1	1186	120	1065	1	80
75-79 años	14563	346	34	312	0	653	71	582	0	73
80-84 años	8795	181	12	167	2	284	25	258	1	32
85 años y más	6256	92	7	85	0	164	7	157	0	26

El acceso a la educación superior es muy bajo, especialmente en los grupos mayores de 60 años. Este patrón refleja limitaciones históricas en la oferta educativa que afecta las oportunidades profesionales de las generaciones mayores.

Tabla 7. Educación superior

Grupos de edad	Población de 3 años y más	Educación superior						
		Estudios técnicos o comerciales con preparatoria terminada	Licenciatura o equivalente					No especificado
			Total	1 a 3 grados	4 o más grados	No especificado	Posgrado	
45-49 años	106145	1847	14371	3208	11132	31	2998	210
50-54 años	88659	1739	11897	2796	9065	36	2279	108
55-59 años	64195	1150	8816	1986	6815	15	1687	82
60-64 años	49551	698	6112	1309	4783	20	1298	44
65-69 años	33378	475	3424	739	2680	5	834	34
70-74 años	22446	298	1980	445	1530	5	462	14
75-79 años	14563	141	1024	251	766	7	258	18
80-84 años	8795	71	516	107	405	4	136	7
85 años y más	6256	38	290	65	225	0	70	4

La tasa de participación económica disminuye significativamente con la edad, siendo del 82% en el grupo de 45-49 años y solo del 7% en mayores de 85 años.

Esto demuestra que la mayoría de las personas mayores dependen de ingresos no laborales o familiares.

Tabla 8. Condición de actividad económica

Grupos quinquenales de edad	Población de 12 años y más	Condición de actividad económica					Tasa específica de participación económica ¹
		Población económicamente activa			Población no económicamente activa	No especificado	
		Total	Ocupada	Desocupada			
45-49 años	106145	87875	87030	845	18037	233	82.787696
50-54 años	88659	69885	69146	739	18584	190	78.824485
55-59 años	64195	46464	45888	576	17540	191	72.379469
60-64 años	49551	25121	24864	257	24294	136	50.697261
65-69 años	33378	12658	12521	137	20615	105	37.923183
70-74 años	22446	5874	5827	47	16480	92	26.169473
75-79 años	14563	2757	2736	21	11754	52	18.931539
80-84 años	8795	1047	1034	13	7703	45	11.904491
85 años y más	6256	456	450	6	5760	40	7.289003

¹ Es el porcentaje que representa la población económicamente activa, respecto de la población de 12 años y más.

Las actividades no económicas predominan en personas mayores, especialmente como dedicación a los quehaceres del hogar y pensiones o jubilaciones. Sin embargo, los datos también muestran limitaciones físicas o mentales que impiden el trabajo en edades avanzadas.

Tabla 9. Actividad no económica

Grupos quinquenales de edad	Población de 12 años y más no económicamente activa	Tipo de actividad no económica				
		Pensionada o jubilada	Estudiante	Se dedica a los quehaceres de su hogar	Limitación física o mental permanente que le impide trabajar	Otras actividades no económicas
45-49 años	18037	889	90	14514	533	2011
50-54 años	18584	2131	48	13648	620	2137
55-59 años	17540	3473	36	11195	690	2146
60-64 años	24294	10738	29	10400	697	2430
65-69 años	20615	9905	10	7765	667	2268
70-74 años	16480	8083	14	5566	613	2204
75-79 años	11754	5702	8	3543	640	1861
80-84 años	7703	3424	4	2095	580	1600
85 años y más	5760	2266	2	1161	714	1617

Aunque la mayoría de las personas mayores están afiliadas a servicios de salud, una proporción significativa no cuenta con esta cobertura,

especialmente en los grupos más jóvenes (45-54 años). Esto representa una brecha en la protección social.

Tabla 10. Afiliación a servicios de salud

Grupos quinquenales de edad	Población total ¹	Condición de afiliación a servicios de salud										
		Afiliada ²									No afiliada	No especificado
		Total	IMSS	ISSSTE	ISSSTE estatal	Pemex, Defensa o Marina	Instituto de Salud para el Bienestar ³	IMSS BIENESTAR	Institución privada	Otra institución ⁴		
45-49 años	106145	87590	72257	3042	334	86	7163	340	4134	2001	18452	103
50-54 años	88659	72858	59104	2950	372	57	6324	294	3361	1727	15696	105
55-59 años	64195	52854	41914	2998	296	59	4781	182	2204	1338	11264	77
60-64 años	49551	41712	33496	2570	228	44	3597	168	1311	921	7794	45
65-69 años	33378	28516	22517	1900	168	39	2647	124	858	666	4839	23
70-74 años	22446	19393	14825	1564	146	29	2041	109	510	468	3038	15
75-79 años	14563	12587	9375	1059	123	28	1364	64	371	380	1960	16
80-84 años	8795	7494	5539	613	75	21	890	52	206	203	1297	4
85 años y más	6256	5202	3709	451	40	14	655	33	202	163	1049	5

Las tasas de viudez aumentan considerablemente con la edad, especialmente en mujeres. Este fenómeno está ligado a la mayor esperanza de vida femenina y a los retos emocionales y económicos que enfrentan las personas viudas.

Tabla 11. Situación conyugal

Grupos quinquenales de edad	Población de 12 años y más	Situación conyugal								
		Soltera	Casada			En unión libre	Separada	Divorciada	Viuda	No especificado
			Civil	Religiosamente	Civil y religiosamente					
45-49 años	106145	11589	30403	1250	22091	25030	8106	5277	2319	80
50-54 años	88659	9446	24162	1169	21207	16930	6965	4953	3755	72
55-59 años	64195	6579	16649	930	16679	10009	4880	3839	4578	52
60-64 años	49551	4638	11934	703	13433	5818	3681	3026	6281	37
65-69 años	33378	2914	7030	480	9068	2840	2259	1846	6919	22
70-74 años	22446	1837	3929	282	5922	1464	1262	1073	6667	10
75-79 años	14563	1144	1997	208	3534	748	753	530	5638	11
80-84 años	8795	575	919	110	1712	324	305	250	4597	3
85 años y más	6256	401	455	53	740	138	198	156	4111	4

La mayoría de las personas mayores vive como personas de referencia en sus hogares o como cónyuges. Sin embargo, también hay una proporción relevante que vive con familiares más jóvenes, lo que evidencia la importancia de redes familiares en el apoyo a este grupo.

Tabla 12. Parentesco

Grupos de edad	Población en hogares censales	Parentesco								
		Persona de referencia ¹	Esposa(o) o pareja	Hija(o)	Nieta(o)	Nuer a o yerno	Madre, padre o suegra(o)	Otro parentesco	Sin parentesco	No especificado
45-49 años	105 734	58 954	35 844	5 423	42	607	1 321	3 080	445	18
50-54 años	88 401	50 423	28 848	3 403	15	342	2 115	2 863	378	14
55-59 años	63 980	37 908	19 815	1 512	3	150	2 339	1 991	247	15
60-64 años	49 408	29 793	14 105	694	2	70	2 810	1 727	203	4
65-69 años	33 274	20 698	8 405	247	1	58	2 637	1 098	124	6
70-74 años	22 306	14 204	4 761	53	0	30	2 421	761	72	4
75-79 años	14 454	9 323	2 438	12	0	13	2 053	552	63	0
80-84 años	8 670	5 482	1 032	1	0	22	1 690	391	52	0
85 años y más	6 071	3 287	386	0	0	21	1 938	409	30	0

La esperanza de vida en el estado de Chihuahua tabla 13 muestra la evolución en la entidad desde 1970 hasta una proyección para 2070. Se observa un incremento progresivo en la esperanza de vida tanto en hombres como en mujeres, aunque con una ligera reducción en 2020. Se proyecta que para 2070, los hombres alcancen una esperanza de vida de 80.7 años y las mujeres de 87 años.

Tabla 13. Esperanza de vida en el estado de Chihuahua

Esperanza de vida		
Hombres	Mujeres	Año
60.1	63.9	1970
65.6	72.1	1980
70.4	76.1	1990
73.8	78.9	2000
72.3	78.1	2010
65.7	73.9	2020
74.7	80.9	2030
76.3	82.7	2040
77.8	84.2	2050
79.3	85.7	2060
80.7	87	2070

La tabla 14 presenta la disminución de la tasa de fecundidad en Chihuahua a lo largo del tiempo, pasando de 5.95 hijos por mujer en 1970 a 1.3 en 2070. Esto refleja una fuerte tendencia a la baja en la natalidad, lo que puede influir en el envejecimiento de la población y en la estructura demográfica del estado.

Tabla 14. Tasa global de fecundidad

Año	Tasa Global de fecundidad
1970	5.95
1980	4.25
1990	3.4
2000	2.77
2010	2.24
2020	1.88
2030	1.61
2040	1.44
2050	1.36
2060	1.32
2070	1.3

En la pirámide poblacional por grupo de edad en Cd. Juárez tabla 15, se observa la distribución de la población por grupos de edad desde 1990 hasta 2040. Se observa una disminución de la proporción de población joven (0-14 años) y un aumento en los grupos de mayor edad, especialmente en la población de 65 años y más. Esto indica un envejecimiento poblacional y posibles desafíos en términos de políticas sociales, salud y economía

Tabla 15. Pirámide poblacional por grupo de edad en Cd. Juárez

SEXO	AÑO	POB 0 - 14	POB 15- 44	POB 45- 64	65 O MAS
HOMBRES	1990	35.7%	50.6%	10.5%	3.3%
MUJERES	1990	34.3%	49.8%	11.8%	4.1%
HOMBRES	2000	33.7%	52.6%	10.5%	3.2%
MUJERES	2000	33.3%	50.7%	11.9%	4.1%
HOMBRES	2010	32.2%	50.1%	14.1%	3.6%
MUJERES	2010	31.2%	49.6%	14.6%	4.5%
HOMBRES	2020	26.2%	49.9%	19.2%	4.7%

MUJERES	2020	25.3%	49.2%	19.6%	5.9%
HOMBRES	2030	22.0%	50.4%	20.8%	6.8%
MUJERES	2030	21.4%	48.2%	22.0%	8.4%
HOMBRES	2040	19.2%	47.1%	24.1%	9.6%
MUJERES	2040	18.9%	45.1%	24.2%	11.8%

Resultados

En el presente apartado se muestran los principales hallazgos de las entrevistas a profundidad realizadas a actores clave, los cuales fueron seleccionados por Girasoles y Fortaleza basados en su amplia experiencia y conocimiento de la inclusión social de las personas mayores de 45 años en Ciudad Juárez en el sector productivo, filantrópico, académico, social, de servicio público y experiencia de vida, en relación a esta última se incluyen las opiniones y experiencias de dos de los más recientes ganadores del premio vida activa otorgado por Girasoles el cual busca reconocer las trayectorias de personas mayores de 75 años que han destacado por su creatividad, conocimientos o liderazgo en la comunidad.

A continuación se presenta una breve semblanza de los actores clave entrevistados:

Carola Amparán Máynez

Empresaria, Consultora en desarrollo Organizacional, Fundadora de Girasoles y consejera de Fortaleza.

Egresada del Diplomado de Dirección de Empresas por el IPADE, cuenta con una amplísima carrera de desarrollo organizacional y dirección de empresas tanto en empresas comerciales, industriales y de servicio, mexicanas y extranjeras. Es co-fundadora de Girasoles, y su actual vice-presidente, y consejera actual de Fortaleza.

Carola es persona comprometida en la lucha por la inclusión y los derechos de las personas mayores en Ciudad Juárez. A través de su labor, ha destacado la importancia de generar espacios donde las personas mayores de 45 años puedan seguir participando activamente en la sociedad, tanto en el ámbito educativo como laboral y social.

Su trabajo en Girasoles Centro De Desarrollo Integral Para El Adulto Mayor, A.C., ha sido un apoyo para la reinserción social de personas mayores, promoviendo la educación continua, el acceso al empleo y la recuperación de la autoestima a través de la participación en actividades culturales y tecnológicas.

Con un enfoque humano y empático, Carola ha sido testigo de cómo la sociedad tiende a reducir el valor de las personas mayores, ignorando su experiencia y conocimientos. Ha trabajado para cambiar esta percepción, promoviendo un envejecimiento activo y digno, donde cada persona pueda seguir contribuyendo y participando en la comunidad.

Julia Ávila Rodríguez y Beatriz Alvarado Acosta

Miembros de la Congregación Misioneras de María Dolorosa directora y vocal del Asilo Senecú

Julia Ávila Rodríguez y Beatriz Alvarado Acosta han dedicado su vida al cuidado y bienestar de los adultos mayores en Ciudad Juárez a través del Asilo Senecú. Ambas pertenecen a la Congregación Misioneras de María Dolorosa, y desde su labor como directora y vocal del asilo, han sido testigos de las profundas problemáticas que enfrentan las personas mayores en temas de inclusión social, acceso a la educación, salud y calidad de vida.

Su trabajo ha sido fundamental para visibilizar las necesidades de los adultos mayores en Ciudad Juárez y generar conciencia sobre la urgencia de políticas y programas que promuevan su bienestar. Para ellas, la clave está en educar a la sociedad desde temprana edad para que el envejecimiento no sea visto como una etapa de declive, sino como una oportunidad para seguir creciendo y aportando a la comunidad.

Emilio Gutiérrez de Alba

Periodista y Escritor, Ganador del Premio Vida Activa 2024

Don Emilio Gutiérrez es un periodista y escritor destacado, reconocido por su labor en la difusión de la cultura y el análisis de la realidad social en Ciudad Juárez. Como ganador del Premio Vida Activa, su trayectoria es testimonio de la importancia de mantenerse en constante aprendizaje y contribución a la sociedad, sin importar la edad.

Desde su experiencia en el periodismo y la literatura, Don Emilio ha sido testigo de las transformaciones sociales y económicas de la ciudad. Ha analizado cómo la población adulta mayor enfrenta múltiples desafíos, desde la exclusión laboral hasta la falta de acceso a educación, salud y actividades recreativas. A lo largo de su vida, ha observado que la marginación de las personas mayores es una realidad que comienza a partir de los 40 años, cuando las empresas limitan las oportunidades de empleo, dejando a muchas personas en incertidumbre económica.

Como escritor prolífico, ha publicado numerosos libros y continúa trabajando en nuevas obras, demostrando que la creatividad no tiene límites. Su consejo para las nuevas generaciones y para los adultos mayores es claro: "El secreto de una vida plena es mantenerse en movimiento, física y mentalmente. No importa la edad, siempre hay algo nuevo por aprender y aportar a la sociedad".

Dr. Víctor Orozco

Historiador, escritor y docente. Ganador del premio Vida Activa 2021

El Dr. Víctor Orozco es un historiador, abogado y docente que ha dedicado más de 50 años al estudio y enseñanza de la historia en México. Con una trayectoria académica que abarca la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez (UACJ), la Universidad Autónoma de Chihuahua (UACH) y la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), ha sido un referente en la investigación sobre la Revolución Mexicana, la historia del siglo XIX y los conflictos indígenas, especialmente las guerras apaches en Chihuahua.

A lo largo de su carrera, ha publicado numerosas obras que han enriquecido el conocimiento histórico de la región, entre ellas libros sobre la historia de Chihuahua, una recopilación de documentos sobre las guerras indias y una biografía de Ignacio Orozco Sandoval, un militar y abogado cercano a Benito Juárez. Su pasión por la investigación lo ha llevado a recorrer archivos nacionales e internacionales, consolidándose como un historiador que trabaja con fuentes primarias para construir narrativas sólidas y bien documentadas.

Más allá de su faceta académica, el Dr. Orozco ha demostrado que la vida activa no tiene límites de edad. A sus 78 años, continúa escribiendo, investigando y dando conferencias. Además, ha desarrollado una pasión por la carpintería, un oficio que considera parte esencial de su vida, al que se ha dedicado desde joven con la misma disciplina y compromiso que a la historia.

Como adulto mayor, ha reflexionado profundamente sobre la exclusión que enfrentan las personas mayores en la sociedad actual, señalando que la marginación no comienza a los 60 años, sino mucho antes, alrededor de los 45 años, cuando se dificulta la reinserción laboral y educativa. Ha observado cómo la falta de oportunidades y la discriminación por edad afectan la autoestima y la independencia de las personas mayores, algo que considera necesario combatir con autonomía, aprendizaje continuo y resistencia a la exclusión.

Su vida y trayectoria son un testimonio de que el conocimiento, la pasión y el compromiso con la cultura no tienen edad. Desde las aulas hasta los talleres de carpintería, el Dr. Víctor Orozco continúa dejando huella, inspirando a nuevas generaciones y recordándonos que el aprendizaje y la vida activa son un proceso sin final.

José Yarahuán

Director de Capital Humano en la Industria Maquiladora

Con más de 33 años de experiencia en el área de recursos humanos, José Yarahuán es un referente en la gestión y desarrollo del capital humano dentro de la industria maquiladora. Actualmente, se desempeña como director de capital humano en una empresa norteamericana, cargo desde el cual ha trabajado en reclutamiento, contratación, capacitación, relaciones laborales, beneficios y estrategias organizacionales.

Además de su labor corporativa, ha sido un activo colaborador en la Asociación de Maquiladoras, donde participó durante más de 12 años, incluso fungiendo como presidente de la asociación a nivel local y como director del comité laboral nacional. Su vasta experiencia le ha permitido conocer a profundidad la dinámica de la industria y los retos que enfrenta la fuerza laboral en Ciudad Juárez.

José Haraguan ha reflexionado ampliamente sobre la inclusión y exclusión social de las personas mayores de 45 años en el ámbito laboral.

En el contexto industrial, destaca que las maquiladoras han implementado programas de capacitación y desarrollo profesional, donde la edad no es un factor limitante. Desde el acceso a becas hasta la especialización en nuevas competencias, la industria manufacturera ha evolucionado para garantizar que los trabajadores puedan crecer y mantenerse vigentes en el mercado laboral.

Jesús Manuel García Talavera

Coordinador del Programa de Gerontología - UACJ

El Dr. Jesús Manuel García Talavera es un académico y especialista en gerontología con una sólida formación en psicología y gerontología social. Originario de Guadalajara, Jalisco, ha dedicado los últimos nueve años a la docencia e investigación en la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez (UACJ), donde actualmente se desempeña como coordinador del programa de Gerontología.

Su experiencia y conocimientos lo han llevado a ser parte de la Red Panamericana de Gerontología, una red de universidades en México, Colombia, Venezuela, Uruguay y Paraguay, enfocada en fortalecer la educación e investigación sobre el envejecimiento poblacional en América Latina. Además, es miembro activo del consejo de Girasoles, una organización dedicada a la inclusión y bienestar de las personas mayores.

Como experto en envejecimiento poblacional, el Dr. García Talavera ha analizado las barreras educativas y laborales que enfrentan las personas mayores de 45 años, destacando que la exclusión no comienza en la vejez, sino desde los 35 años, cuando el acceso a empleos formales y a oportunidades de capacitación se vuelve más limitado. Explica que esta exclusión se debe a estereotipos arraigados, que hacen creer que la educación y la innovación son solo para los jóvenes, ignorando que el aprendizaje es un proceso continuo a lo largo de la vida.

Uno de los mayores desafíos que ha identificado en la educación de adultos mayores es la falta de conocimiento sobre andragogía y gerontología, metodologías que se enfocan en la enseñanza para adultos y personas mayores. Considera que muchas universidades siguen basando su enseñanza en la pedagogía tradicional, diseñada para niños y adolescentes, lo que crea barreras para que los adultos continúen con su formación.

Sara Ortiz Soto

Coordinadora de Centros Comunitarios para Adultos Mayores en Ciudad Juárez

Con más de doce años de experiencia trabajando en la inclusión y bienestar de los adultos mayores, Sara Ortiz Soto ha sido una pieza clave en la coordinación de programas comunitarios enfocados en la población de la tercera edad en Ciudad Juárez. Durante su labor, ha representado a más de noventa y seis consejos de adultos mayores, supervisando y apoyando una red de personas que buscan mantenerse activas y socialmente integradas.

Uno de los logros de Sara ha sido la promoción de talleres de capacitación y actividades recreativas en colaboración con empresas privadas como OXXO y organismos municipales.

Entrevistas Realizadas

Para la elaboración del presente documento, Fortaleza llevó a cabo un proceso de entrevistas con los actores clave previamente mencionados, cuya experiencia y conocimientos permitieron recopilar información fundamental para el desarrollo de esta investigación. A través de sus testimonios, se logró obtener una visión más amplia y detallada sobre la realidad que enfrentan las personas de 45 años en adelante en distintos ámbitos de su vida.

En las siguientes secciones, se presenta un resumen de los temas abordados en estas entrevistas, estructurado en torno a los principales indicadores que guían este estudio: *Exclusión Social, Estado Físico, Bienestar Emocional, Situación Económica y Participación Cultural y Uso del Tiempo Libre.*

Este enfoque permite no solo comprender las problemáticas identificadas, sino también visibilizar áreas de oportunidad para el diseño de estrategias que contribuyan a mejorar la calidad de vida de esta población.

Exclusión Social

Acceso a la educación

Las personas mayores de 45 años enfrentan una exclusión estructural en el acceso a la educación formal e informal, una situación que se agudiza a partir de los 60 años. Entre las principales barreras que limitan su participación se encuentran factores económicos, culturales, la falta de difusión de programas y los estigmas sobre su capacidad de aprendizaje en la vejez.

Aunque existen iniciativas como talleres, diplomados y programas de capacitación dentro de la industria maquiladora, la cual es predominante en Ciudad Juárez, su accesibilidad sigue siendo un reto debido a costos, distancias o falta de motivación. En este contexto, el señor Manuel García mencionó durante su entrevista que se hace evidente la necesidad de metodologías adaptadas, como la gerontagogía, que promuevan un aprendizaje práctico y útil para la vida cotidiana.

No obstante, además de las limitaciones estructurales, la falta de interés y la renuencia a involucrarse en procesos educativos también representan un obstáculo significativo para la integración de las personas mayores en el ámbito educativo.

Barreras tecnológicas

La brecha digital es una de las principales barreras que enfrentan las personas mayores, reforzada por el estigma de que su edad les impide adquirir nuevas habilidades tecnológicas, lo cual se traduce en una sensación de que las personas mayores no tienen “capacidad”, “aptitud” o “inteligencia”, para estar actualizados en el manejo de teléfonos celulares, tabletas, computadoras etc.

Aunque existen programas diseñados para reducir esta brecha, su acceso sigue siendo limitado debido a factores como los costos, la falta de infraestructura adecuada y el desconocimiento sobre su existencia. Si bien algunos adultos mayores logran desarrollar competencias digitales con apoyo externo, esto sigue siendo una excepción más que una práctica generalizada, lo que evidencia la necesidad de estrategias más inclusivas y accesibles para fomentar su integración en el mundo digital.

Participación en actividades sociales y culturales

Según lo desarrollado por Sara Ortiz durante su entrevista, la participación de las personas mayores en actividades sociales sigue siendo limitada, especialmente en las zonas periféricas, donde enfrentan barreras económicas, físicas y de transporte que dificultan su integración. Sin embargo, programas comunitarios de distintas Asociaciones Civiles, como Girasoles, y los consejos de adulto mayor han demostrado ser herramientas efectivas para fortalecer la autoestima y fomentar la socialización entre los participantes.

Tras la pandemia, se ha observado un incremento en la participación en estas iniciativas, lo que subraya la importancia de contar con espacios accesibles que contribuyan al bienestar emocional de esta población.

En el ámbito laboral, particularmente dentro del sector industrial, algunos trabajadores tienen acceso a actividades de integración, pero fuera de este sector, la posibilidad de participar en eventos sociales y recreativos suele estar determinada por el nivel socioeconómico y educativo.

Estigmas sociales

Las personas mayores enfrentan una fuerte discriminación basada en la percepción de que son inactivos, menos capaces y con una utilidad reducida en la sociedad, lo que refuerza su exclusión tanto en el ámbito social como en el laboral. Esta discriminación se manifiesta en distintos niveles, desde el entorno familiar hasta el acceso a oportunidades de empleo y atención médica, donde el envejecimiento suele asociarse con decadencia y enfermedad.

Esta visión negativa impacta directamente en su autoestima y desmotiva su participación en actividades que podrían mejorar su bienestar. No obstante, en algunos espacios laborales, como la industria maquiladora, se reconoce y valora la experiencia y estabilidad de los trabajadores mayores, lo que demuestra que es posible generar ambientes más inclusivos y equitativos para esta población.

Estado Físico

Movilidad y actividad física

La movilidad y la actividad física en las personas comienzan a verse limitadas a partir de los 45 años por diversas barreras, como lo son la economía, el transporte e infraestructura, lo que dificulta su acceso a espacios adecuados para ejercitarse.

Aunque existen programas específicos de activación física, como baile, yoga y ejercicios promovidos por gerontólogos y diversos actores sociales enfocados en personas mayores, la participación sigue siendo baja debido al desconocimiento de sus beneficios, la falta de interés y la presencia de enfermedades crónicas que dificultan el movimiento.

En algunos entornos laborales, como la industria maquiladora, se han implementado gimnasios y actividades físicas para sus trabajadores, pero fuera de este sector el sedentarismo es predominante. A pesar de la disminución de capacidades físicas con la edad, esto no debería representar una barrera para mantenerse activos; sin embargo, es necesario realizar ajustes en la infraestructura y promover una cultura de ejercicio adaptada a las necesidades de esta población para mejorar su calidad de vida.

Salud y alimentación.

Las enfermedades crónicas como la diabetes, la hipertensión y la obesidad tienen una alta prevalencia entre las personas mayores, muchas veces como resultado de malos hábitos alimenticios y la falta de actividad física. Durante la conversación con Julia y Beatriz, destacaron que la dieta de esta población suele ser poco equilibrada y de bajo valor nutricional, con un alto consumo de grasas, azúcares y alimentos ultraprocesados, lo que agrava su estado de salud.

La falta de educación nutricional y las limitaciones económicas representan obstáculos adicionales para acceder a una alimentación más saludable. Sin embargo, en algunos entornos laborales en nuestra localidad, se han implementado comedores con opciones más nutritivas, lo que contribuye a mejorar la dieta de los trabajadores y refleja la importancia de promover estrategias similares en otros sectores para garantizar una mejor calidad de vida en esta etapa.

Acceso a la salud

Aunque la gran mayoría de las personas mayores cuentan con servicios médicos a través del IMSS, ISSSTE y diversos programas gubernamentales, la calidad de la atención es deficiente debido a la saturación del sistema, la falta de medicamentos y los largos tiempos de espera. Además, los problemas de movilidad y transporte dificultan el acceso oportuno a consultas y tratamientos, lo que agrava su estado de salud.

En contraste, José Yarahuán puntualizó que dentro del sector industrial, algunas empresas han implementado servicios médicos, consultas y apoyo psicológico para sus empleados mayores, lo que facilita el acceso a la atención en ese entorno específico. Sin embargo, persiste una falta de sensibilidad médica hacia esta

población, lo que impacta negativamente la calidad del servicio y refuerza su vulnerabilidad dentro del sistema de salud, ya que fuera del ámbito laboral, las deficiencias en los sistemas de salud públicos son una barrera significativa.

Bienestar Emocional

Impacto de la exclusión

La exclusión social, laboral y familiar tiene un impacto profundo en el bienestar emocional de las personas mayores, generando sentimientos de tristeza, soledad y una creciente sensación de pérdida de propósito en la vida. La falta de integración en actividades familiares y comunitarias contribuye al desarrollo de ansiedad y depresión, mientras que el aislamiento prolongado puede derivar en situaciones de abuso emocional, físico e incluso sexual.

Sin embargo, Carola Amparán, nos comparte que según su experiencia, los programas desarrollados por la sociedad civil y distintos grupos de apoyo han demostrado ser efectivos para fortalecer la autoestima y mejorar la salud emocional de esta población, brindándoles espacios de socialización y contención.

En el ámbito laboral, algunas empresas han comenzado a implementar iniciativas de apoyo emocional y manejo del estrés dirigidas a sus empleados mayores, lo que representa un paso importante hacia el reconocimiento de sus necesidades emocionales y psicológicas.

Relación entre salud física y emocional

Don Emilio Gutiérrez enfatizó que la salud física y emocional de los adultos mayores están estrechamente relacionadas, ya que los problemas de salud mental pueden acelerar el deterioro físico, mientras que las enfermedades crónicas como la diabetes o la hipertensión pueden intensificar la ansiedad y la depresión. Lo que resalta la necesidad de mantener ambos aspectos en equilibrio.

La falta de movilidad, junto con la dependencia económica o física, afecta directamente su autonomía y autoestima, generando una sensación de vulnerabilidad y aislamiento. Ante esta realidad, algunos entornos laborales han implementado programas de bienestar integral que abordan tanto la salud física como la emocional, promoviendo un enfoque más holístico para mejorar su calidad de vida y fomentar su inclusión activa en la sociedad.

Salud mental

La salud de nuestra población de estudio se ve frecuentemente afectada por problemas como la depresión, la ansiedad y la baja autoestima, los cuales suelen agravarse debido al aislamiento social y la falta de apoyo familiar. Además, enfermedades neurodegenerativas como la demencia senil impactan a una parte significativa de este grupo, aunque existen esfuerzos para brindarles apoyo mediante terapia y medicación.

Sin embargo, Manuel García reflexionó acerca de los estigmas en torno a la salud mental y cómo estos representan una barrera importante, ya que dificultan que los adultos mayores busquen ayuda profesional. En este contexto, la motivación personal y el fortalecimiento de la autoestima se convierten en factores clave para su bienestar emocional y estabilidad psicológica, destacando la necesidad de promover una mayor sensibilización y accesibilidad en los servicios de salud mental.

Situación Económica

Acceso al empleo

El acceso al empleo para las personas mayores de 45 años se ve gravemente afectado por la discriminación laboral por edad, la cual comienza a manifestarse desde los 35-40 años, reduciendo significativamente sus oportunidades en el mercado formal. Ante esta situación, muchos recurren al empleo informal o al autoempleo, aunque generalmente en condiciones precarias y sin prestaciones. Además, la falta de habilidades tecnológicas representa una barrera adicional para su reinserción laboral, limitando aún más sus posibilidades de acceso a trabajos bien remunerados.

José Yarahuán compartió en su entrevista que existen algunos sectores, como el industrial, donde se valora la experiencia y estabilidad de los trabajadores mayores, ofreciendo beneficios como apoyo para vivienda y alimentación. Sin embargo, fuera de este ámbito, las oportunidades siguen siendo muy limitadas.

Otro obstáculo importante es la sobrecalificación, ya que algunos empleadores consideran que los adultos mayores no se ajustan a los perfiles laborales disponibles, lo que refuerza su exclusión del mercado laboral formal.

Independencia económica

La independencia económica de los adultos mayores se ve comprometida por la insuficiencia de ingresos provenientes de pensiones gubernamentales, el apoyo familiar o trabajos informales, lo que dificulta garantizar una vida digna.

Carola Amparán agregó a su conversación que la falta de orientación financiera y las complicaciones en la gestión de pensiones agravan aún más su estabilidad

económica, dejándolos en una situación de vulnerabilidad. Además, los altos costos de vida y la inflación limitan su acceso a necesidades básicas como una alimentación adecuada y la posibilidad de participar en actividades recreativas.

Si bien la independencia financiera es un factor clave para la autoestima y el bienestar de esta población, la falta de oportunidades laborales y los ingresos reducidos obstaculizan su autonomía, evidenciando la necesidad de implementar políticas que fortalezcan su inclusión económica y mejoren sus condiciones de vida.

Abusos económicos y desafíos financieros

Los adultos mayores enfrentan importantes desafíos financieros, entre ellos el abuso económico dentro del núcleo familiar, donde en muchos casos son despojados de sus ingresos o propiedades por parte de sus propios familiares, dejándolos en una situación de vulnerabilidad.

Además, las barreras económicas limitan su acceso a actividades educativas, culturales y recreativas, lo que contribuye a su aislamiento social y deterioro emocional. Para aquellos que no cuentan con un empleo estable o una fuente de ingresos suficiente, las dificultades económicas se convierten en una de las principales fuentes de estrés, afectando su bienestar y calidad de vida. Esta realidad evidencia la necesidad de fortalecer medidas de protección y apoyo financiero para garantizar la seguridad económica de esta población.

Participación Cultural y Uso del Tiempo Libre

Acceso limitado

La participación cultural y el uso del tiempo libre entre las personas mayores se ven limitados por diversas barreras económicas, de transporte y por la falta de difusión sobre las opciones disponibles. Aunque existen espacios como centros comunitarios y grupos enfocados a trabajar con personas mayores, su oferta sigue siendo insuficiente y no siempre accesible para toda la población. Además, la participación en actividades culturales y recreativas varía según el nivel socioeconómico y educativo: mientras que aquellos con mayores ingresos pueden acceder a teatro, deportes y eventos culturales, otros se ven restringidos a actividades en casa o de menor costo.

Esta desigualdad en el acceso a espacios de recreación y cultura refuerza el aislamiento social de muchos adultos mayores, subrayando la necesidad de ampliar las oportunidades de esparcimiento y promover una mayor inclusión en la vida comunitaria.

Interacción social y bienestar emocional

La interacción social juega un papel fundamental en el bienestar emocional de las personas mayores, y su participación en actividades recreativas propiciadas por distintos espacios, como el baile, la bisutería y la repostería no solo les permite desarrollar nuevas habilidades, sino que también fomenta la socialización y reduce el aislamiento.

Durante la conversación con Víctor Orozco, compartió que cuando las personas se integran en talleres y espacios grupales, muestran mayor entusiasmo y una notable mejora en su estado emocional, fortaleciendo su autoestima y sentido de comunidad. Además, destacó que actividades como la carpintería y la escritura contribuyen a reforzar su conexión cultural y su sentido de pertenencia, brindándoles oportunidades para compartir experiencias y mantenerse activos tanto mental como emocionalmente.

Percepción del tiempo libre

La percepción del tiempo libre en los adultos mayores influye directamente en su bienestar y calidad de vida. Muchas personas de esta población no consideran el ocio como un derecho, lo que limita su participación en actividades de esparcimiento y socialización.

Sin embargo, mantener metas personales y desarrollar proyectos individuales resulta fundamental para permanecer activos tanto mental como emocionalmente. Participar en actividades significativas no solo les brinda un sentido de propósito, sino que también fortalece su autoestima y les permite integrarse mejor en la comunidad, mejorando así su calidad de vida de manera integral.

Conclusiones y recomendaciones

Según los datos del INEGI, para el 2070, en el estado de Chihuahua la esperanza de vida al nacer para los hombres se habrá incrementado 20.6 años en el caso de los hombres y 23.1 años en el caso de las mujeres. Pasando de 60.1 años para 1970 a 80.7 para el 2070; y de 63.9 años a 87 años respectivamente. Así mismo, la disminución de la tasa de fecundidad a lo largo del tiempo, pasando de 5.95 hijos por mujer en 1970 a 1.3 en 2070 tendrá como consecuencia un envejecimiento acelerado de la población y en la estructura demográfica del estado.

En el 2024 la mitad de la población Chihuahuense tenía menos de 30 años, para el 2070 se prevé que sea de 50 años, es decir pasamos de ser un país de jóvenes a ser un país y un estado de adultos y personas mayores.

Para Ciudad Juárez, en el 2020 la población de 45 años o más representaba cerca del 24 % de la población total, para el 2040 se espera que este represente el 35 % y que este crecimiento siga aumentando paulatinamente hasta que el porcentaje de personas mayores de 50 años represente más de la mitad de la población.

Si consideramos que la incidencia de discapacidad aumenta progresivamente con la edad y que la tasa de participación económica disminuye notable a partir de los 60 años, en un futuro cercano tendremos un altísimo porcentaje de la población de la ciudad que presentará problemas económicos, de salud, acceso a la educación, cultura y exclusión severos.

Las personas mayores en Ciudad Juárez enfrentan una serie de desafíos estructurales que afectan su inclusión social, bienestar físico y emocional, estabilidad económica y acceso a actividades culturales. A partir de la información generada en éste estudio, se identifican múltiples barreras que refuerzan su exclusión y limitan su calidad de vida.

En el ámbito de la inclusión social, los estereotipos negativos sobre la vejez y la discriminación laboral comienzan a afectar a las personas desde los 40 años, dificultando su integración en la sociedad. Aunque existen programas comunitarios que buscan fomentar su participación, su alcance sigue siendo limitado, mientras que la falta de acceso a la educación y la brecha digital agravan aún más su marginación.

El bienestar físico y emocional de las personas mayores también se ve comprometido por la alta prevalencia de enfermedades crónicas como la diabetes, la hipertensión y la obesidad, condiciones que se ven agravadas por malos hábitos alimenticios y la falta de actividad física. Además, el acceso a los servicios de salud es deficiente debido a la saturación del sistema público, la falta de medicamentos y las dificultades económicas y de transporte. En el plano emocional, la exclusión social y el aislamiento tienen un impacto negativo en su salud mental, aumentando los casos de depresión, ansiedad y pérdida de propósito en la vida.

En términos de situación económica y empleo, la discriminación laboral restringe las oportunidades de trabajo para las personas mayores de 45 años, obligándolas a desempeñarse en empleos informales con condiciones precarias y sin prestaciones. Las pensiones suelen ser insuficientes para cubrir sus necesidades básicas, lo que incrementa su dependencia de familiares y expone a algunos a situaciones de abuso económico dentro de su propio núcleo familiar, lo que refuerza su vulnerabilidad.

Respecto a la participación cultural y el uso del tiempo libre, aunque existen actividades recreativas y culturales, la falta de recursos económicos, transporte y difusión de estas opciones limita la participación de los adultos mayores. Sin embargo, cuando logran integrarse en talleres y espacios comunitarios, se observa un impacto positivo en su bienestar emocional, lo que resalta la necesidad de fomentar una cultura del tiempo libre como un derecho, promoviendo actividades que fortalezcan su sentido de propósito y pertenencia.

El impacto en temas psicológicos y emocionales, se destacó que el aislamiento social durante la pandemia del COVID-19 deterioró la salud física y emocional de las personas mayores principalmente, profundizando su desconexión social. Por esto, tras la pandemia se observó un aumento en la participación social de los mayores, reflejando una renovada necesidad de actividad y vinculación. Por lo cual, el apoyo emocional es de suma importancia para recuperar la conexión social antes mencionada. La compañía de amigos y comunidades ayuda a contrarrestar la exclusión familiar y fomenta el bienestar emocional, así como las actividades grupales, pues mejoran el estado emocional de las personas adultas mayores, fortalecen sus vínculos familiares y transforman sus actitudes hacia su entorno.

Este grupo poblacional enfrenta diversas formas de maltrato y desatención en distintos ámbitos de la sociedad, lo que evidencia una grave problemática en el trato y cuidado hacia esta población. Uno de los escenarios más comunes es el transporte público local, donde conductores suelen ignorar a las personas mayores o no brindarles un trato digno, dejándolos en una situación de vulnerabilidad y falta de respeto. Así mismo, la infraestructura de las calles y banquetas de la ciudad que está diseñada para vehículos, no permite una movilidad digna y adecuada para la población en general, mucho menos para las personas mayores.

Hay una relación entre el envejecimiento y los cambios sociales, ya que el envejecimiento poblacional está vinculado con cambios estructurales que agravan la pobreza y exclusión económica de los mayores. Las soluciones deben estar basadas en políticas públicas inclusivas, ya que tanto las familias como las instituciones pueden limitar la capacidad de decisión y autonomía de los mayores. Es crucial educar a ambos para afrontar estos retos y evitar su marginación.

Además, existe una percepción generalizada de abandono por parte de las instituciones gubernamentales, que no garantizan una calidad de vida adecuada para los adultos mayores. Este sentimiento de desprotección se ve agravado por el desconocimiento de muchos mayores sobre los derechos que los amparan, lo que los hace más propensos a sufrir abusos económicos, sociales e incluso familiares. La falta de información y educación en esta materia perpetúa su situación de vulnerabilidad.

La situación es aún más preocupante para aquellos que viven en áreas periféricas, quienes enfrentan mayores obstáculos para acceder a programas educativos y formativos. Estas barreras limitan no solo su desarrollo personal, sino también su integración social, acentuando las desigualdades entre los adultos mayores de diferentes regiones.

En el ámbito de la atención médica, también se presentan prácticas que afectan la autonomía y autoestima de los mayores. En algunos casos, los médicos ignoran la opinión del propio paciente y priorizan la de sus familiares, sin considerar que esta actitud no solo vulnera sus derechos, sino que también disminuye su capacidad de decidir sobre su propia vida y salud.

El hecho de que las personas mayores se mantengan activas y ocupadas es un tema que se toca siempre que se habla al respecto de esta población, sin embargo, para que ellos puedan tener estas iniciativas personales es importante que como sociedad promovamos proyectos individuales enfocados a este tema, lo cual es clave para combatir la exclusión y el aburrimiento en esta etapa de la vida.

En nuestra localidad se evidencia la ausencia de programas integrales que aborden de manera coordinada las múltiples necesidades de esta población, incluyendo salud, empleo, educación y socialización. Actualmente, las iniciativas disponibles suelen ser fragmentadas y no logran responder de manera efectiva a las complejidades que enfrentan los adultos mayores.

Ante esta realidad, es urgente promover un cambio cultural y estructural que reconozca el valor de las personas mayores y les garantice un trato digno y respetuoso en todos los ámbitos de la sociedad, el desarrollo de políticas públicas inclusivas que mejoren la accesibilidad a la educación, el empleo, la salud, la cultura y la movilidad para las personas mayores.

Solo a través de estrategias integrales e inclusivas será posible generar un entorno favorable en el que las personas mayores puedan mantenerse activas, autónomas, plenamente integradas en la sociedad y contribuyendo con su experiencia a la mejora de la calidad de vida de la comunidad de Ciudad Juárez.

Cd. Juárez, Chihuahua, México. Febrero 2025

“Estudio Exclusión Social de las Personas de 45 Años o más en Ciudad Juárez”

Construyendo Capacidades en las Organizaciones de la Sociedad Civil, A.C.

Fortaleza

Av. Tomás Fernández Campos No. 8945 Parque Industrial Bermúdez

Cd. Juárez, Chihuahua, México.

C.P. 32470

Teléfonos.: +52 656 629.91.16

+52 656 629.91.00 ext. 5900-5902

© Derechos Reservados. Fortaleza. Prohibida la reproducción total o parcial de esta obra, por cualquier medio, sin la autorización escrita de Fortaleza.

Referencias

- Cámara de Diputados. (2002). *Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores*. Obtenido de <http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/245.pdf>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2018). *Panorama Social de América Latina*. Obtenido de <https://www.cepal.org/es>
- Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (CONAPRED). (2017). *Encuesta Nacional sobre Discriminación*. Obtenido de <https://www.conapred.org.mx>
- Dborkin, D., Díaz, A., G., & Forteza, P. (2011). *La edad como un determinante de la empleabilidad. El desempleo en los mayores de 45 años*. Obtenido de <https://www.cippe.org/wp-content/uploads/2017/03/2489.pdf>
- Dyxhoorn, J., Osborn, D., Fischer, L. G., Troy, D., Kirkbride, J. B., & Walters, K. (2023). *Measuring social exclusion and its distribution in England*. England: Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology. Obtenido de <https://typeset.io/papers/measuring-social-exclusion-and-its-distribution-in-england-1zsahci>
- European Union Agency for Fundamental Rights (FRA). (s.f.). *Second European Union Minorities and Discrimination Survey - Main results*. Recuperado el 2024, de <https://fra.europa.eu/en/publication/2018/second-european-union-minorities-and-discrimination-survey-main-results>
- García, A. (2024). Exclusión social de las personas mayores en México. En M. López. Ciudad de México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Gómez, Z. G., & Peña, C. J. (2013). Adultos Mayores. Un estudio socioeducativo en Ciudad Juárez, Chihuahua, México. *Revista Interamericana de Educación de Adultos*, 35(2), 64-90.
- Groisman, F., & Sconfienza, M. (2014). Una aproximación al desaliento laboral en Argentina. . *Cuadernos del Cendes* , 87-106.
- INEGI. (2022). *Encuesta Nacional sobre Discriminación ENADIS*. Obtenido de https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2023/ENADIS/ENADIS_Nal22.pdf
- INEGI. (2022). *ESTADÍSTICAS A PROPÓSITO DEL DÍA INTERNACIONAL DE LAS*. México: INEGI.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2020). Obtenido de Estadísticas de la Población Adulta Mayor

- Kucharczyk, M. (2021). *Social Exclusion in Older-Age and the European Pillar of Social Rights*. Obtenido de <https://typeset.io/papers/social-exclusion-in-older-age-and-the-european-pillar-of-2ec2fgd7wr>
- Laparra, M., & Pérez, B. (2008). La exclusión social en España: un espacio diverso y disperso en intensa transformación. En *Conclusiones del "VI Informe sobre exclusión y desarrollo social en España"* (págs. 53-88). Fundación Foessa.
- Llera, F. J., & López-Norez, Á. (2019). Envejecimiento Poblacional y Residencial: Un Caso de Vulnerabilidad en Ciudad Juárez, México. *INTEGRA2 REVISTA ELECTRÓNICA DE EDUCACIÓN ESPECIAL Y FAMILIA*, 10(1), 72-80.
- Neumark, D. (2019). Age Discrimination in Hiring and Age Discrimination Laws. *National Bureau of Economic Research*, 1-65. doi: 10.3386/w25544
- Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD). (2020). *Working Better with Age*. Obtenido de <https://www.oecd.org/employment/older-workers/>
- Organización Internacional del Trabajo (OIT). (2019). *World Employment and Social Outlook 2019: The changing nature of jobs*. Ginebra: OIT. . Obtenido de <https://www.ilo.org/global/research/global-reports/weso/2019/lang--en/index.htm>
- Organización Internacional del Trabajo OIT. (2015). *Informe mundial sobre la discriminación en el empleo y la ocupación 2015*. Obtenido de <https://www.ilo.org/global/topics/equality-and-discrimination/lang--es/index.htm>
- Sconfienza, M. (2016). *Empleo, desempleo y Políticas Públicas*. Argentina: CEIL CONICET. Obtenido de https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/20132/CONICET_Digital_Nro.21639.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Sconfienza, M. (2017). La problemática de la exclusión laboral en Argentina. Análisis de las políticas de intermediación en el período 2004-2016. *Revista de ciencias sociales*, 210-229. doi:<http://dx.doi.org/10.17502/m.rcs.v5i2.170>
- U.S. Equal Employment Opportunity Commission (EEOC). (2020). *Age Discrimination*. Obtenido de <https://www.eeoc.gov/age-discrimination>
- Vicini, P. (2022). *Exclusión social en mujeres analfabetas adultas de pobreza extrema*. Obtenido de <https://typeset.io/papers/exclusion-social-en-mujeres-analfabetas-adultas-de-pobreza-2afy77cq>
- Vidaña, G. M., González, V. M., Rodríguez, T., Martínez, R. N., & Urquidez, R. R. (2019). Calidad de Vida del adulto mayor desamparado, asilado en Ciudad

Juárez Chihuahua., *Ehquidad: La Revista Internacional de Políticas de Bienestar y Trabajo Social*(12), 177-190.