

**CONTENIDO**

I. Objetivo.....	2
II. Ficha metodológica.....	2
III. Principales resultados.....	4
Características sociodemográficas .....	4
Acceso y servicios de salud .....	10
Cuidados preventivos.....	11
Diagnóstico de enfermedades.....	13
Consumo de tabaco y alcohol.....	19
Limitación de actividades de la vida diaria .....	22
Actividades de uso del tiempo y satisfacción con la vida .....	25

**ENCUESTA NACIONAL SOBRE SALUD Y ENVEJECIMIENTO EN MÉXICO (ENASEM) 2024**

8 de abril de 2026

Página 2/28

**I. OBJETIVO**

La Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM) genera información estadística longitudinal y comparativa sobre la población de 50 años y más, lo que permite evaluar el proceso de envejecimiento en México. Incluye temáticas de salud, limitación de actividades de la vida diaria, condiciones socioeconómicas, el impacto de enfermedades, entre otras. Su finalidad es proporcionar datos sólidos que fundamenten el diseño de políticas públicas enfocadas en el bienestar de la población adulta.

**II. FICHA METODOLÓGICA**

<b>Antecedentes</b>	<p>Desde la década de los noventa, diversas instituciones nacionales e internacionales han abordado el estudio del envejecimiento en México. Entre los antecedentes destacan estudios multinacionales sobre nutrición y salud que realizaron la Universidad de las Naciones Unidas (1995) y la Organización Panamericana de la Salud (1999), así como investigaciones locales en Ciudad de México sobre envejecimiento poblacional, calidad de vida en instituciones de cuidado y envejecimiento cognitivo.</p> <p>En este contexto surge la Encuesta Nacional de Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), como el primer estudio longitudinal prospectivo en el país que se enfoca en personas de 50 años y más. La ENASEM se desarrolla en colaboración con universidades, así como con instituciones mexicanas e internacionales. Los datos que genera tienen representatividad nacional para ámbitos urbanos y rurales.</p> <p>Con su séptima ronda en 2024, el estudio mantiene su vigencia mediante la incorporación periódica de nuevas cohortes generacionales. Incluye entrevistas directas, personas informantes sustitutas y un módulo especializado, como el Mex-Cog (protocolo de envejecimiento cognitivo). Recopila información sobre salud, limitación en actividades de la vida diaria, nivel socioeconómico, redes familiares, migración y actividad laboral.</p> <p>Tras más de dos décadas de seguimiento (2001-2024), la ENASEM se consolida como una base de datos fundamental para la investigación científica y el diseño de políticas públicas sobre la dinámica del envejecimiento en México.</p>
<b>Representatividad</b>	Nacional y por tamaño de localidad para menores de 100 mil habitantes, así como de 100 mil habitantes y más.
<b>Cobertura temporal</b>	Del 21 de octubre al 13 de diciembre de 2024
<b>Periodicidad</b>	Cada tres años, a partir de 2012
<b>Esquema de captación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entrevista directa (cara a cara) con cuestionario electrónico y un cuadernillo de ejercicios cognitivos en papel.</li> <li>• Entrevista con persona informante sustituta, para personas de estudio, vivas, cuya condición les impide responder directamente.</li> <li>• Entrevista con persona informante adecuada para el seguimiento de quienes fallecieron entre levantamientos.</li> </ul>
<b>Elementos conceptuales y metodológicos</b>	<p>El marco normativo global sobre envejecimiento, consolidado con el Plan de Acción de Viena (1993) y hasta el Plan de Madrid (2002) y la Agenda 2030, establece la necesidad de políticas públicas basadas en el bienestar, la salud y los derechos humanos. Organismos como la Comisión Económica para América Latina y el Caribe, la Organización Mundial de la Salud y la Comisión Económica para Europa de Naciones Unidas subrayan que, para cumplir estos objetivos, es fundamental contar con estadísticas robustas y comparables. Esto ha impulsado el desarrollo de estudios longitudinales a nivel mundial, mismos que permiten analizar la evolución de las condiciones socioeconómicas y de salud de las personas mayores de manera precisa y desagregada.</p> <p>La ENASEM pertenece a una red de encuestas (Estudio de Salud y Jubilación de Estados Unidos, HRS) de más de 30 estudios sobre envejecimiento en el mundo que capturan contenidos clave: demografía, familia, condiciones y estado de salud, trabajo, jubilación, pensiones, situación económica y redes de apoyo. Quienes investigan estos temas se reúnen periódicamente para comparar enfoques, armonización de contenidos y metodologías.</p>

**ENCUESTA NACIONAL SOBRE SALUD Y ENVEJECIMIENTO EN MÉXICO (ENASEM) 2024**

8 de abril de 2026

Página 3/28

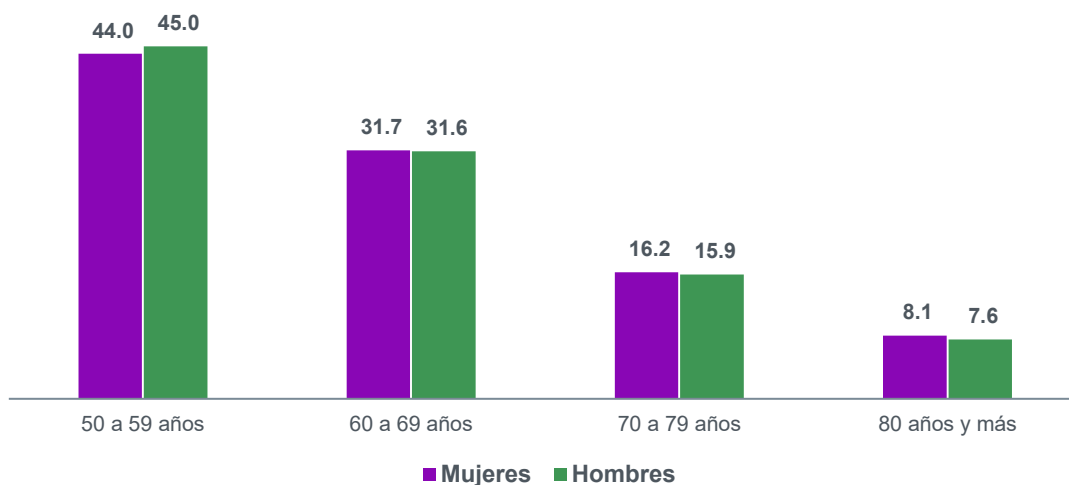
	<p>Asimismo, la información de ENASEM forma parte de Gateway to Global Aging Data, una plataforma de datos e información de encuestas de población sobre el envejecimiento en todo el mundo.</p> <p>Población objetivo de ENASEM:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Persona de estudio.</b> Persona de 50 años y más seleccionada en 2001, 2012, 2018 o 2024, su cónyuge o pareja (sin importar su edad), así como las nuevas parejas o cónyuges que se detectan en cualquiera de los levantamientos de 2001 a 2024.             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Persona de estudio de seguimiento.</b> Persona de estudio que se entrevistó en alguno de los levantamientos anteriores de la ENASEM.</li> <li>○ <b>Nueva persona de estudio.</b> Persona que se incorpora al estudio en 2024 porque se seleccionó su vivienda para integrar la muestra nueva, por ser cónyuge o pareja de esta persona seleccionada (sin importar su edad) o por ser nueva pareja detectada en 2024 de una persona de estudio de seguimiento.</li> </ul> </li> </ul>
<b>Actualización temática</b>	<p>La edición 2024 incorpora los siguientes cambios conceptuales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Condición de problemas en la infancia y adolescencia por el consumo de alcohol o drogas de padres o personas tutoras</li> <li>• Condición de hablar otro idioma o lengua indígena:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- tipo de idioma (lengua indígena, inglés u otro)</li> <li>- edad a la que se aprendió</li> <li>- lugar de aprendizaje</li> <li>- frecuencia de uso del otro idioma</li> </ul> </li> <li>• Presencia de síntomas por tres meses o más debido a la COVID-19, condición de presentarlos actualmente y limitación de actividades normales</li> <li>• Percepción de discriminación a personas adultas en:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- oficinas o servicios de gobierno</li> <li>- tribunales o juzgados</li> <li>- servicios de salud</li> <li>- calle o transporte público</li> <li>- negocios</li> <li>- en la búsqueda de empleo</li> </ul> </li> <li>• Discriminación en los últimos 12 meses por:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- manera de hablar</li> <li>- apariencia personal</li> <li>- creencias religiosas</li> <li>- ser mujer/hombre</li> <li>- edad</li> <li>- ser persona indígena o afrodescendiente</li> <li>- tener alguna discapacidad</li> <li>- tener alguna enfermedad</li> <li>- otro motivo</li> </ul> </li> <li>• Condición de ocurrencia en los últimos 12 meses y frecuencia en las siguientes situaciones:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- La o lo tratan con menos cortesía o respeto que a otras personas.</li> <li>- Recibe peor servicio que otras personas en restaurantes o tiendas.</li> <li>- La gente actúa como si usted no fuera inteligente.</li> <li>- La gente actúa como si le tuviera miedo.</li> <li>- La o lo amenazan o agreden.</li> </ul> </li> </ul>
<b>Tamaño de muestra</b>	<p>El tamaño de muestra fue de 23 044 personas de estudio. Se conformó por 17 043 personas de seguimiento y una adición de 6 001 personas para cubrir la representatividad de la población.</p>

**III. PRINCIPALES RESULTADOS**
**Características sociodemográficas**

En 2024, la Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM) estimó una población de 32 millones de personas de 50 años y más: 52.8 % correspondió a mujeres y 47.2 %, a hombres.

La distribución por grupos decenales indica que entre los 50 y 59 años se concentró el porcentaje más alto: 44.0 % correspondió a mujeres y 45.0 %, a hombres. El porcentaje se redujo gradualmente conforme aumentó la edad, lo que se alinea con los procesos de envejecimiento y mortalidad característicos de la población (ver gráfica 1).

Gráfica 1  
**Distribución de la población de 50 años y más según grupos de edad 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.

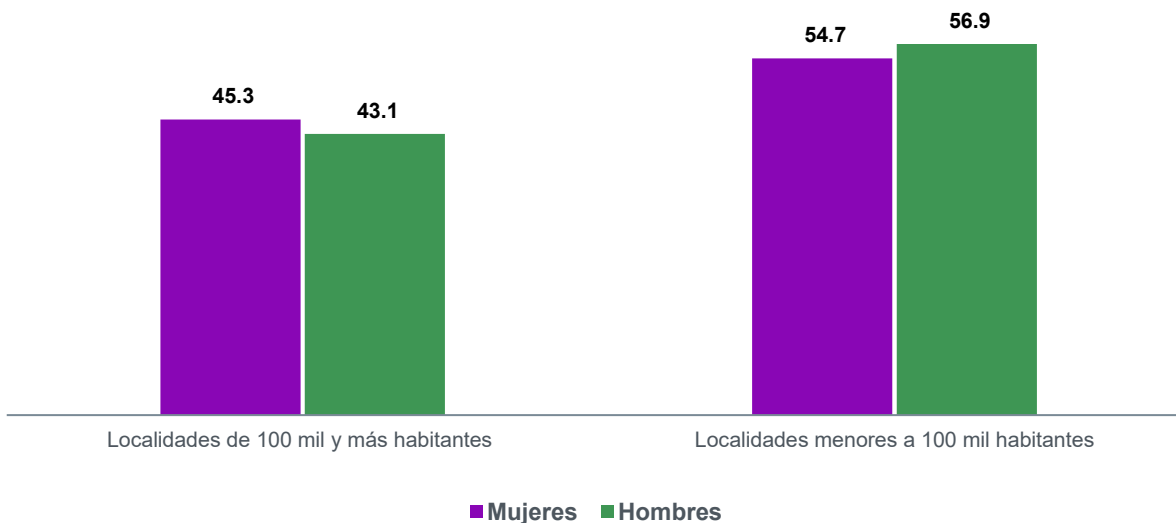
Por tamaño de localidad, se registró un porcentaje ligeramente mayor de personas de 50 años y más que residían en *localidades menores a 100 mil habitantes* (54.7 % de mujeres y 56.9 % de hombres) en comparación con las de mayor tamaño (45.3 % de mujeres y 43.1 % de hombres). (Ver gráfica 2).

**ENCUESTA NACIONAL SOBRE SALUD Y ENVEJECIMIENTO EN MÉXICO (ENASEM) 2024**

8 de abril de 2026

Página 5/28

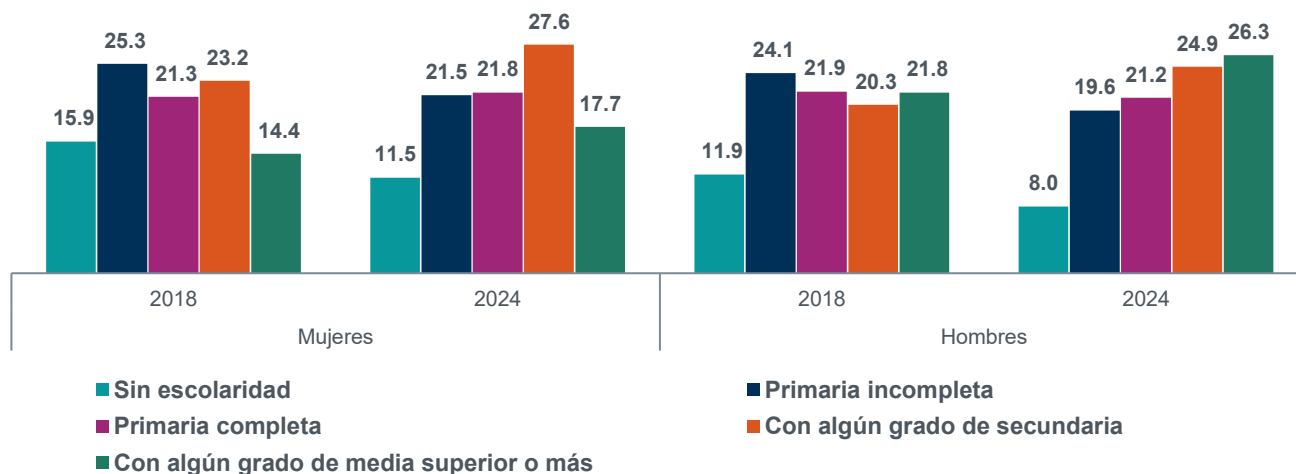
Gráfica 2  
**Distribución de la población de 50 años y más según tamaño de localidad y sexo**  
 2024  
 (porcentaje)



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

Entre 2018 y 2024 se identificó un incremento en la escolaridad de las personas de 50 años y más, tanto para mujeres como para hombres. No obstante, las brechas de género persistieron. En 2024 fue mayor el porcentaje de mujeres *sin escolaridad* (11.5) con respecto al de hombres (8.0). Además, la cifra de mujeres con *algún grado de media superior o más* fue 8.6 puntos porcentuales menor al comparar con el dato de hombres (ver gráfica 3).

Gráfica 3  
**Distribución de la población de 50 años y más según sexo y nivel de escolaridad**  
 2018 y 2024  
 (porcentaje)



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

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

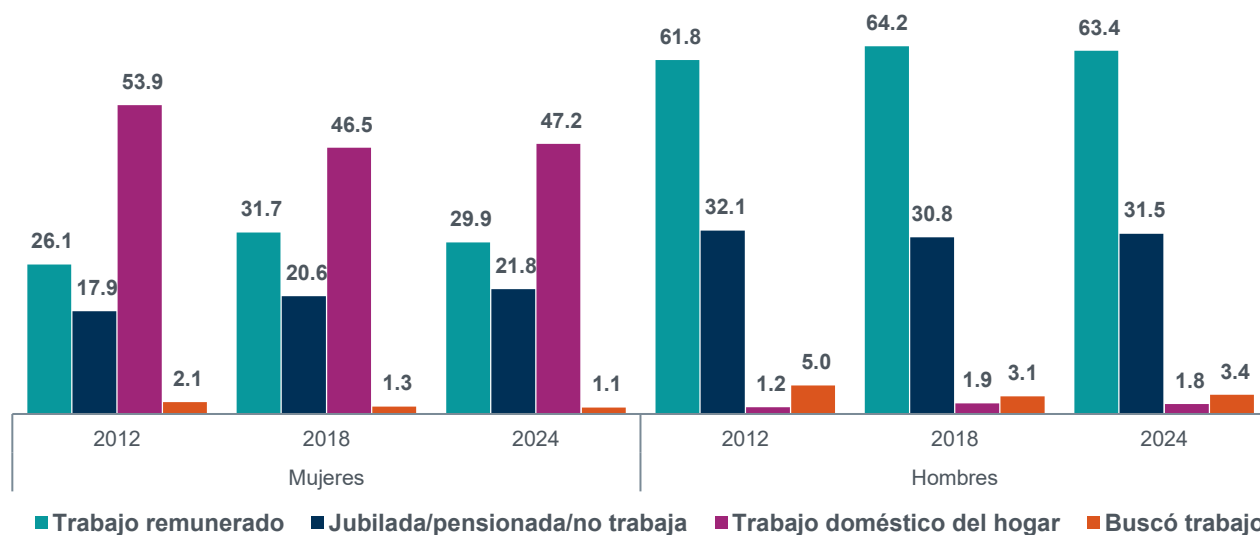
**ENCUESTA NACIONAL SOBRE SALUD Y ENVEJECIMIENTO EN MÉXICO (ENASEM) 2024**

8 de abril de 2026

Página 6/28

Entre 2012 y 2024, la participación en el trabajo remunerado de los hombres de 50 años y más se mantuvo (más de 60.0 %). La participación de las mujeres registró un aumento de 3.8 puntos porcentuales al pasar de 26.1 a 29.9 % en el mismo periodo. No obstante, la brecha fue amplia en 2024: la proporción de hombres que trabajaban superó al de las mujeres por 33.5 puntos porcentuales (ver gráfica 4).

Gráfica 4  
**Distribución de la población de 50 años y más según sexo y condición de actividad económica**  
 2012, 2018, 2024  
 (porcentaje)



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

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

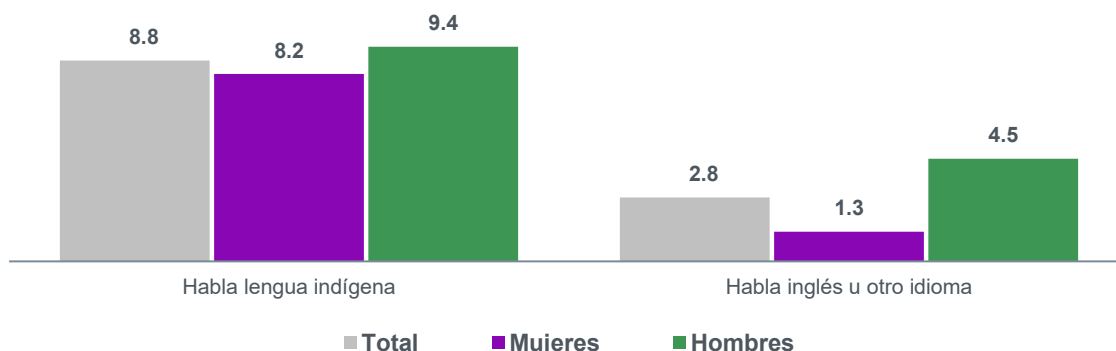
Con respecto a la condición de *hablar otro idioma o lengua indígena*, 8.8 % de las personas *hablaba una lengua indígena* y 2.8 %, *inglés u otro idioma*. En cuanto a hablar inglés u otro idioma, la diferenciación según sexo fue de 3.2 puntos porcentuales: 1.3 % para mujeres y 4.5 % para hombres (ver gráfica 5).

**ENCUESTA NACIONAL SOBRE SALUD Y ENVEJECIMIENTO EN MÉXICO (ENASEM) 2024**

8 de abril de 2026

Página 7/28

Gráfica 5

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


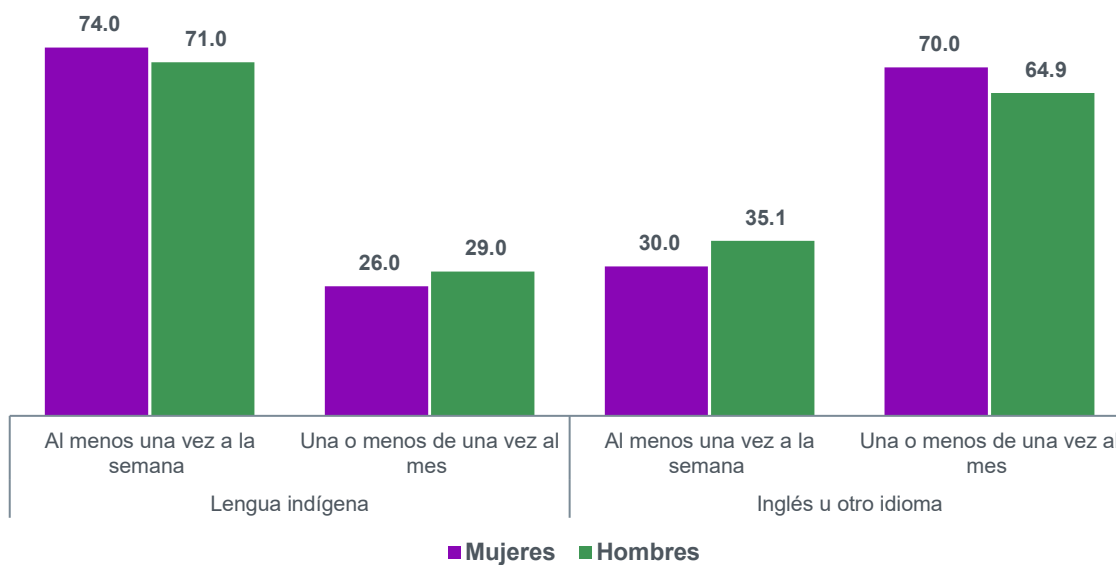
Fuente: INEGI. Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), 2024.

La frecuencia de uso de otro idioma en la población hablante presentó diferencias según tipo. La proporción de hablantes de lengua indígena que la usaron *al menos una vez a la semana* (74.0 % mujeres y 71.0 % hombres) fue mayor en comparación con quienes reportaron hablar inglés u otro idioma (30.0 % mujeres y 35.1 % hombres). (Ver gráfica 6).

Gráfica 6

**Distribución de la población de 50 años y más hablante de lengua indígena u otro idioma, según frecuencia de uso de la lengua y sexo 2024**

(porcentaje)



Nota: Considera a la población que respondió las preguntas de frecuencia de uso del idioma por entrevista directa.  
 Fuente: INEGI. Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), 2024.

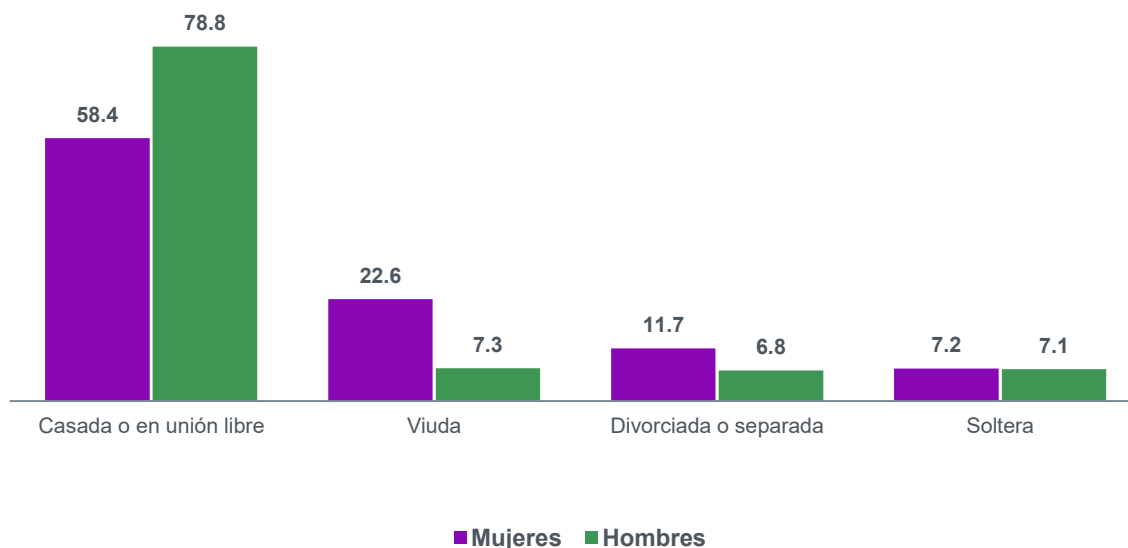
**ENCUESTA NACIONAL SOBRE SALUD Y ENVEJECIMIENTO EN MÉXICO (ENASEM) 2024**

8 de abril de 2026

Página 8/28

De acuerdo con el estado conyugal de las personas de 50 años y más, 68.0 % era *casada o estaba en unión libre*; 15.4 % era *viuda*; 9.4 % dijo estar *separada o divorciada*; y 7.2 %, *soltera*. Según sexo, la cantidad de hombres casados o unidos fue 20.4 puntos porcentuales mayor que el de mujeres. La condición de viudez fue 15.3 puntos porcentuales más alta en las mujeres: 22.6 % frente a 7.3 % de los hombres en la misma condición (ver gráfica 7).

Gráfica 7  
**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.

Las características metodológicas de la ENASEM, además de los resultados transversales de cada una de las ediciones, permiten el seguimiento longitudinal de un grupo de edad. En otras palabras, se observa a un mismo grupo de personas a lo largo del tiempo para analizar los cambios en diversas condiciones conforme envejecen.

En 2012, el porcentaje de personas viudas de 50 a 59 años fue de 5.6. Para 2024 incrementó 10.5 puntos porcentuales y se ubicó en 16.1 %, cuando ya tenían entre 62 y 71 años. Este crecimiento con respecto a la situación de viudez fue mayor en el caso de las mujeres que en el de los hombres (14.8 y 4.7 puntos porcentuales, respectivamente).

La misma situación se presentó en las personas de 60 a 69 años en 2012. El porcentaje de mujeres viudas pasó de 21.7 a 42.8 en 2024. Para los hombres, pasó de 4.4 a 14.8 %, cuando tenían entre 72 y 81 años (ver gráfica 8).

Gráfica 8

Seguimiento a la situación de viudez para la población, según grupos de edad y sexo

2012 a 2024  
(porcentaje)



Nota: Se considera a las mismas personas en 2012 y sobrevivientes en 2024. Se utilizan factores de expansión de 2024.  
Fuente: INEGI. Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), 2012, 2018 y 2024.

En 2012, la proporción de personas no casadas (incluye personas separadas, viudas, divorciadas o en unión libre), en el grupo que tenía 50 a 59 años, mostró un crecimiento sostenido tanto para mujeres como para hombres. El incremento fue mayor y más acelerado en las mujeres, quienes pasaron de 30.1 a 45.2 % de 2012 a 2024.

Respecto al grupo que tenía de 60 a 69 años, el porcentaje de hombres no casados pasó de 9.4 a 22.4 entre 2012 y 2024. Lo anterior representó un crecimiento más acelerado en comparación con el que se observó en el grupo anterior (50 a 59 años, en 2012). El paso fue de 12.1 a 19.2 % en el mismo periodo (ver gráfica 9).

Gráfica 9  
**Seguimiento a la situación de no casada o unida para la población, según grupos de edad y sexo**

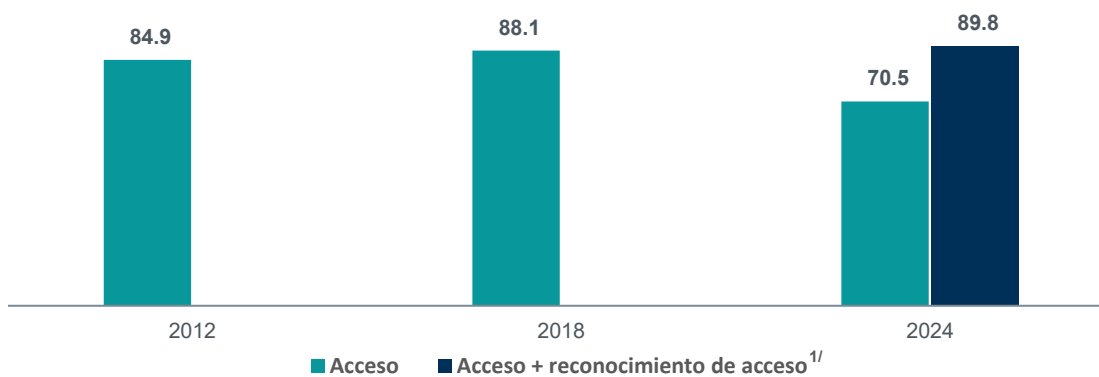
 2012 a 2024  
 (porcentaje)


Nota: Se considera a las mismas personas en 2012 y sobrevivientes en 2024. Se utilizan factores de expansión de 2024.  
 Fuente: INEGI. Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), 2012, 2018 y 2024.

**Acceso y servicios de salud**

El acceso a servicios de salud en las personas de 50 años y más aumentó 3.2 puntos porcentuales de 2012 a 2018. Para 2024, el acceso declarado directamente disminuyó a 70.5 por ciento. Al incorporar el *reconocimiento de acceso*, el porcentaje ascendió a 89.8, lo que correspondería al crecimiento que se observó en las ediciones anteriores (ver gráfica 10).

Gráfica 10  
**Población de 50 años y más con acceso a servicios médicos**

 2012, 2018, 2024  
 (porcentaje)


<sup>1/</sup> Incluye a las personas que tendrían acceso a la atención en un instituto público de salud en caso de sufrir algún dolor, malestar, enfermedad o accidente que requiriera atención médica.

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

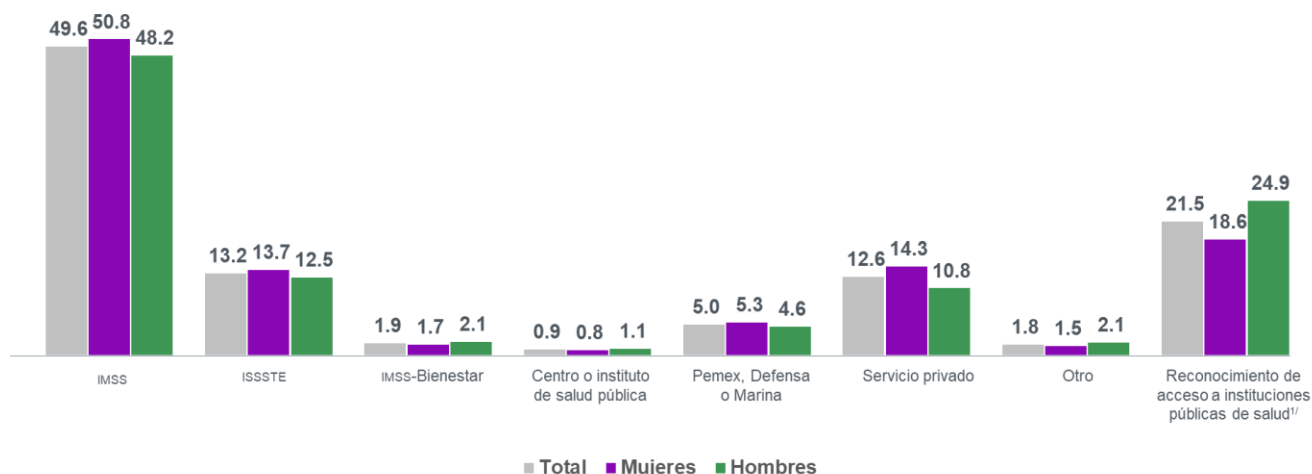
**ENCUESTA NACIONAL SOBRE SALUD Y ENVEJECIMIENTO EN MÉXICO (ENASEM) 2024**

8 de abril de 2026

Página 11/28

Al considerar el tipo de institución o fuente del acceso a los servicios médicos de las personas, la mayor parte se concentró en el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS). La cobertura de esta institución fue mayor para las mujeres (50.8 %) que para los hombres (48.2 %). De igual manera, el porcentaje de mujeres (13.7 %) superó al de hombres (12.5 %) en relación con el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE). La mayor diferencia entre mujeres y hombres se observó en el *reconocimiento de acceso a instituciones públicas de salud* (18.6 % frente a 24.9 %). (Ver gráfica 11).

Gráfica 11  
**Población de 50 años con acceso a servicios médicos y reconocimiento, según tipo de institución y sexo**  
 2024  
 (porcentaje)



<sup>1/</sup> Incluye a la población que tendría acceso a la atención en un instituto público de salud en caso de sufrir algún dolor, malestar, enfermedad o accidente que requiriera atención médica.  
 Fuente: INEGI. Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), 2024.

### Cuidados preventivos

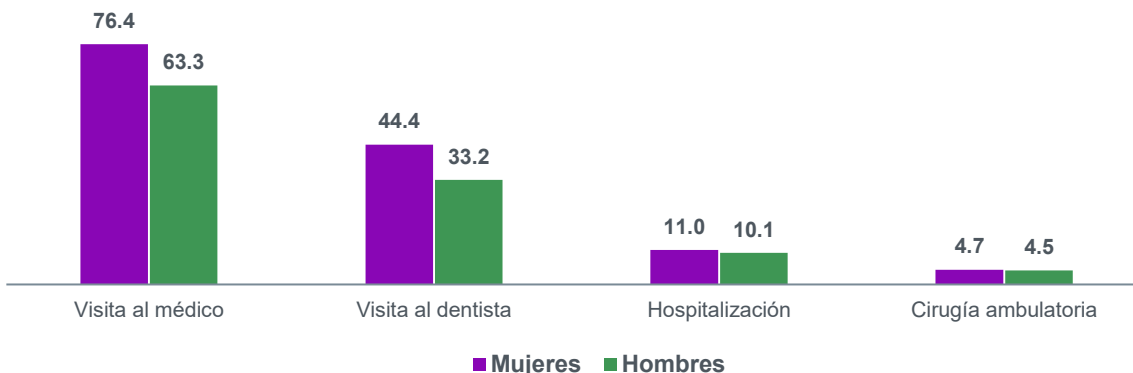
En 2024, 79.3 % del total de personas de 50 años y más asistió a algún tipo de servicio de salud en los últimos 12 meses: 84.8 % correspondió a mujeres y 73.0 %, a hombres. De manera generalizada, las mujeres usaron más los distintos tipos de servicios de salud en comparación con los hombres. *Visita al médico* fue el servicio más frecuente, con 76.4 % entre mujeres y 63.3 % en hombres. Siguió *visita al dentista*: las mujeres asistieron más que los hombres, con una diferencia de 11.2 puntos porcentuales (ver gráfica 12).

ENCUESTA NACIONAL SOBRE SALUD Y ENVEJECIMIENTO EN MÉXICO (ENASEM) 2024

8 de abril de 2026

Página 12/28

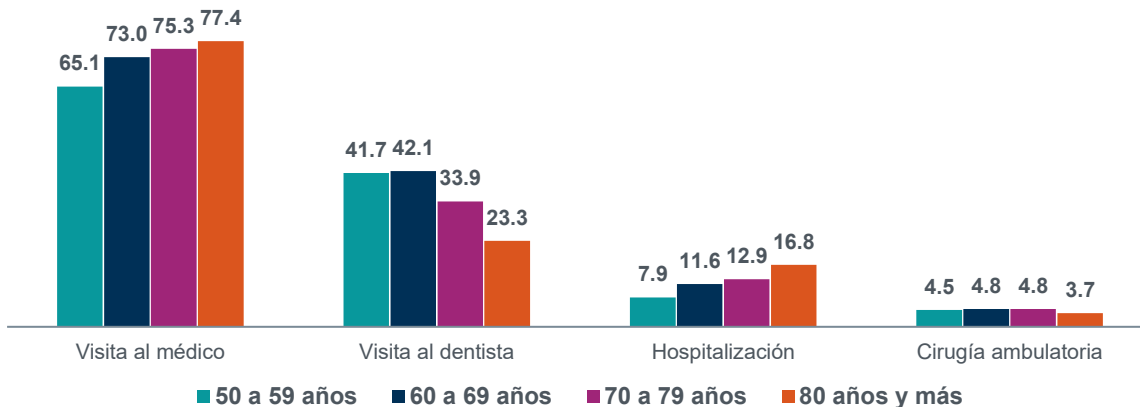
Gráfica 12  
**Población de 50 años y más, según tipo de servicio de salud que se utilizó en los últimos 12 meses y sexo**  
 2024  
 (porcentaje)



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

Según grupos de edad, *visita al médico* fue el servicio más utilizado. Este incrementó de manera gradual conforme avanzó la edad: pasó de 65.1 % en el grupo de 50 a 59 años a 77.4 % en el de personas de 80 años y más. En cambio, *visita al dentista* presentó un comportamiento inverso: este disminuyó conforme aumentó la edad: pasó de 41.7 % en el grupo de 50 a 59 años a 23.3 % en el de 80 años y más (ver gráfica 13).

Gráfica 13  
**Población de 50 años y más, según tipo de servicio de salud utilizado en los últimos 12 meses y grupos de edad**  
 2024  
 (porcentaje)



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

**ENCUESTA NACIONAL SOBRE SALUD Y ENVEJECIMIENTO EN MÉXICO (ENASEM) 2024**

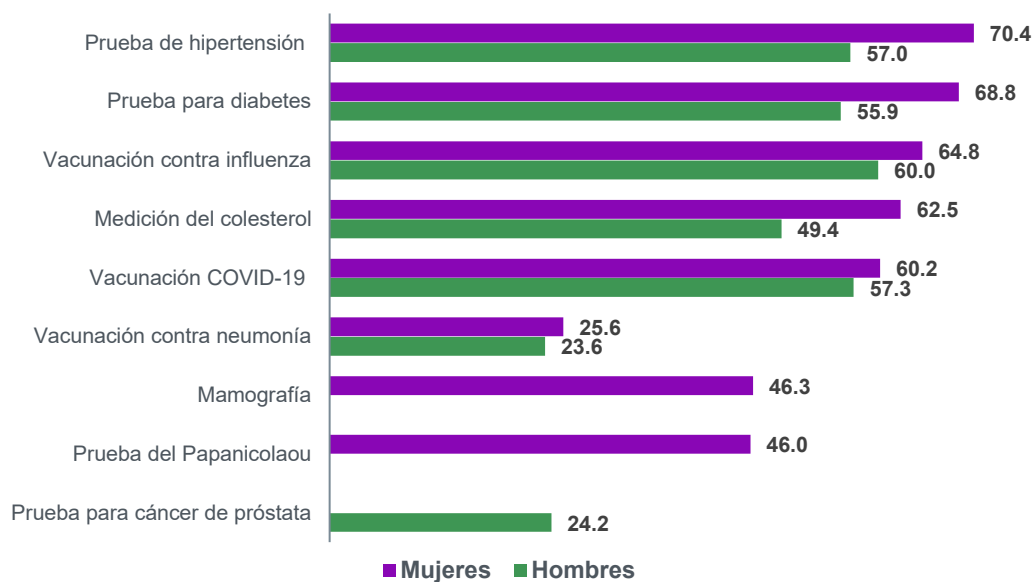
8 de abril de 2026

Página 13/28

En 2024, la mayoría de las personas adultas realizó algún tipo de cuidados preventivos para su salud. En todos los tipos de cuidados, el porcentaje de mujeres que los realizaron fue mayor que el de los hombres. El cuidado preventivo más común fue *prueba de hipertensión*, con 70.4 % para mujeres y 57.0 % para hombres. Siguió *prueba para diabetes* (68.8 y 55.9 %, respectivamente) y *vacunación contra influenza* (con 64.8 % para mujeres y 60.0 % para hombres). (Ver gráfica 14).

Gráfica 14  
**Población de 50 años y más, según tipo de cuidados preventivos en los últimos dos años y sexo**  
 2024

(porcentaje)



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

**Diagnóstico de enfermedades**

En 2024, 41.5 % de personas de 50 años y más tenía diagnóstico de hipertensión: 47.9 % correspondió a mujeres y 34.3 %, a hombres. En la gráfica 15 se muestra que las mujeres de *60 años y más* presentaron la mayor prevalencia de diagnóstico de hipertensión. Para 2024 esta fue de 56.2 %, mientras que en el caso de los hombres de *50 a 59 años* fue de 26.6 por ciento. El mayor incremento sucedió en los hombres de *60 años y más*, con 4.9 puntos porcentuales en comparación con 2012.

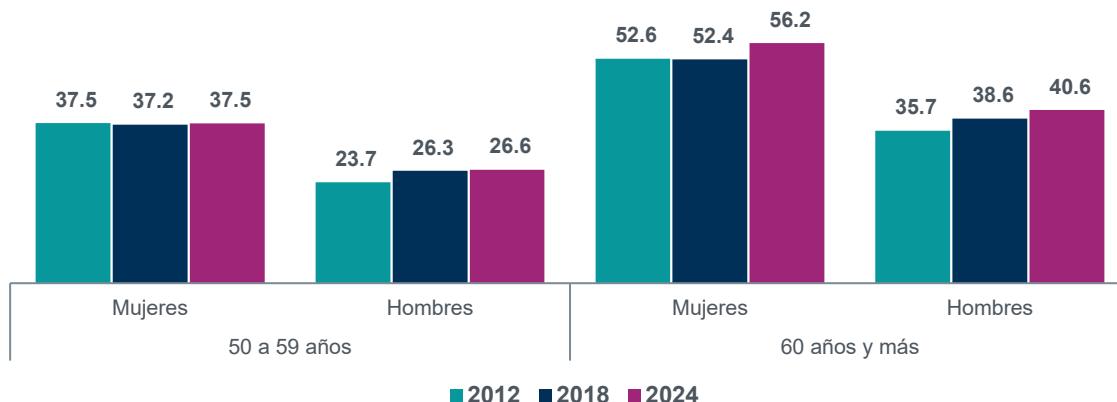
**ENCUESTA NACIONAL SOBRE SALUD Y ENVEJECIMIENTO EN MÉXICO (ENASEM) 2024**

8 de abril de 2026

Página 14/28

Gráfica 15

**Población de 50 años y más con diagnóstico de hipertensión, según grupos de edad y sexo**

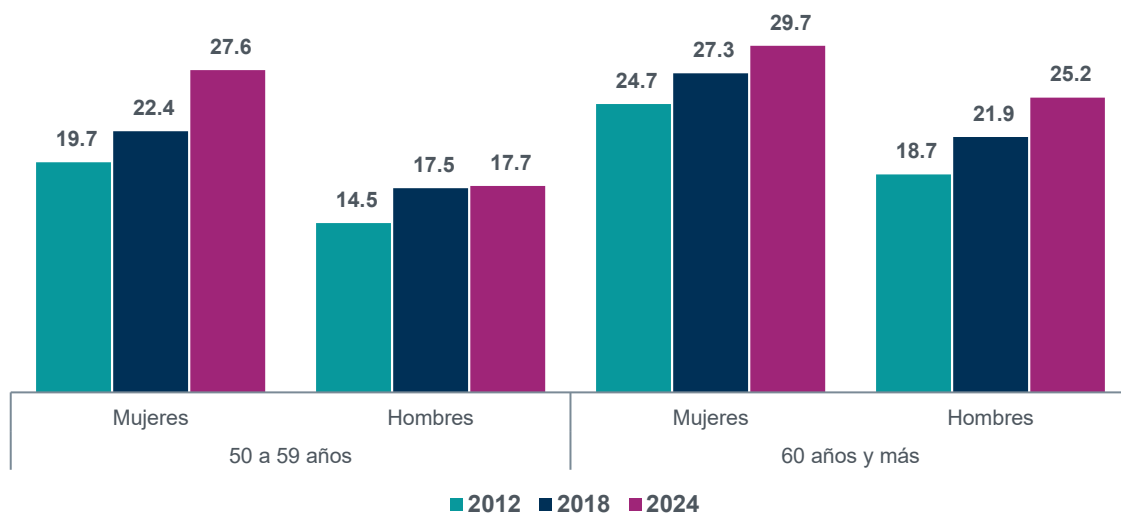
 2012, 2018, 2024  
(porcentaje)


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

En 2024, 25.5 % de personas de 50 años y más tenía diagnóstico de *diabetes*: 28.8 % correspondió a mujeres y 21.8 %, a hombres. En la gráfica 16 se muestra que entre 2012 y 2024 aumentó la prevalencia de *diabetes* tanto en mujeres como en hombres y en ambos grupos de edad. En el grupo de 50 a 59 años, la prevalencia creció de 19.7 a 27.6 % en mujeres y de 14.5 a 17.7 % en hombres.

Gráfica 16

**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.

**ENCUESTA NACIONAL SOBRE SALUD Y ENVEJECIMIENTO EN MÉXICO (ENASEM) 2024**

8 de abril de 2026

Página 15/28

En el análisis longitudinal para ambos grupos (de 50 a 59 y de 60 a 69 años en 2012), la proporción con diagnóstico de *diabetes* aumentó entre 2012 y 2024. Los niveles más altos se presentaron entre las mujeres. Para el grupo de *50 a 59 años*, de 16.0 % en 2012, pasó a 28.1 %, cuando contaban con edades entre 62 y 71 años. El comportamiento fue similar para las personas de 60 a 69 años: en 2012 representaban 17.1 %, y al llegar a edades de 72 a 81 años, el porcentaje fue 28.7 (ver gráfica 17).

Gráfica 17  
**Seguimiento a la situación de diagnóstico de diabetes para la población, según grupos de edad y sexo**  
 2012 a 2024  
 (porcentaje)



Nota: Se considera a las mismas personas en 2012 y sobrevivientes en 2024. Se utilizan factores de expansión de 2024.  
 Fuente: INEGI. Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), 2012, 2018 y 2024.

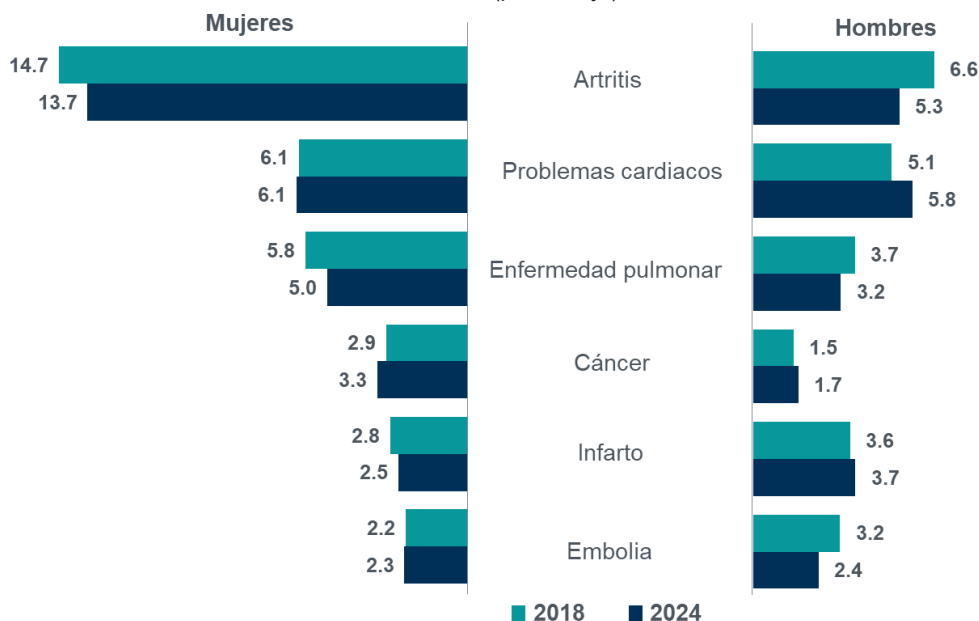
La gráfica 18 muestra la prevalencia de otras enfermedades entre las personas de 50 años y más en 2024, así como su comparativo con 2018. En la mayoría, la prevalencia fue similar para ambos años de la encuesta. En 2024, las enfermedades más comunes, después de *hipertensión* y *diabetes*, fueron *artritis* (13.7 % en mujeres y 5.3 % en hombres) y los *problemas cardiacos* (6.1 y 5.8 %, respectivamente).

**ENCUESTA NACIONAL SOBRE SALUD Y ENVEJECIMIENTO EN MÉXICO (ENASEM) 2024**

8 de abril de 2026

Página 16/28

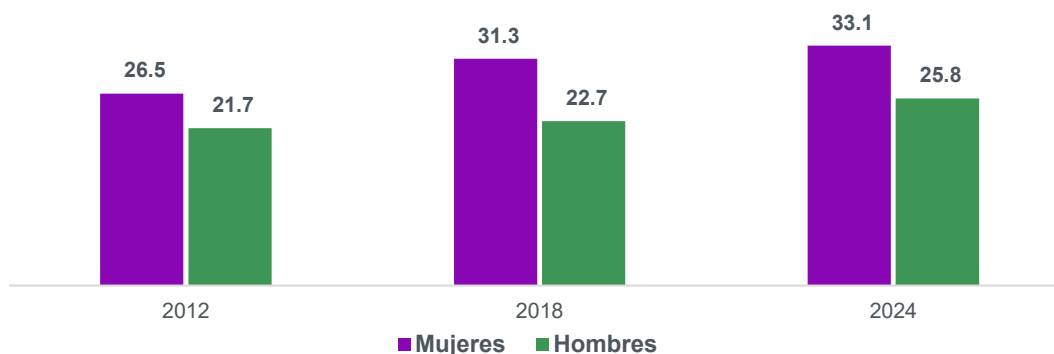
Gráfica 18  
**Población de 50 años y más, según otros tipos de enfermedad diagnosticada y sexo**  
 2018 y 2024  
 (porcentaje)



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

Conforme al autorreporte de peso y talla, en 2024, con respecto a 2012 y 2018, aumentó la población de 50 años y más con obesidad. En el caso de las mujeres incrementó 6.6 puntos porcentuales de 2012 a 2024; en los hombres el aumento fue de 4.1 puntos (ver gráfica 19).

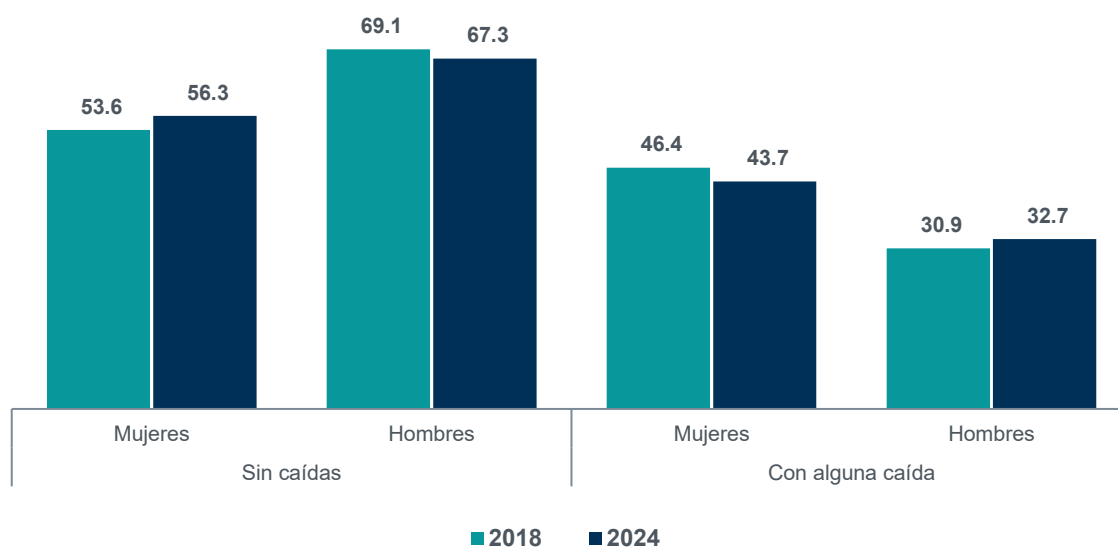
Gráfica 19  
**Población de 50 años y más con obesidad, mediante autorreporte de peso y talla, según sexo**  
 2012, 2018, 2024  
 (porcentaje)



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

En 2024, 38.5 % de personas de 50 años y más sufrió alguna caída en los últimos dos años: 43.7 % correspondió a mujeres y 32.7 %, a hombres. En la gráfica 20 se muestra que entre 2018 y 2024 disminuyó 2.7 puntos porcentuales la proporción de mujeres *con alguna caída*. En los hombres, la proporción incrementó 2.8 puntos porcentuales.

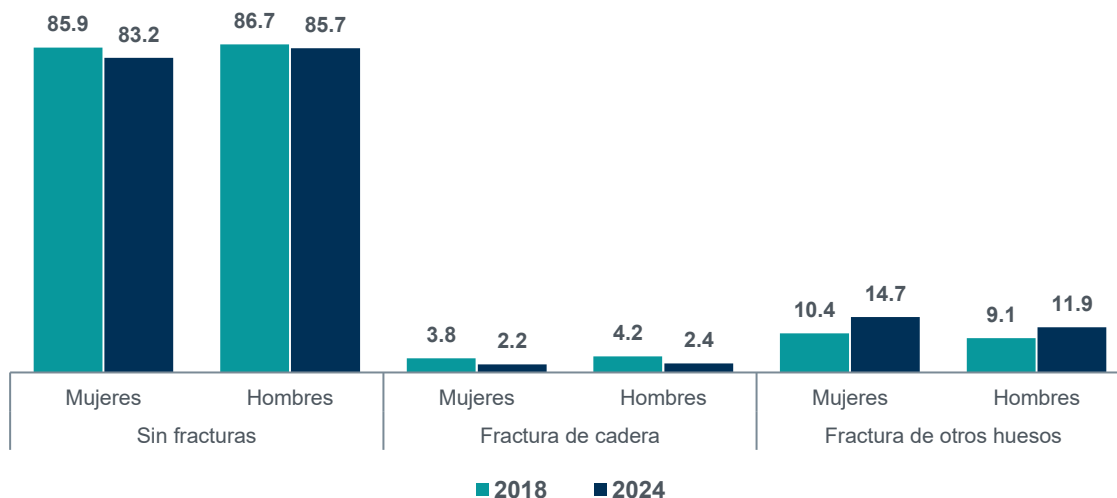
Gráfica 20  
**Distribución de la población de 50 años y más, según condición de haber sufrido alguna caída en los últimos dos años y sexo**  
 2018 y 2024  
 (porcentaje)



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

En 2024, de las personas que sufrieron alguna caída en los últimos dos años, en el caso de mujeres, 83.2 % no tuvo fractura, 2.2 % sufrió fractura de cadera y 14.7 % se fracturó otros huesos. En el caso de los hombres, 85.7 % se cayó *sin fractura*; 2.4 %, con *fractura de cadera*; y 11.9 % sufrió caída con *fractura de otros huesos* (ver gráfica 21).

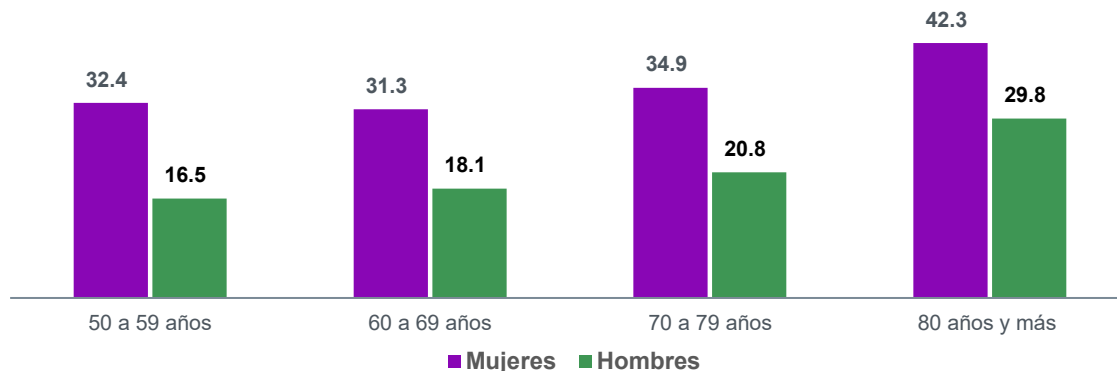
Gráfica 21  
**Distribución de la población de 50 años y más con alguna caída en los últimos dos años, según condición de fractura y sexo**  
 2018 y 2024  
 (porcentaje)



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

La proporción de personas con cinco o más *síntomas depresivos* aumentó conforme incrementó la edad, y resultó mayor para las mujeres, independientemente del grupo de edad. Entre quienes tenían *50 a 59 años*, los porcentajes fueron de 32.4 en mujeres y 16.5 en hombres. El incremento fue gradual hasta llegar a 42.3 % en mujeres y 29.8 % en hombres de *80 años y más* (ver gráfica 22).

Gráfica 22  
**Población de 50 años y más con cinco o más síntomas depresivos, según sexo y grupos de edad**  
 2024  
 (porcentaje)



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

**ENCUESTA NACIONAL SOBRE SALUD Y ENVEJECIMIENTO EN MÉXICO (ENASEM) 2024**

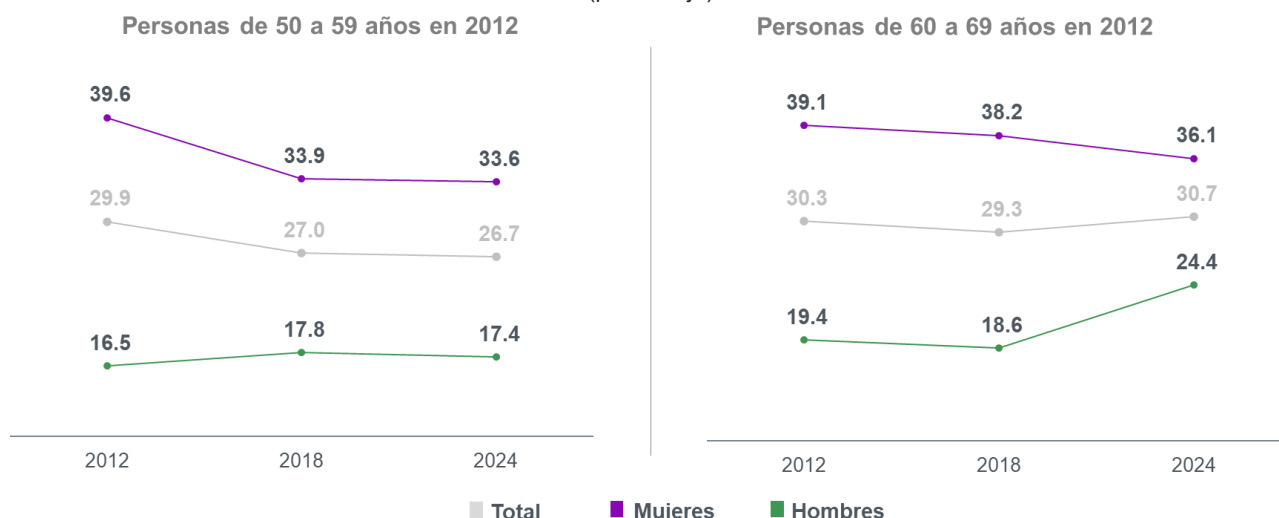
8 de abril de 2026

Página 19/28

En ambos grupos de seguimiento longitudinal, las mujeres mantuvieron la mayor prevalencia de *síntomas depresivos*, con cinco o más, aunque hubo una ligera reducción entre 2012 y 2024. En contraste, los hombres mostraron trayectorias distintas: en las personas de *50 a 59 años*, los valores se mantuvieron, mientras que para las de *60 a 69 años* incrementó en 2024. La brecha entre mujeres y hombres se redujo con el tiempo para ambos grupos. La más notable se presentó en el grupo de *60 a 69 años* de 2012 (ver gráfica 23).

Gráfica 23

**Seguimiento a la situación de tener cinco o más síntomas depresivos para la población, según grupos de edad y sexo**

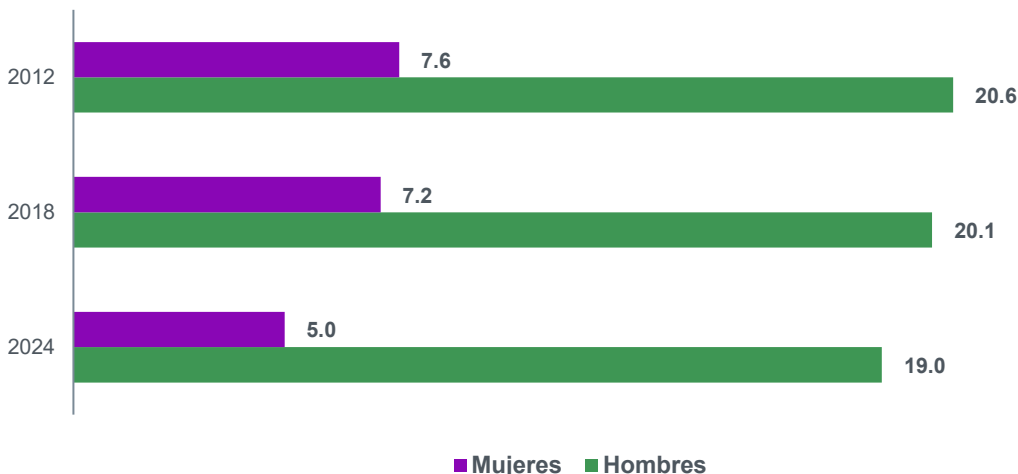
 2012 a 2024  
(porcentaje)


Nota: Se considera a las mismas personas en 2012 y sobrevivientes en 2024. Se utilizan factores de expansión de 2024.  
Fuente: INEGI. Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), 2012, 2018 y 2024.

**Consumo de tabaco y alcohol**

En 2024, 11.6 % de las personas de 50 años y más *fumaba*. Con el paso de los años disminuyó la prevalencia de personas fumadoras. Para las mujeres, la cifra pasó de 7.6 % en 2012 a 5.0 % en 2024. Por otro lado, en el grupo de los hombres, quienes presentaron los mayores porcentajes en el periodo, asimismo hubo una reducción gradual (de 20.6 % en 2012 a 19.0 % en 2024). (Ver gráfica 24).

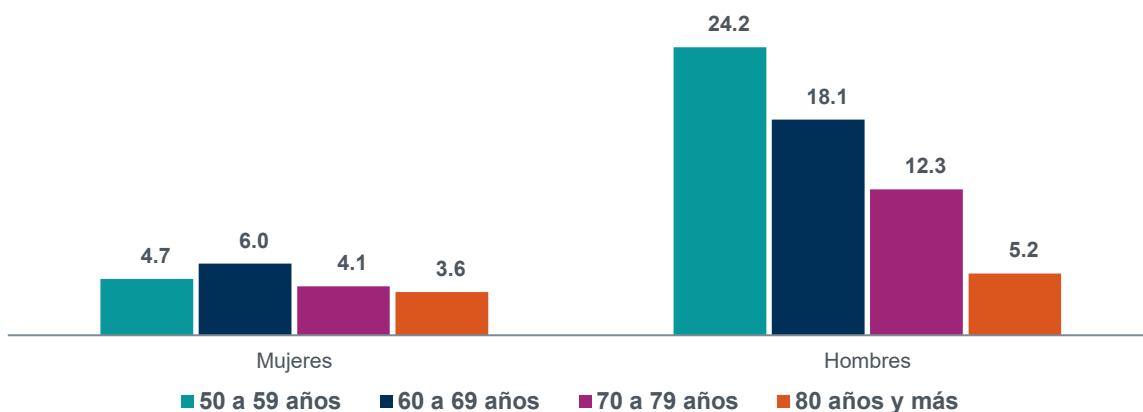
Gráfica 24  
**Población de 50 años y más que fuma, según sexo**  
 2012, 2018, 2024  
 (porcentaje)



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

El *consumo de tabaco* fue mayor en hombres que en mujeres, independientemente del grupo de edad. Entre las mujeres, los niveles fueron bajos y disminuyeron ligeramente conforme incrementó la edad (de 4.7 a 3.6 %). En los hombres, el mayor porcentaje de fumadores se presentó en el grupo de *50 a 59 años* (24.2 %) y disminuyó progresivamente hasta 5.2 % para personas de *80 años y más* (ver gráfica 25).

Gráfica 25  
**Población de 50 años y más que fuma, según sexo y grupos de edad**  
 2024  
 (porcentaje)



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

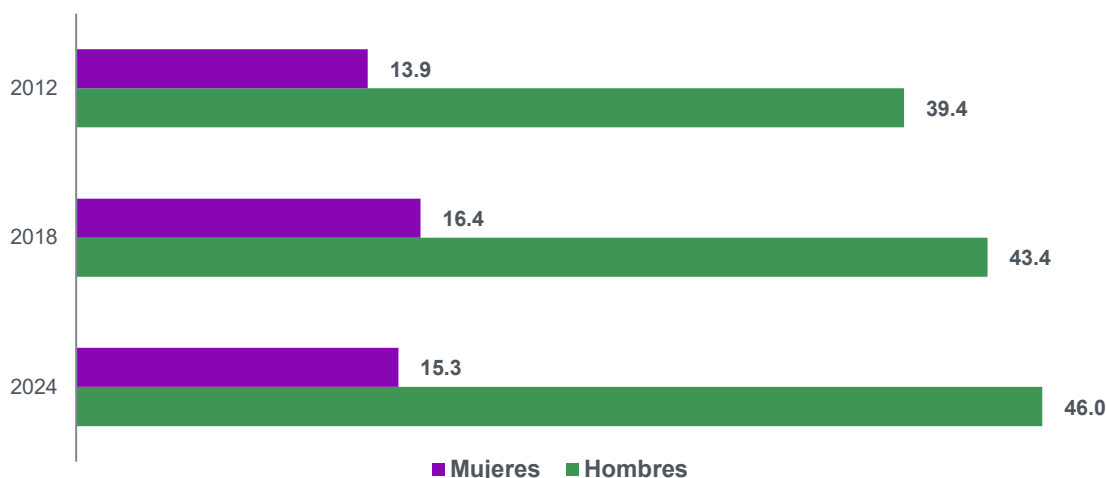
**ENCUESTA NACIONAL SOBRE SALUD Y ENVEJECIMIENTO EN MÉXICO (ENASEM) 2024**

8 de abril de 2026

Página 21/28

En lo que respecta al *consumo de alcohol*, 29.8 % de las personas de 50 años y más declaró que actualmente consume bebidas alcohólicas. Con el paso de los años, los hombres registraron porcentajes más altos que las mujeres. Además, entre 2012 y 2024, el consumo incrementó de 39.4 a 46.0 %, respectivamente. En el caso de las mujeres, el aumento fue de 13.9 % en 2012 a 15.3 % en 2024 (ver gráfica 26).

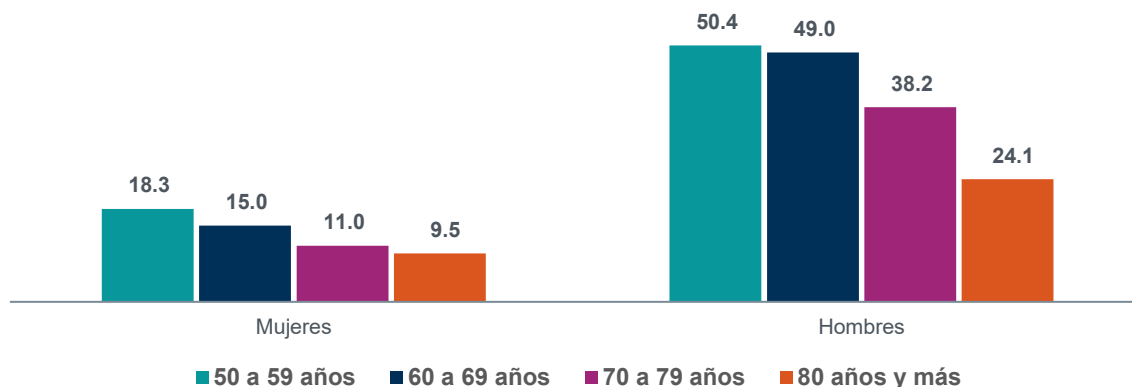
Gráfica 26  
**Población de 50 años y más que consumió alcohol, según sexo**  
 2012, 2018, 2024  
 (porcentaje)



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

El *consumo de alcohol* se modificó con la edad. En 2024, entre las *mujeres* de 50 a 59 años, el porcentaje fue 18.3, mientras que para el grupo de 80 años y más, disminuyó a 9.5 por ciento. Para el caso de los hombres, cerca de la mitad de los grupos de 50 a 59 y de 60 a 69 años consumió bebidas alcohólicas (ver gráfica 27).

Gráfica 27  
**Población de 50 años y más que consumió alcohol, según sexo y grupos de edad**  
 2024  
 (porcentaje)

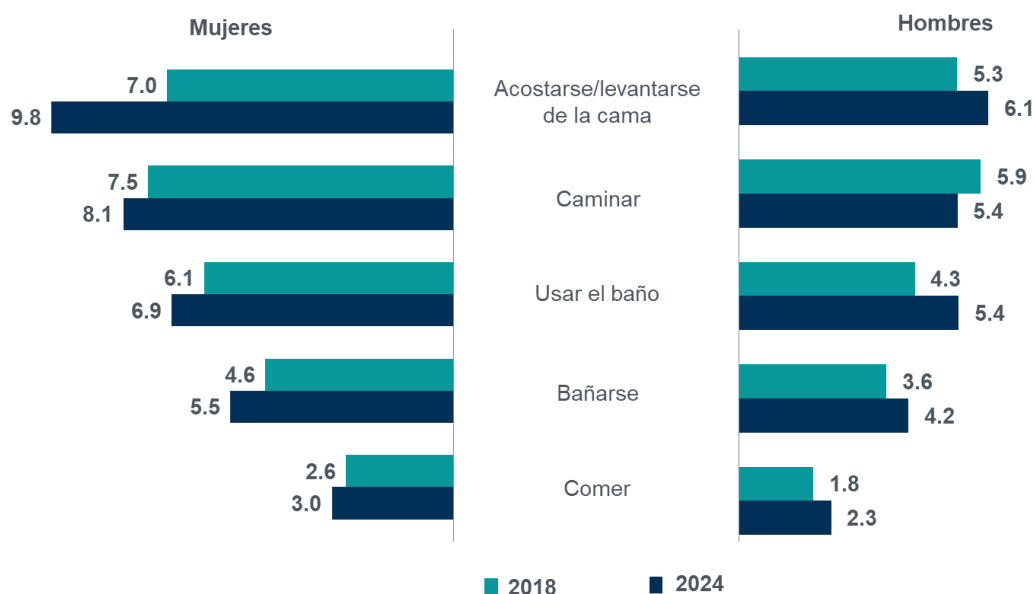


Fuente: INEGI. Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), 2024.

### Limitación de actividades de la vida diaria

La *limitación para realizar actividades básicas*, entre las personas de 50 años y más, presentó mayor prevalencia en las mujeres que en los hombres, con un incremento generalizado de 2018 a 2024. Tanto en mujeres como hombres, las mayores dificultades en 2024 se registraron en *acostarse o levantarse de la cama* (9.8 y 6.1 %, respectivamente) y en *caminar* (8.1 y 5.4 %, respectivamente). (Ver gráfica 28).

Gráfica 28  
**Población de 50 años y más con limitación para realizar actividades básicas, según sexo y tipo de actividad**  
 2018 y 2024  
 (porcentaje)



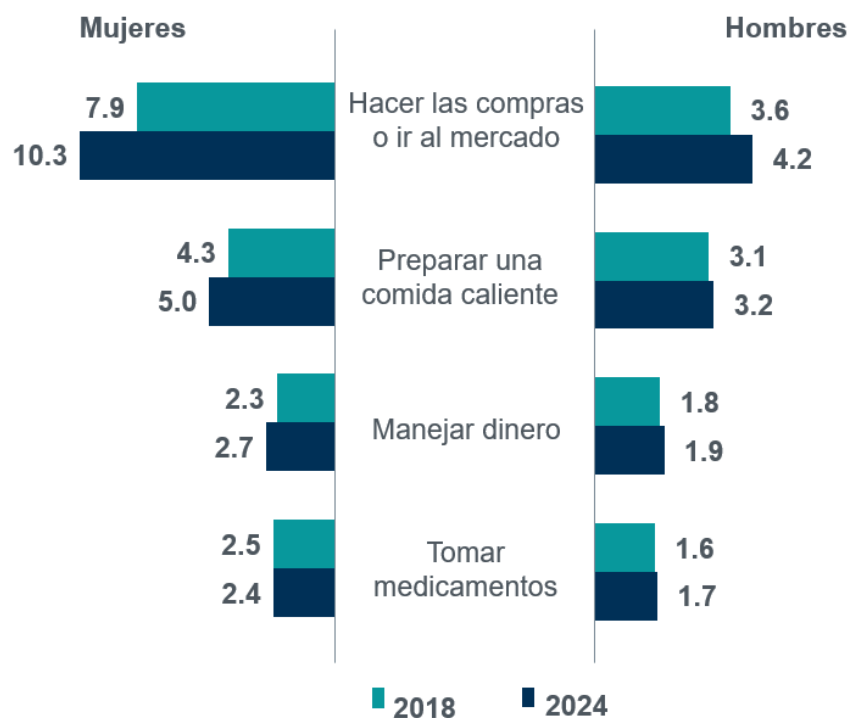
Fuente: INEGI. Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), 2018 y 2024.

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

Entre 2018 y 2024, la mayor diferencia se observó en *hacer las compras o ir al mercado*: las mujeres pasaron de 7.9 a 10.3 %; y los hombres, de 3.6 a 4.2 por ciento. También un ligero incremento para las mujeres en *preparar una comida caliente*. En el resto de las actividades se mantuvieron datos similares (ver gráfica 29).

Gráfica 29

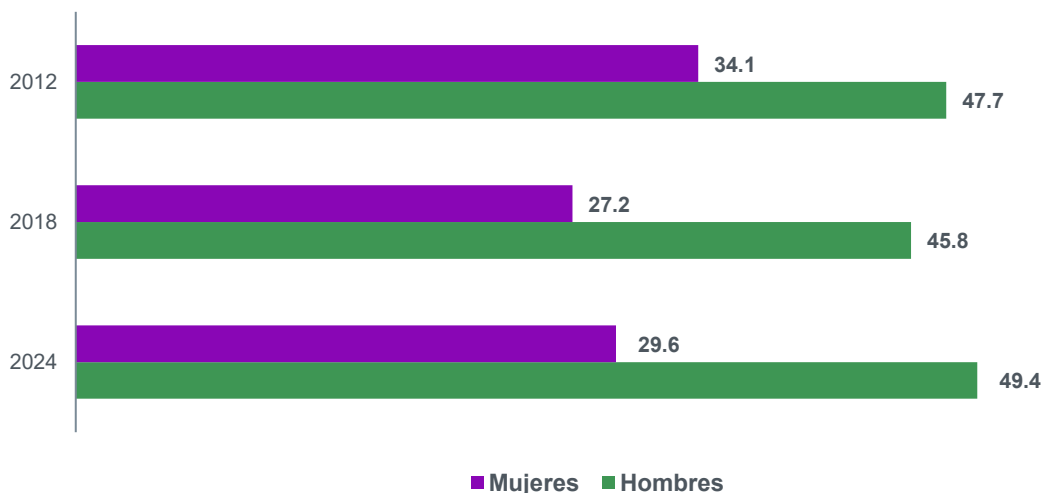
**Población de 50 años y más con limitación para realizar actividades instrumentales, según sexo y tipo de actividad**

 2018 y 2024  
(porcentaje)


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

En el periodo de 2012 a 2024, la *práctica de ejercicio al menos tres veces por semana* fue mayor en hombres. Para 2012 y 2018, los porcentajes de hombres fueron muy similares (47.7 y 45.8). Para 2024 se presentó un aumento a 49.4 por ciento. En contraste, las mujeres presentaron una baja entre 2012 y 2018 (de 34.1 a 27.2 %) y un repunte en 2024 (29.6 %). Lo anterior, no obstante, no logró disminuir la brecha de género en la realización de ejercicio (ver gráfica 30).

Gráfica 30  
**Población de 50 años y más que realizó ejercicio tres veces por semana, según sexo**  
 2012, 2018, 2024  
 (porcentaje)



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

### Actividades de uso del tiempo y satisfacción con la vida

En 2024, 35.0 % de las personas de 50 años y más realizó actividades de cuidados a menores de 12 años o de personas adultas enfermas o con alguna discapacidad: 43.8 % correspondió a mujeres y 25.1 %, a hombres.

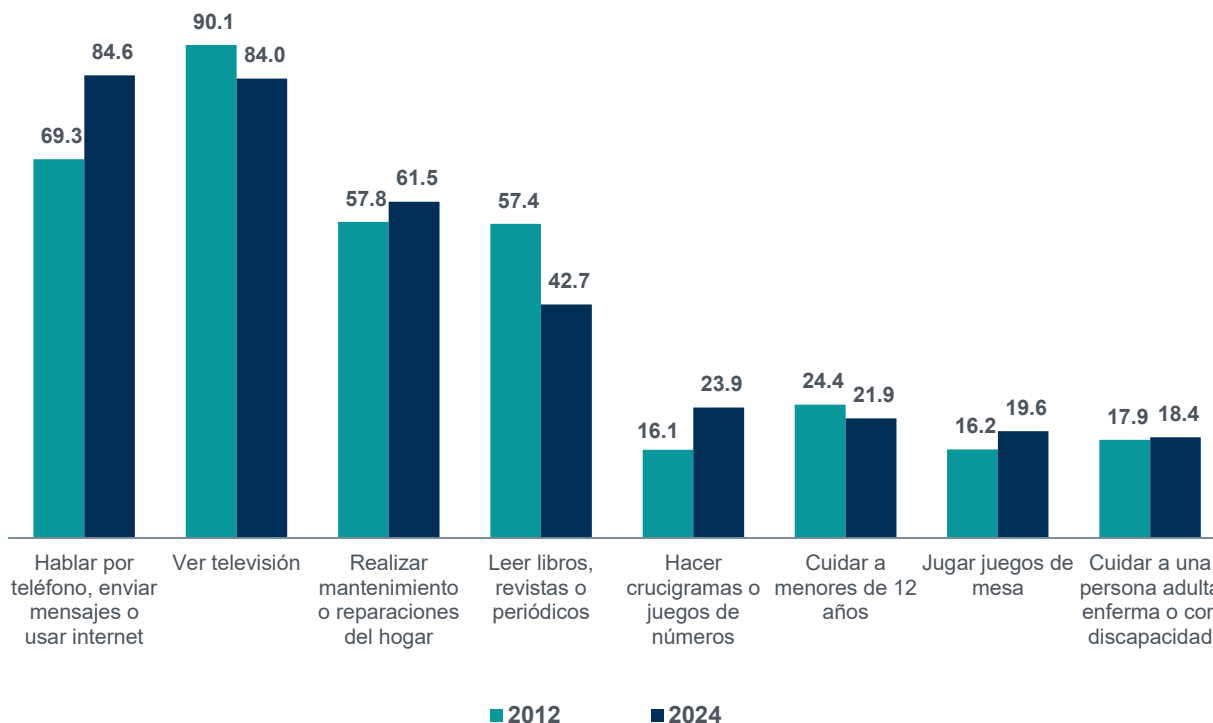
Además, las actividades que realizan las personas de 50 años y más mostraron cambios en el tiempo. En 2024, 84.6 % participó en actividades relacionadas con la comunicación digital, *hablar por teléfono, enviar mensajes o usar internet*. Asimismo, *ver televisión* aún es una de las actividades más frecuentes entre personas adultas, aunque presentó un descenso de 6.1 puntos porcentuales en 2024 con respecto a 2012. Actividades como *leer libros o revistas, hacer crucigramas y realizar mantenimiento en el hogar* también mostraron altos niveles de participación, aunque con variaciones en los años que se observaron (ver gráfica 31).

**ENCUESTA NACIONAL SOBRE SALUD Y ENVEJECIMIENTO EN MÉXICO (ENASEM) 2024**

8 de abril de 2026

Página 26/28

Gráfica 31  
**Población de 50 años y más que participó en distintas actividades**  
 2012 y 2024  
 (porcentaje)



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

Las personas de 50 años y más mostraron altos niveles de *satisfacción con la vida*, con prevalencias ligeramente más altas para los hombres en las distintas frases indagatorias. Más de 80 % de las personas dijo sentir *satisfacción con su vida y haber conseguido cosas importantes en la vida*. Un porcentaje menor calificó sus condiciones de vida como *excelentes* y *no cambiarían casi nada de su vida*, y 7 de cada 10 mujeres y hombres en estas edades dijeron que *su vida está cercana al ideal* (ver gráfica 32).

Gráfica 32  
**Población de 50 años y más que está de acuerdo con frases de satisfacción con la vida, según sexo**  
 2024  
 (porcentaje)

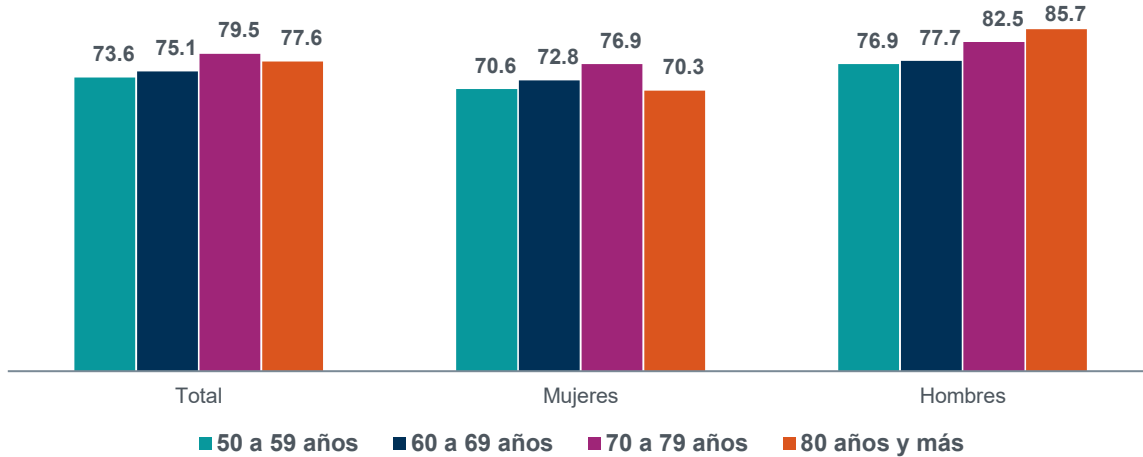


Fuente: INEGI. Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM), 2024.

Al analizar la frase *mi vida está cerca del ideal*, según grupos de edad y sexo, se identificó que, en 2024, el grupo de *50 a 59 años* registró el porcentaje más bajo de población que estuvo de acuerdo.

En el total de la población, el nivel aumentó conforme avanzó la edad, al pasar de 73.6 % en el grupo de *50 a 59 años* a 79.5 % entre quienes tenían de *70 a 79 años*, con una ligera disminución en el grupo de *80 años y más* (77.6 %). Según sexo, las mujeres presentaron los porcentajes más bajos en todos los grupos de edad, especialmente en el de *80 años y más* (ver gráfica 33).

Gráfica 33  
**Población de 50 años y más de acuerdo con la frase *mi vida está cerca del ideal*, según sexo y grupos de edad**  
 2024  
 (porcentaje)



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

La base de datos y los resultados de la ENASEM se pueden consultar en la siguiente liga:  
<https://www.inegi.org.mx/programas/enasem/>

*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!*