

M. EUGENIA SALINAS

Hay un dato que tiene inquieto al doctor Waldo Ortega y cree que es importante hacer algo para revertirlo. El primero es sobre la expectativa de vida que tienen hombres y mujeres en nuestro país.

"Respecto a cuántos años en promedio viven hombres y mujeres, en Chile esa diferencia es de alrededor de cinco años. Es decir, los hombres viven 5 años menos que las mujeres. A nivel de Latinoamérica, la cifra llega a 5,6 años", describe el médico familiar de la Clínica Alemana.

"Por una parte los hombres se mueren antes, pero también se mueren más, que es otro indicador, que se llama índice de masculinidad, que en 2019 en nuestro país arrojó que por cada 100 mujeres se murieron 111 hombres", explica.

Pero se dan más diferencias entre ambos géneros, agrega, y una relevante son las causas de muerte. Si bien en hombres y mujeres los infartos y accidentes cerebro vascular son predominantes, "de ahí en adelante en los hombres, las causas de muerte son cáncer de próstata, de estómago, accidentes de tránsito, cirrosis hepática y cáncer de pulmón, mientras que en las mujeres aparecen el Alzheimer, enfermedades hipertensivas y enfermedades del riñón. Esto es llamativo porque todos estos cánceres, los accidentes viales y la cirrosis están asociados a ciertas conductas, como consumo de alcohol y tabaquismo, entonces hay un perfil de causas de muerte que también es muy diferente".

**¿En ese sentido la salud de los hombres se debería tratar de manera distinta?**

"Sí. A mí me gusta hablar del eslabón perdido, que es este grupo de hombres entre 30 y 60 años que desde la perspectiva de la salud como que dejan de cuidarse, dejan de ir a controles. Cuando uno mira los programas de salud, no hay programas específicos que tengan una perspectiva de género que planteen que como los hombres se comportan distinto, tienen enfermedades distintas, se mueren de cosas distintas, por lo tanto debiéramos controlarlos o hacer programas adoptados a ellos. Debería existir esta perspectiva de género".

**¿En qué cosas nos comportamos muy distinto y que eso incida en la salud de ellos?**

"Los hombres tienen más comportamientos de riesgo que las mujeres en general, desde que son niños, por lo que tienen más riesgo de accidentes, peleas, encuentros violentos, accidentes automovilísticos. Otro tema muy llamativo desde la perspectiva

A los hombres hay que ir a buscarlos a los lugares donde se congregan, dice el doctor.



Tienen más conductas de riesgo y eso incide en enfermedades y afecciones que sufren

# Doctor explica por qué los hombres se mueren antes y más que las mujeres

**"La salud de los hombres se debería tratar con perspectiva de género", describe el médico Waldo Ortega.**



El doctor Ortega trabaja en la Clínica Alemana.

de salud mental es la dificultad que tienen para la gestión emocional. Un dato bien clarificador: los hombres que se separan se suicidan cuatro veces más que las mujeres".

**¿Y qué cosas concretas se podrían hacer en pos de la salud masculina?**

"Los programas orientados a hombres tendrían que ir acorde a sus intereses en ciertos periodos, los que probablemente están más vinculados a hacer deporte, a cómo voy formando pareja, familia, al manejo de estrés, por ejemplo, en periodo universitario o primera fase de trabajo."

**Pero es difícil que la gente sana vaya al doctor.**

"Sí y ahí hay que hacer un cambio de paradigma. Más que pensar que los hombres tengan que venir al

doctor hay que pensar cómo afectamos su salud en lugares donde habitualmente están. Los hombres a los que les gusta hacer deporte ¿dónde están? En los gimnasios, las canchas y donde se hace deporte. En esos lugares se pueden hacer campañas y que los equipos de salud vayan ahí donde están congregados y se les chequee el azúcar. Son los temas por los que no irían al doctor, pero que son importantes y que pueden hacerse en un contexto que sí les interesa. Hay experiencias en Australia y Estados Unidos de campañas para concientizar sobre la importancia de la hipertensión y lo que hacen es que en las barberías de barrios van y colocan aparatos de toma de presión. Son automáticos por lo que se pone un pequeño cartel educativo respecto a la hipertensión. Se pueden hacer intervenciones de salud donde van ellos. Hay que pensar al revés y ver dónde están los hombres".