

Domingo 29 de agosto, 2004
San José, Costa Rica.

Para una mejor calidad de vida

Las mujeres jóvenes y las adultas mayores son las que constantemente consultan y están pendientes de sus problemas de salud, lo cual les beneficia en la elevación de sus condiciones generales de vida

Fernando Morales Martínez

Director general del hospital Dr. Raúl Blanco Cervantes y presidente del Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor

El envejecimiento de la población es una experiencia humana única en la que Costa Rica está inmersa; lo anterior es producto del aumento de la esperanza de vida, la disminución de la fecundidad y el desarrollo del Sistema Nacional de Salud.

Se conoce que, por la razón de masculinidad a nivel mundial, nacen 107 hombres por cada 100 mujeres; el exceso de hombres al nacer es normalmente ponderado con una mayor mortalidad masculina que se inicia desde la concepción y se prolonga a lo largo de la vida, de manera que se va invirtiendo progresivamente con la edad.

Vejez feminizada

En las edades avanzadas hay una mayor concentración de mujeres en la población total; como consecuencia, la vejez se ha feminizado, situación que en Costa Rica se conoce en los últimos censos de población. La mayor expectativa de vida de las mujeres significa que en edades más avanzadas hay menos hombres que mujeres; por ejemplo, a los 80 años y más, hay 80 hombres por cada 100 mujeres, brecha que aumenta con el paso de los años.

En la cultura de la vejez son las mujeres las que tienen mayor liderazgo, y mantienen mayoritariamente su función vital en la sociedad, con una vida estructurada gracias al trabajo doméstico cotidiano, a las relaciones con vecinos, amigos y familiares, mientras que el hombre, usualmente a partir del momento de su jubilación, pierde protagonismo, muchos pierden funcionalidad física, social y emocional y/o mueren antes que sus esposas y dejan a las mujeres viudas, quienes tienen que retomar las riendas de su vida y asumir un liderazgo familiar y social, e integrarse activamente a grupos culturales comunales religiosos y de autocuidado de su salud, entre otros. Los estudios de investigación realizados por la Caja Costarricense de Seguro Social demuestran que las mujeres jóvenes y las adultas mayores son las que constantemente consultan y están pendientes de sus problemas de salud, lo cual les beneficia en la elevación de sus condiciones generales de vida.

Campesinos longevos

A nivel internacional pareciera que los hombres adultos mayores costarricenses que logran sobrepasar los 80 años, viven más años con funcionalidad e independencia física, social y emocional. Se estiman como posibles razones de esta mayor esperanza de vida la identificación en el campo agrícola, asociada a una actividad física importante, hábitos alimentarios básicos que contribuyeron a evitar la sobrealimentación, y, por último, un posible componente genético; desde luego estas posibles causas y otros elementos requieren ser estudiados e investigados con profundidad.

Es posible que algunas acciones que se realizan en la infancia y juventud tengan gran impacto en la vejez; las actividades preventivas dominarán el escenario de la medicina en todas las áreas, incluyendo el envejecimiento exitoso.

En nuestro país, la Ley n.º 7935, *Ley integral del adulto mayor*, vigente desde 1999, establece la importancia del desarrollo de políticas sociales y de salud para dar protección y atención integral a nuestros adultos mayores, mejorar sus condiciones y calidad de vida. Este proceso implica promover la red de apoyo integral para los adultos mayores, tanto en la comunidad como en los servicios asistenciales de salud, como una forma de dar respuesta a lo que establece la ley, la cual, sin duda, debe ser conocida, fortalecida, apoyada y enriquecida por toda la sociedad costarricense.

Es necesario un verdadero ambiente de protección y atención al adulto mayor que lo integre a la familia y a la comunidad como sujeto activo, y cree una cultura que favorezca la calidad de vida para este importante grupo poblacional.



/LA NACIÓN