

## VIII CONGRESO NACIONAL DE GERONTOLOGÍA Y GERIATRÍA

# Enfrentar los desafíos de una sociedad envejecida

Olga Díaz Ruiz

Para intercambiar experiencias y procederes sobre el envejecimiento de las poblaciones como realidad en el escenario social de América Latina, alrededor de 300 delegados de unas diez naciones se reúnen en el Palacio de Convenciones de La Habana en el VIII Congreso Nacional de Gerontología y Geriatría, GERONTOGER 2012, evento que concluye este viernes.

En los debates, marcados por la concepción de que el incremento de la longevidad humana es uno de los principales logros del siglo XX, se analizó también la situación del contexto demográfico cubano actual y perspectivo.

Juan Carlos Alfonso Fraga, director e investigador del Centro de Estudios de Población y Desarrollo de la Oficina Nacional de Estadísticas e Información, reiteró que con más del



La formación de profesionales capaces de brindar una mejor calidad al cuidado de los adultos mayores, centró buena parte de los debates del Congreso en su jornada de ayer. FOTO: ANABEL DÍAZ MENA

18,1% de nuestra población por encima de los 60 años, Cuba no se encuentra ajena al desafío de proporcionar una vejez activa, productiva y feliz a sus ciudadanos.

La evolución demográfica de la población cubana tiende a decrecer en todos los grupos etarios; solo en las edades de 60 años y más continuará creciendo, precisó. Los impactos de este proceso se constatan en todos los sectores de la sociedad, por lo que se requiere brindar particular atención al estudio e implementación de estrategias para enfrentar esta coyuntura en el país y la región, agregó.

Asimismo, la agenda temática del encuentro incluyó, entre otros asuntos, el III Encuentro Internacional de Enfermería Geriátrica, donde se destacó la necesidad de formar profesionales de esta ciencia con un perfil amplio, y capaces de enfrentar los problemas existentes en su área de competencias y resolverlos exitosamente, con total dominio de los métodos científicos y técnicos contemporáneos.

Estos profesionales deben superarse continuamente, para garantizar una mejor calidad del cuidado a los adultos mayores y satisfacer las necesidades humanas y de salud en su territorio, sin descuidar las actividades de promoción, prevención, curación y rehabilitación, subrayaron los ponentes.

De forma general, GERONTOGER 2012, organizado por la Sociedad Cubana de Gerontología y Geriatría y auspiciado por el Ministerio de Salud Pública y otras instituciones, aboga por un envejecimiento saludable y pone en discusión alternativas y maneras de hacer que permitan garantizar una calidad de vida superior a las personas con 60 años o más, ayudándolos en su tránsito por esta etapa de la vida.



FOTO: OTMARO RODRÍGUEZ

# ¿Nacemos o nos hacemos obesos?

Un 45 % de los adultos en Cuba tienen algún grado de sobrepeso u obesidad

JOSÉ A. DE LA OSA

La obesidad humana es, en la mayor parte de los casos, fruto de las diversas interacciones entre factores genéticos, metabólicos y ambientales, afirma la doctora Santa Jiménez Acosta, especialista de segundo grado en Nutrición, Profesora Titular y Consultante del Instituto de Nutrición e Higiene de los Alimentos, adscrito al Ministerio de Salud Pública.

Indica que si uno de los padres es obeso, el riesgo de ser gordo en la edad adulta se triplica, y si ambos lo son se incrementa en más de diez veces. Sin embargo, los miembros de las familias no solo comparten sus genes sino también la dieta, hábitos y estilos de vida. Quizás por ello se diga que en las familias obesas hasta las mascotas lo son. De ahí que separar los factores genéticos de los del estilo de vida es bastante difícil a la luz de los conocimientos actuales.

Como la obesidad se caracteriza frecuentemente por complicaciones metabólicas que dañan la salud, y atendiendo a que a nivel global existen más de mil millones de adultos con sobrepeso, de los cuales al menos 300 millones son obesos, en 1998 fue considerada por la OMS como epidemia mundial. No obstante, es una enfermedad cuyo desarrollo no es inevitable y es grandemente prevenible a través de cambios en los estilos de vida.

"Hay pruebas evidentes de que la obesidad es hoy uno de los riesgos más importantes para la salud mundial", asegura la doctora Jiménez, Investigadora Titular y De Mérito.

La obesidad, por definición, implica un exceso de grasa corporal, relacionado con la aparición de diversas enfermedades, trastornos y padecimientos. Acorta la esperanza de vida, predispone a la diabetes mellitus, a la hipertensión arterial, enfermedades cerebrovasculares, aumenta el riesgo de las cardiovasculares, favorece la aparición de determinados tipos de cáncer, la litiasis vesicular, provoca desarreglos del sueño y dificultades respiratorias sobre todo en los casos severos.

Cuba no escapa a este problema emergente de la salud pública mundial, reconoce la entrevistada. La información disponible indica que la prevalencia de sobrepeso y obesidad en Cuba es similar a la mayoría de los países desarrollados. El porcentaje de la población adulta considerada como obesa es el 15,05 %, mientras que el sobrepeso se presenta en el 29,7 %.

En total el 44,8 % de los adultos en nuestro país tienen algún grado de sobrepeso u obesidad, y en las mujeres estas cifras son aún más elevadas.

Estos datos sugieren que el sobrepeso y la obesidad constituyen un problema de salud pública en nuestro medio, y si en una primera etapa es difícil lograr su disminución, la investigadora plantea que se debe al menos frenar la tendencia ascendente. La infancia y adolescencia brindan las mayores potencialidades para lograr estos cambios favorables.

¿Cómo ganar en percepción de riesgo en torno a los peligros que subyacen en la obesidad? La pregunta no resulta fácil de responder por los múltiples factores que influyen en este real problema sanitario.

"Intentar, desde el diálogo y la comunicación, que las personas comprendan que la obesidad no es expresión de salud. Es una enfermedad que no consiste solo en el aumento de peso, sino que entraña serios riesgo a la salud humana", valora la doctora Jiménez.

## El liderazgo en la cultura política

Raquel Marrero Yanes

El liderazgo en Cuba fue el tema que abordó ayer el doctor Rolando Buenavilla Recio, Profesor Titular de la Universidad de Ciencias Pedagógicas Enrique José Varona, en la quinta edición de la Cátedra La Cultura de hacer política, en sesión presidida por el doctor Armando Hart Dávalos, director de la Oficina del Programa Martiano y miembro del Comité Central del Partido.

En la conferencia, que tuvo lugar en el Centro de Estudios Martianos, en la capital, Buenavilla Recio realizó un acercamiento al estudio del liderazgo político revolucionario en Cuba, contenido que se imparte en un curso de postgrado

en la Universidad Pedagógica.

Mencionó a José Martí y Fidel Castro como figuras de obligada referencia, porque sus ideas contribuyen, sin duda, a esclarecer cualquier tipo de aporte en el campo de la investigación.

Asimismo mencionó entre las características que identifican al líder político revolucionario el ser portador de una idea, capacidad para ejercer influencia, orientar y organizar la lucha, tener visión de futuro, ser un educador social y entender la solidaridad como un deber, entre otras.

Al respecto Armando Hart enfatizó la necesidad de reflexionar en cuanto a la importancia del estudio del tema para defender los ideales de la Revolución.

## el español nuestro



María Luisa García

Gran importancia tienen trabajos como la **Propuesta racional para simplificar la ortografía**, del lingüista español Juan Andrés Gualda Gil, quien reduce a ¡doce! las palabras con tilde. ¿Se imagina-

nan! ¡Qué maravilla! El libro en que explica su trabajo ya lo pone en práctica y no usa la tilde más que en esos doce términos, lo cual no crea el menor problema para su lectura. También el colombiano Jerardo Bargas Rincón ha puesto en práctica —como pueden apreciar en la escritura de su nombre— otra revolucionaria propuesta. Sin embargo, no es cosa de que decidamos apoyarlos o no. Aunque estemos de acuerdo con el hecho de que estas propuestas resultan muy racionales, estamos sujetos a lo que al respecto decidan y normen los integrantes de la Asociación de Academias de la Lengua Española.