

Septiembre de 2001

Para evaluar las investigaciones que está realizando la Universidad de Chile respecto al adulto mayor y plantear temas vinculados a la tercera edad que podrían desarrollarse en el futuro, el martes 25 de septiembre se reunieron en el Inta diversos académicos del plantel, incluidos investigadores del [ICBM](#), [Hospital Clínico](#) y [Facultad de Medicina](#).

Según explicó el doctor [Fernando Lolas](#) esta iniciativa -coordinada por el Programa Interdisciplinario de [Estudios Gerontológicos de la Universidad de Chile](#) y el [Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos](#) - sirvió para "hacer un catastro más técnico" acerca de los estudios que se llevan a cabo en la Casa de Bello

y en otros organismos, incluido el ministerio de Salud, los cuales hasta ahora se han orientado hacia los tópicos de nutrición, influencias ambientales en la velocidad del envejecimiento, deterioro cognitivo, alteraciones del sistema inmune, enfermedades cardiovasculares y osteoporosis, entre otros.

Asimismo, el doctor Lolas señaló que la cultura paternalista, tan propia de nuestra sociedad, ha evitado reiteradamente que los senescentes sean sujetos activos de investigación científica en un afán de protegerlos de los posibles abusos que pudieran estar implicados en estas indagaciones.

"Las mujeres en edad fértil, niños y ancianos han sido excluidos tradicionalmente de muchos protocolos de investigación, por eso contamos con menos datos acerca de estos grupos, sin embargo es muy importante estimular la investigación en geriatría porque la tercera edad también tiene derechos y si bien es complicado llevar a cabo estos estudios, hay que potenciar su desarrollo", sostuvo.

El doctor Lolas agregó que en el futuro se espera que la universidad siga favoreciendo los trabajos sobre la tercera edad, en especial del área neurológica. "Tenemos que colaborar entre todos para que haya un diálogo permanente que nos permita hallar un equilibrio entre las normas y creencias de la investigación", dijo.

Nutrición

Durante la charla "Aspectos epidemiológicos de la nutrición en el anciano" el doctor Eduardo Atalah, miembro del Departamento de Nutrición de la facultad, señaló que entre las características alimentarias de este grupo etáreo se incluyen la baja frecuencia en las comidas, el ayuno nocturno prolongado, la reducida ingesta de verduras, frutas, lácteos, energías, proteínas y micronutrientes y un consumo deprimido de vitamina A, calcio y zinc.

El facultativo agregó que para evaluar el estado nutricional de estas personas es necesario revisar una serie de factores, como por ejemplo, los antropométricos (índice de masa corporal y pérdida de peso), antecedentes generales del sujeto (autovalencia, enfermedades agudas, depresión y úlceras), conductas alimentarias y autopercepción sobre su salud y estado nutricional. "Evaluando estos datos concluimos que el 66 por ciento de la población de tercera edad tiene un estado nutricional normal y que el 34 por ciento está en riesgo", dijo.

Asimismo, el académico se refirió durante su presentación al Programa de Alimentación Complementaria del Adulto Mayor (PACAM), impulsado por el gobierno de Chile, cuyos objetivos son: entregar un complemento alimentario, prevenir y tratar carencias de micronutrientes, fortalecer la detección de patologías crónicas y promover la adherencia de los senescentes a los programas de salud.

Influencias ambientales

Respecto a las influencias ambientales en la velocidad del envejecimiento la doctora Cecilia Albala, del Inta, señaló que si bien ahora vivimos más años eso no significa que lo hagamos de mejor manera. "Nosotros evaluamos la funcionalidad tanto cognitiva-afectiva como de movilidad, que son los factores para observar la calidad de vida de las personas. De hecho estamos realizando el estudio SABE con la OPS, que se está efectuando paralelamente en siete ciudades latinoamericanas, y del cual hemos concluido -en términos generales- que las mujeres viven más pero en peores condiciones, sobre todo si son de un estrato socioeconómico bajo. Es decir, el género, la educación y el nivel al que pertenece un adulto mayor condicionan que éste tenga una mayor o menor posibilidad de presentar una limitación funcional en su vida. Esa realidad es, sin duda, una tarea pendiente que debemos afrontar como país", comentó.

En tanto, María Pía de la Maza, también del Inta, propuso que la universidad ahondara en tres temas vinculados a la tercera edad: estudios epidemiológicos, marcadores genéticos del envejecimiento y cambios ambientales.

La especialista dijo que uno de los asuntos sobre los cuales se está investigando hoy en el mundo es la relación que existe entre la restricción calórica y el aumento de la longevidad. Los estudios son decisivos pero sólo en ratones, ya que los que se están llevando a efecto en primates aún están inconclusos. De todas maneras se sabe que a mayor restricción calórica mayor longevidad, sobre todo si la dieta tiene menos grasas y se realiza actividad física permanente. Sin embargo, según dijo la profesional, sería muy positivo conocer científicamente qué ocurre en las personas. "Deberíamos estudiar cifras de longevidad, observar factores asociados a la misma, valorar índices de acuerdo a distintas etnias y comparar la situación socioeconómica de los sujetos estudiados. Los modelos de restricción calórica que se han evaluado hasta ahora sólo son de corto plazo".

Claudio Acuña, quien trabaja con el doctor Felipe Sierra en el Programa de Biología Celular y Molecular del ICBM, se refirió a los aspectos básicos del envejecimiento. "El envejecimiento no es un proceso normal en la naturaleza, ya que en ella la mayoría de los animales muere antes de alcanzar esta etapa. De hecho los factores que influyen en la velocidad con que envejecemos son ambientales, de estilo de vida y genéticos. Creo que el stress, cualquiera sea su tipo, incluido el oxidativo, daña la capacidad de respuesta de nuestro organismo", concluyó.