1 de octubre de 2026

Infografía Día de la Persona Adulta Mayor

Costa Rica envejece: datos sobre nuestra población adulta mayor

Tenemos más cantidad de personas de 65 años y más[1/]

2006
Total país
263 431
6,2%
Hombres[2/] 47,3%
Mujeres[2/] 52,7%



2026
Total país
638 378
12,2%
Hombres 46,9%
Mujeres 53,1%

Notas: 1/ Según la Ley Integral para la Persona Adulta Mayor (Ley N° 7935), se define como persona adulta mayor a toda persona que tiene 65 años o más. 2/ Porcentaje con respecto a la población de 65 años y más.
Fuente: INEC-Costa Rica. Estimaciones y proyecciones nacionales de población, 1950 - 2100, julio 2024.

Cantones con más personas adultas mayores

Índice de envejecimiento[1/]



	2006		2026		2046	
1	Montes de Oca	40,2	Montes de Oca	131,0	Montes de Oca	340,2
2	San Mateo	37,9	San José	108,6	San José	302,8
3	San José	35,7	San Mateo	104,8	Belén	294,6





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

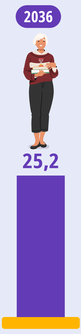
Un reto social de la población adulta mayor: la dependencia demográfica[1/]

Evolución en el tiempo







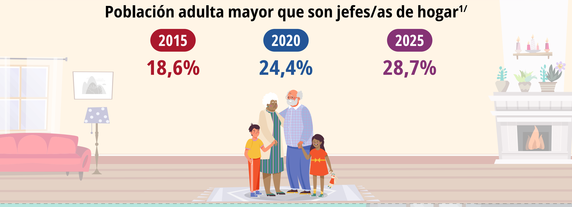


Nota: 1/ Personas de 65 años y más por cada cien personas en edad de trabajar (15 a 64 años).
Fuente: INEC-Costa Rica. Estimaciones y proyecciones nacionales de población, 1950 - 2100, julio 2024.

Llegar a los 65 años, también implica desafíos que persisten en el tiempo

Población adulta mayor que son jefes/as de hogar[1/]

2015	2020	2025
18,6%	24,4%	28,7%



Condición de pobreza[2/]

2015	2020	2025
14,1%	21,0%	18,5%



Nota: 1/ Porcentaje con respecto al total de jefes/as de hogar. 2/ Porcentaje se calcula con respecto a la población de 65 años y más.
Fuente: INEC - Costa Rica. Encuesta Nacional de Hogares 2015, 2020 y 2025.

Algunos retos de la población adulta mayor en el mercado laboral

	2011	2016	2026
Desempleo	1,4%	2,7%	0,8%
Subempleo[1/]	10,4%	19,8%	4,2%
Empleo informal[1/]	75,5%	75,5%	73,6%







Nota: 1/ Porcentaje con respecto a la población ocupada.
Fuente: INEC- Costa Rica. Encuesta Continua de Empleo (ECE), segundo trimestre 2011, 2016 y 2026.

¡No más violencia hacia las personas adultas mayores!

2025

Denuncias por abandono y maltrato[1/]
1 154



Esperan reubicación por abandono o agresión[2/]
152



Nota: 1/ De enero a julio 2025. 2/ De noviembre 2024 a diciembre 2025.
Fuente: Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM), 2025.