

En 2012, 16.0 % de las personas de 50 a 59 años tenía diabetes y aumentó a 28.1 % en 2024, cuando tenían entre 62 y 71 años

- En 2024, de las personas adultas de 50 años y más, 15.4 % era viuda. El porcentaje fue mayor en mujeres (22.6) que en hombres (7.3).
- 41.5 % de las personas adultas vivía con hipertensión y 25.5 %, con diabetes.
- 9.3 % tenía al menos una limitación para realizar actividades de la vida diaria, como hacer compras, preparar alimentos o manejar su dinero.
- 35.0 % de las personas de 50 años y más cuidaba a menores de 12 años o a personas adultas enfermas o con alguna discapacidad. Para las mujeres el porcentaje fue 43.8 y para los hombres, 25.1.

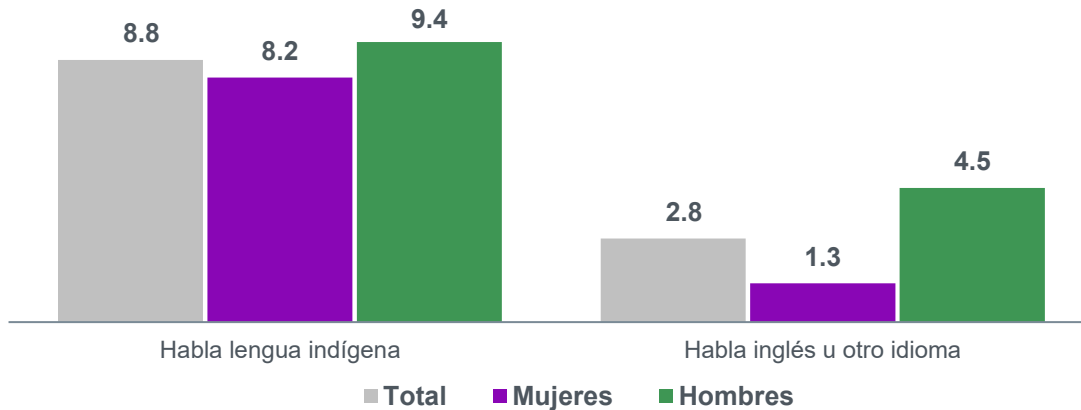
El Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), en coordinación con el Centro de Ciencias de la Salud de la Universidad de Texas, en San Antonio (UT Health SA), presenta los resultados de la séptima Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM). Este estudio longitudinal da seguimiento a un grupo de personas de 50 años y más desde 2001 y hasta su fallecimiento. Esta información permite caracterizar y analizar el proceso de envejecimiento, el impacto de las enfermedades, la prevalencia de limitaciones en la realización de actividades, entre otros temas.

I. PRINCIPALES RESULTADOS

Características sociodemográficas

En 2024, en México había 32 millones de personas de 50 años y más: 52.8 % correspondió a mujeres y 47.2 %, a hombres. Del total de esta población, 8.8 % *hablaba alguna lengua indígena* y 2.8 % *hablaba inglés u otro idioma*. De esta última característica, 1.3 % correspondió a mujeres y 4.5 %, a hombres (ver gráfica 1).

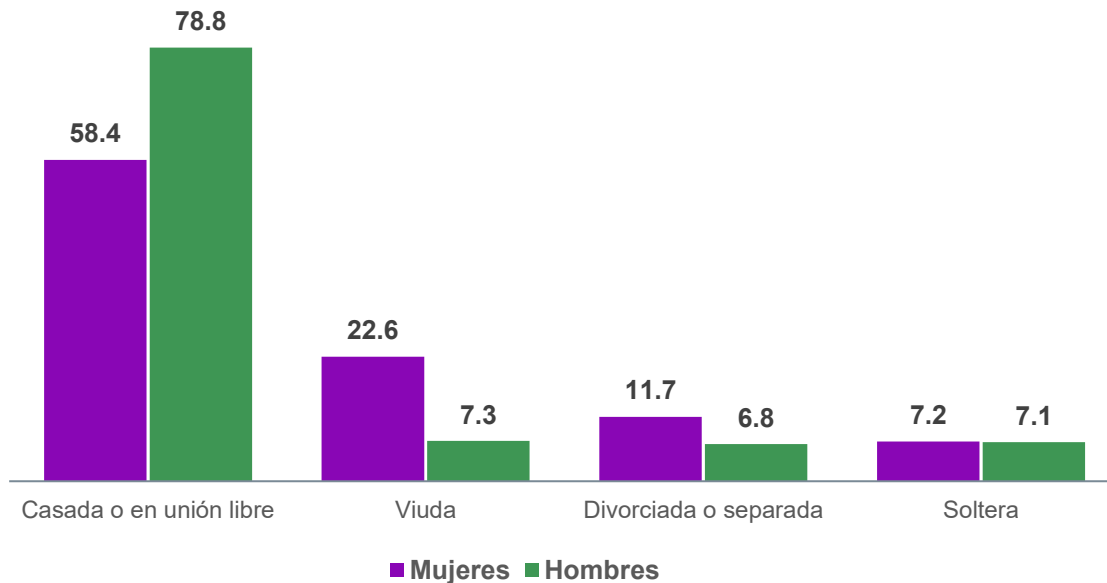
Gráfica 1
Población de 50 años y más hablante de lengua indígena y de otro idioma, según sexo
 2024
 (porcentaje)



Fuente: INEGI. Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), 2024.

Del total de personas de 50 años y más, 68.0 % era *casada o estaba en unión libre* y 15.4 % era *viuda*. Según sexo, la proporción de hombres casados o en unión libre fue 20.4 puntos porcentuales mayor que la de mujeres. En las mujeres, la condición de viudez fue 15.3 puntos porcentuales más alta que en los hombres (ver gráfica 2).

Gráfica 2
Distribución de la población de 50 años y más según estado conyugal y sexo
 2024
 (porcentaje)



Nota: Los porcentajes pueden no sumar 100 debido al redondeo.

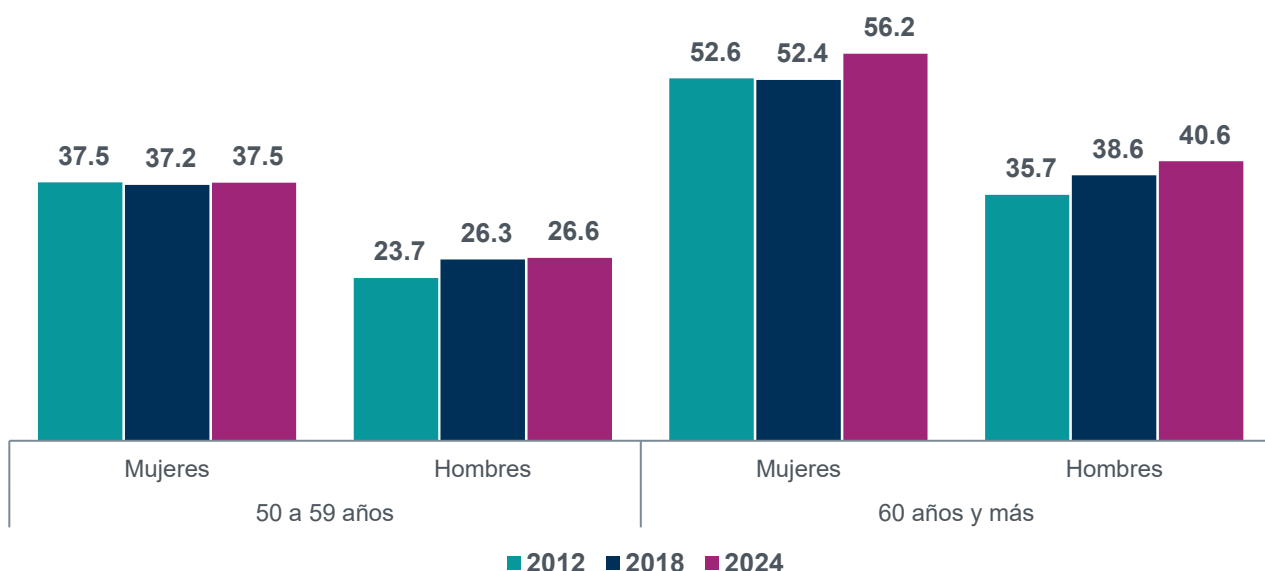
Fuente: INEGI. Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), 2024.

Salud y enfermedades crónicas

La hipertensión en la población de 50 años y más fue de 41.5 % en 2024. Este padecimiento mostró un incremento asociado a la edad y a diferencias según sexo.

Por grupos de edad, las mujeres de *50 a 59 años* con hipertensión presentaron valores similares entre 2012 y 2024 (alrededor de 37 %), mientras que entre los hombres, esta pasó de 23.7 a 26.6 por ciento. En el grupo de *60 años y más*, los valores se elevaron con respecto al grupo anterior. En el caso de las mujeres se presentó un incremento: pasó de 52.6 % en 2012 a 56.2 % en 2024. En los hombres, el aumento fue de 35.7 a 40.6 % (ver gráfica 3).

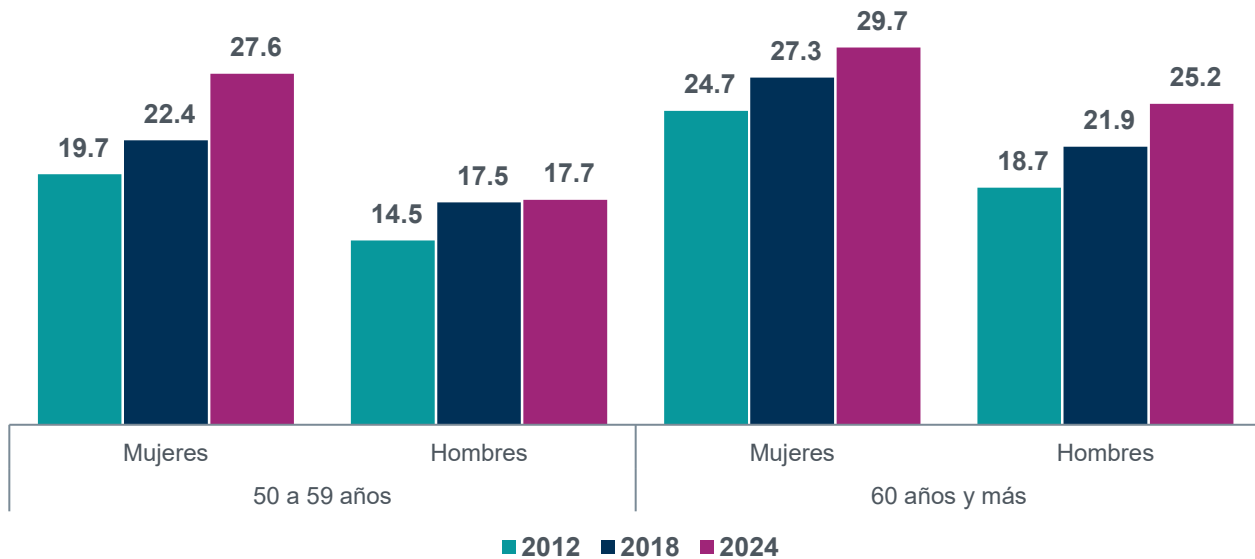
Gráfica 3

Población de 50 años y más con diagnóstico de hipertensión, según grupos de edad y sexo
 2012, 2018, 2024
 (porcentaje)


Fuente: INEGI. Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), 2012, 2018 y 2024.

En 2024, el porcentaje de personas de 50 años y más con diabetes alcanzó 25.5. Entre 2012 y 2024, en ambos sexos se observó un incremento sostenido conforme aumentó la edad. La mayor prevalencia se presentó en las mujeres. En el periodo de 2012 a 2024, en el grupo de *50 a 59 años*, el porcentaje pasó de 19.7 a 27.6 en mujeres y de 14.5 a 17.7 en hombres. Para las mujeres de *60 años y más*, los porcentajes pasaron de 24.7 en 2012 a 29.7 en 2024. Para los hombres con diabetes, los porcentajes aumentaron de 18.7 a 25.2 en el mismo periodo (ver gráfica 4).

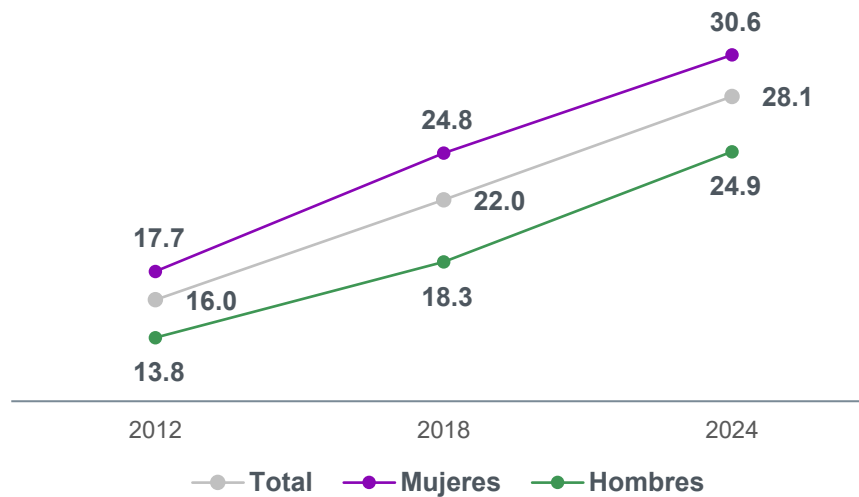
Gráfica 4
Población de 50 años y más con diagnóstico de diabetes, según grupos de edad y sexo
 2012, 2018, 2024
 (porcentaje)



Fuente: INEGI. Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), 2012, 2018 y 2024.

El seguimiento a lo largo del tiempo (llamado *longitudinal*) al diagnóstico de *diabetes* en una misma población muestra que, en 2012, cuando esta tenía entre 50 y 59 años, presentó niveles de 16.0 por ciento. La cifra aumentó a 28.1 % para 2024, cuando las edades eran de 62 a 71 años (ver gráfica 5).

Gráfica 5
Seguimiento al diagnóstico de diabetes para la población de 50 a 59 años en 2012, según sexo
 2012-2024
 (porcentaje)

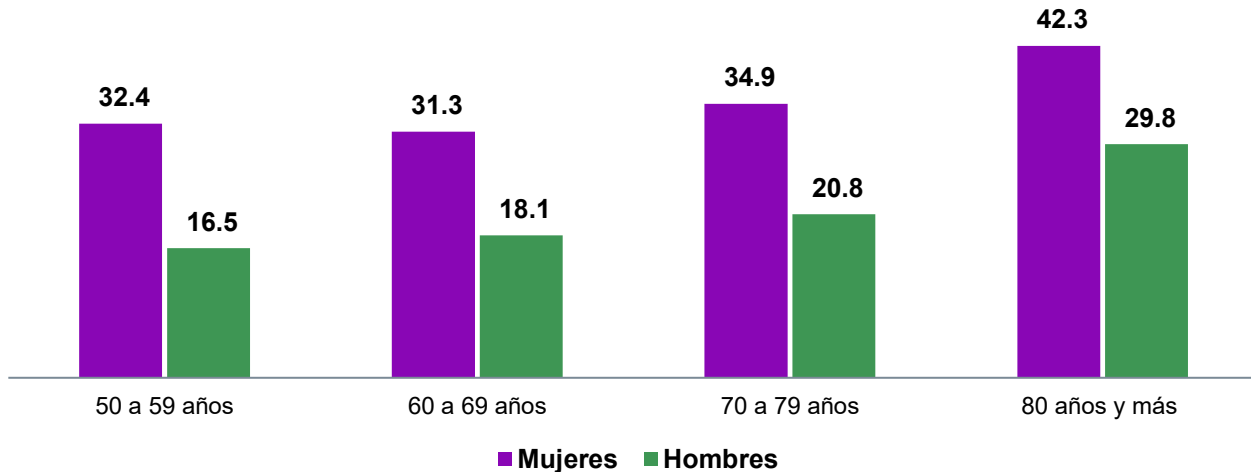


Fuente: INEGI. Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), 2012, 2018 y 2024.

En 2024, se registró una disminución en los síntomas depresivos entre la población de 50 años y más. En las mujeres, cuya prevalencia ha sido históricamente mayor que entre los hombres, el porcentaje con cinco o más síntomas descendió de 41.2 en 2012 a 33.1 en 2024. En los hombres, estos valores se situaron en 17.1 % para 2024, tras haberse mantenido en 21.5 % para 2012 y en 21.9 % para 2018.

Los datos de 2024 confirman que, en ambos sexos, la presencia de cinco o más síntomas depresivos incrementó conforme a la edad. El mayor aumento se presentó en el grupo de *80 años y más* para los hombres: este fue 13.3 puntos porcentuales más alto en relación con las edades de *50 a 59* (ver gráfica 6).

Gráfica 6
Población de 50 años y más con cinco o más síntomas depresivos, según grupos de edad y sexo
 2024
 (porcentaje)



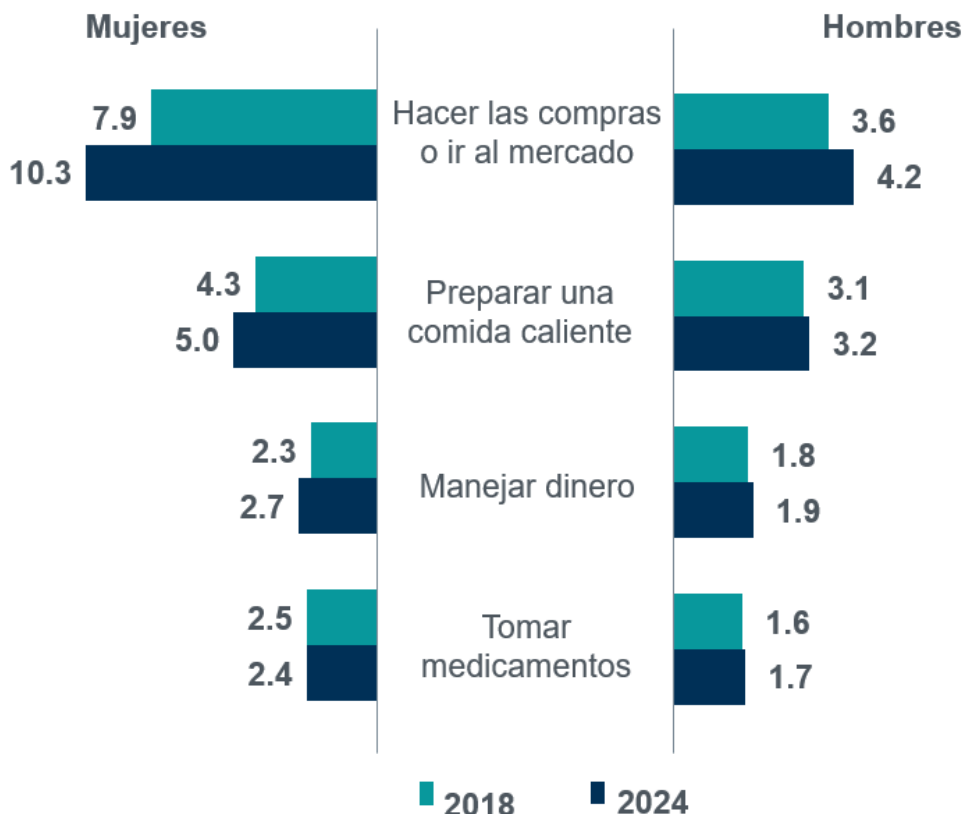
Fuente: INEGI. Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), 2024.

Limitaciones instrumentales

En 2024, 9.3 % de las personas de 50 años y más afirmó tener al menos una limitación para realizar actividades instrumentales de vida diaria, como *hacer compras*, *preparar alimentos*, *manejar el dinero*, entre otras. Para las mujeres el porcentaje fue 12.4 y para los hombres, 5.8.

Al comparar con 2018, y distinguir los tipos de actividad, se identificó un incremento en el porcentaje en la limitación *para hacer las compras o ir al mercado*, tanto para mujeres como para hombres, en 2024 (ver gráfica 7).

Gráfica 7
Población de 50 años y más con limitación para realizar actividades instrumentales, según sexo y tipo de actividad
 2018 y 2024
 (porcentaje)

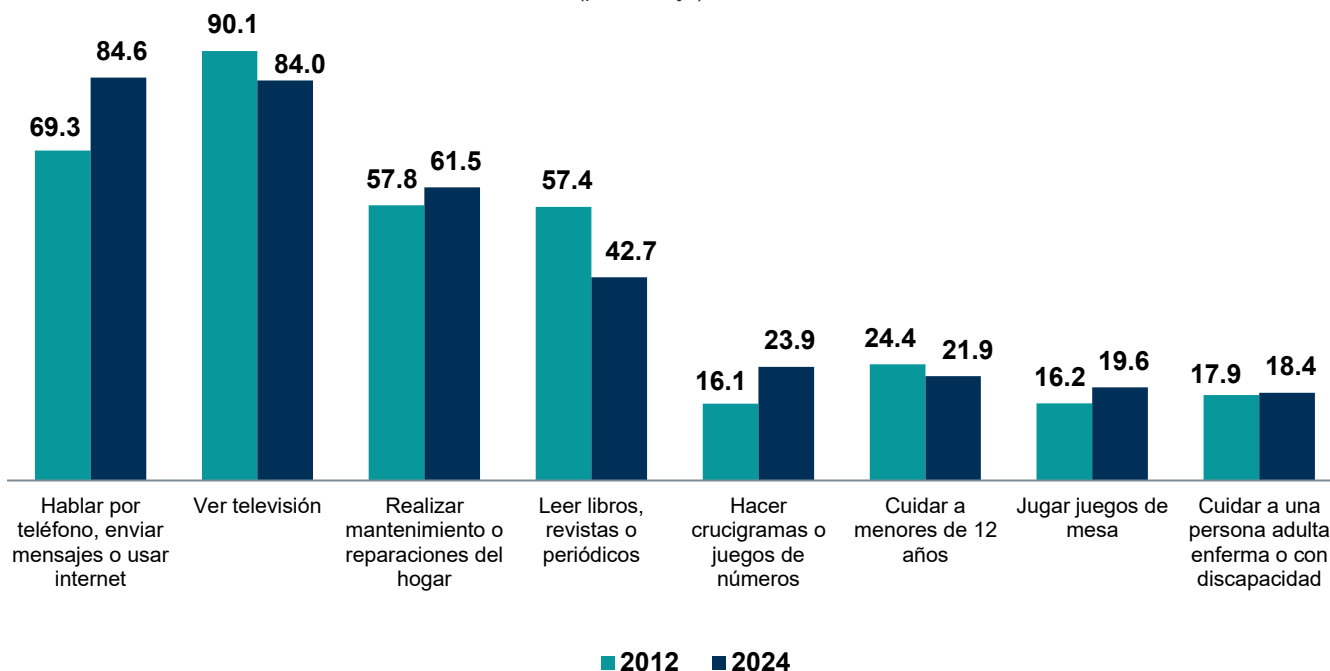


Fuente: INEGI. Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), 2018 y 2024.

Actividades de uso del tiempo

Las actividades que realizaron las personas de 50 años y más muestran cambios en el tiempo. En 2024, 84.6 % participó en actividades relacionadas con la comunicación digital (*hablar por teléfono, enviar mensajes o usar internet*). Asimismo, *ver televisión* aún resultó como una de las actividades más frecuentes entre las personas adultas, aunque descendió 6.1 puntos porcentuales en 2024 con respecto a 2012. Actividades como *leer libros o revistas, hacer crucigramas y realizar mantenimiento en el hogar* mostraron también niveles altos de participación, aunque con variaciones moderadas en los años observados (ver gráfica 8).

Gráfica 8
Personas de 50 años y más que participaron en distintas actividades
 2012 y 2024
 (porcentaje)



Fuente: INEGI. Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), 2012 y 2024.

Destaca la participación de la población de 50 años y más en actividades de cuidados a personas menores de 12 años o a personas adultas enfermas o con alguna discapacidad. En 2024, 35.0 % realizó alguna de estas dos actividades de cuidado o ambas. La brecha que se presentó al distinguir según sexo fue amplia: 43.8 % correspondió a mujeres y 25.1 %, a hombres.

Más información

Para consultas de medios y periodistas, escribir a comunicacionsocial@inegi.org.mx o llamar al teléfono (55) 52-78-10-00, extensiones 321064, 321134 y 321241. Dirección de Atención a Medios / Dirección General Adjunta de Comunicación. Para más detalles técnicos, consultar el [reporte de resultados del programa](#).

La información estadística y geográfica que genera el INEGI es un bien público y nos permite a todas y a todos tomar mejores decisiones. ¡Conócela, úsala y compártela!