



## Las mujeres cubanas viven más pero tienen peor salud



*por Lisandra Fariñas Acosta*

En un mundo cada vez más envejecido, el enunciado que encabeza este texto se erige hoy como uno de los principales objetos de estudio, y para intentar darle respuesta, Granma dialogó con el doctor y profesor Jesús Menéndez, especialista del Centro de Investigaciones sobre Longevidad, Envejecimiento y Salud (Cited).

«Alguien me contó un día esta anécdota en la cual un hombre le decía a una mujer: ustedes se pasan la vida quejándose. Y la mujer le respondió, –sí, es verdad, pero los enterramos a ustedes–», comentó el profesor en un pasaje que bien ilustra la disyuntiva que antes mencionábamos.

«Ya casi el 20 % de los cubanos (19,8 % de su población) peinan canas, y pronto serán muchos más, lo que se ha llamado en otras latitudes el tsunami plateado. Hay más mujeres mayores que hombres mayores (53,2 %), y al mismo tiempo viven como promedio cuatro años más», puntualizó el entrevistado; quien de inmediato acotó: «pero vivir más no quiere decir vivir mejor».

De acuerdo con el experto, aunque la mayoría de las personas mayores son independientes, con el aumento de la edad también se incrementan las enfermedades crónicas, como la hipertensión arterial, el nivel de azúcar alta en la sangre (diabetes), las enfermedades cardiovasculares y la artrosis, por poner algunos ejemplos.



---

Asimismo, dijo, crece el número de personas dependientes; aunque la salud en las personas mayores no debe medirse por las enfermedades que padezca, sino en su capacidad de llevar de forma independiente su vida todos los días.

La esperanza de vida al nacer hoy en Cuba es de 78,45 años para ambos sexos, 80,45 años para las mujeres y 76,5 años para los hombres; pero la esperanza de vida de toda persona que hoy arriba a las seis décadas es de 22 años más, y de casi nueve años para los que arriban a los 80, de acuerdo con el Anuario Estadístico de Salud del 2016.

Según el doctor Menéndez, en un estudio realizado hace unos años por investigadores del Cited, se evaluó la salud de las mujeres mayores de La Habana con tres preguntas: a) número de enfermedades crónicas que padecían; b) autoevaluación de salud y c) presencia o no de discapacidad. Cuando se compararon estos tres aspectos con los hombres, se observó que las mujeres mayores tenían peor opinión de cómo estaba su propia salud, más enfermedades y mayor discapacidad que los hombres, explicó.

«En los tiempos actuales, a las mujeres se les pide que se incorporen al trabajo, que cuiden de sus hijos y que cuiden de sus mayores. Pero no se puede afirmar que esta sea la causa de que terminen con menos salud que los hombres», apuntó el profesor.

Agregó que en casi todos los estudios realizados al respecto en otros países, los resultados son similares. Puede haber varias explicaciones: desde el punto de vista biológico, las mujeres presentan más enfermedades del tipo de la artrosis que los hombres; por otro lado, los estrógenos parecen tener efectos beneficiosos en la función mental, actividad motora, entre otros; los cuales, al dejar de producirse en la menopausia, disminuye su efecto protector.

Sin embargo, refirió el especialista, pudiera considerarse que esto no se deba a causas estrictamente biológicas; y en ese sentido se refiere a patrones culturales establecidos. «Desde que la mujer nació no se le dio la posibilidad de un reconocimiento real de todas sus potencialidades, donde muchas de sus necesidades quedaban relegadas a un segundo plano en función de los demás. Fue lo que le enseñaron y lo que ella hizo toda la vida. Por otro lado, la mujer tradicionalmente es la “máxima cuidadora” de los miembros del hogar: hijos, esposo, padres, y deja de cuidarse a sí misma», dijo.

«¿Qué sucede con la mujer que se encuentra en esta época con mayor deterioro? ¿Acaso las tareas a las que habitualmente se dedicó, pueden haberlas desgastado más? ¿Existen condiciones excepcionales en la mujer que le permiten tener mayor supervivencia? Las mujeres son las que mantienen la especie. ¿Esta condición natural hace que aunque se deterioran más, pueden vivir más? Estas interrogantes necesitan de otras investigaciones que permitan arrojar más luz sobre el tema. Pero no hay duda de que un sistema de cuidados a largo plazo, que hoy es un desafío, permitirá que tanto mujeres como hombres vivan con mejor calidad de vida por más tiempo», concluyó el experto.

(Granma)