

● LONGEVIDAD

LA MAYOR ESPERANZA DE VIDA SE ESTANCA PESE A LOS AVANCES DE LA MEDICINA

CHICAGO. *Se esperaba que las personas nacidas en la actualidad llegaran a los 100 años o más, pero el índice sólo avanzó seis años y medio desde 1990 y todo indica que hay un tope.*

Efe

Las mejoras en la calidad de vida y la dieta, junto a los avances médicos, elevaron espectacularmente la esperanza de vida en los últimos dos siglos hasta casi duplicarla en el siglo XX, pero en las últimas tres décadas el ritmo de aumento se ha ralentizado considerablemente.

Así lo advierte un estudio dirigido por la Universidad de Illinois Chicago (UIC) y publicado en la revista *Nature Aging* que sugiere que los seres humanos se acercan a un límite biológico de la vida.

Según el análisis, a pesar de los frecuentes avances en medicina y salud pública, la esperanza de vida al nacer en las poblaciones más longevas del mundo sólo ha aumentado un promedio de seis años y medio desde 1990, un ritmo muy por debajo de las expectativas de algunos científicos que pronosticaron que la esperanza de vi-

da aumentaría a un ritmo acelerado en este siglo y la mayoría de las personas nacidas hoy vivirían más de 100 años.

Según S. Jay Olshansky, autor principal del estudio y miembro de la Escuela de Salud Pública de la UIC, los mayores aumentos de la longevidad ya se han producido gracias a la lucha contra las enfermedades. Esto deja a los efectos nocivos del envejecimiento como principal freno para una mayor prolongación.

"Ahora debemos centrarnos en los esfuerzos para retrasar el envejecimiento y prolongar la esperanza de vida", afirma Olshansky.

ESPERANZA DE VIDA Y SALUD

La esperanza de vida es un parámetro relativamente nuevo que mide el número de años que una persona está sana, no sólo viva.

El análisis, realizado con investigadores de la Universidad de Hawai, Harvard y UCLA, es

el último capítulo de un debate de tres décadas sobre los posibles límites de la longevidad humana.

En 1990, Olshansky publicó un artículo en *Science* en el que sostenía que los seres humanos se acercaban a un techo de esperanza de vida en torno a los 85 años y que los avances más significativos ya se habían producido mientras que otros científicos opinaban que los avances en medicina y salud pública acelerarían las tendencias del siglo XX hacia el siglo XXI.

Los resultados del estudio publicado en *Nature Aging* respaldan la idea de que el aumento de la esperanza de vida seguirá ralentizándose a medida que aumente el número de personas expuestas a los efectos perjudiciales e inmutables del envejecimiento.

El estudio analizó datos de los ocho países más longeos y de Hong Kong, así como de Estados Unidos, uno de los pocos países que ha experimentado



PESE AL FRENADO, HAY MUCHO MARGEN DE MEJORA CON LOS HALLAZGOS DE LA UNIVERSIDAD DE ILLINOIS CHICAGO.

un descenso de la esperanza de vida en el periodo estudiado.

"Nuestro resultado contradice la creencia generalizada de que la dotación natural de longevidad de nuestra especie se encuentra en algún lugar del horizonte, por delante de nosotros, con una esperanza de vida superior a la actual", asegura Olshansky.

Según él, aunque en este siglo haya más personas que alcancen los 100 años o más, esos casos seguirán siendo atípicos y no subirán significativamente la esperanza media de vida.

Pero el hallazgo no descarta que la medicina y la ciencia puedan aportar más beneficios. Los autores afirman que puede ha-

ber un potencial más inmediato en mejorar la calidad de vida a edades más avanzadas en lugar de alargar la vida aunque para ello habría que invertir más en gerociencia (la biología del envejecimiento), advierte.

"Hay mucho margen de mejora: para reducir los factores de riesgo, trabajar para eliminar las disparidades y animar a la gente a adoptar estilos de vida más saludables, todo lo cual puede permitir a las personas vivir más tiempo y con más salud. Podemos traspasar este techo de cristal de la salud y la longevidad con la gerociencia y los esfuerzos por ralentizar los efectos del envejecimiento", explica.

OPINIÓN DE LOS EXPERTOS

Para Diego Ramiro, del Consejo Superior de Investigaciones Científicas de España, se trata de un estudio de buena calidad, cuyas conclusiones están respaldadas por datos de la Human Mortality Database, que se usan como referencia en muchos trabajos sobre mortalidad.

No obstante, para este experto hubiera sido deseable que el estudio ahondara más en las razones que frenan el crecimiento acelerado en la esperanza de vida", especialmente en las desigualdades educativas o socioeconómicas que pueden marcar que la esperanza de vida crezca a diferente ritmo en cada grupo de población. 