

LONGEVIDAD Y CALIDAD DE VIDA

Dr. D. Guillermo SUÁREZ FERNÁNDEZ.

Académico de número de la Sección de Veterinaria de la Real Academia de Doctores de España.

Longevidad y vida son términos inseparables en cualquier idioma, "Life Length", "Longevity", "Longevite", "Hanglebigkeit" o "vida", "life", "vie" "Existence" "Leben. En efecto, la "Longevidad" depende de la "vida" de manera absoluta pero con la introducción del adjetivo "calidad" se rompe la interdependencia de ambos términos.

La analizaremos por separado para unirlos, de nuevo, al final.

Longevidad expresa la cualidad de longevo y, directamente, largo vivir Longevo equivale a muy anciano o de larga vida.

En el plano literario recordamos la frase "Longevidad vital y política" referida a una personalidad, sin respeto al origen idiomático.

¿Cuándo una persona pasa a ser longevo? No existe una regla fija, ya que la edad que señala nuestra partida de nacimiento no es la edad real en un sentido biológico. En efecto el estado de envejecimiento es muy diferente de unas personas a otras y, este desfase con la edad que revela el DNI puede ser ligero o no existir o llegar a ser muy marcado.

En general, al desconocer la edad real o biológica, se estima que la longevidad o vejez comienza, aproximadamente a los 83 años para la mujer y 80 para los hombres, basándose en la media de mortalidad. En este punto nos planteamos

una pregunta ¿Cómo medir la edad real? Pues precisamente en España se viene prestando gran atención, y con notable éxito, a una solución científica a este interrogante. Adelantamos que la investigación de la edad real se debe a científicos españoles, poniendo una vez más de manifiesto la agudeza mental hispana, tantas veces manifiesta a lo largo de la historia, para cuyo desarrollo y puesta a punto se requiere una mayor constancia, perseverancia y dedicación que parecen incompatibles con nuestro carácter latino.

El secreto que nos lleva a precisar la edad real o estado de envejecimiento consiste en medir la longitud y estado de los telómeros, órganos protectores de los cromosomas celulares protegiendo los extremos y evitando que la estructura cromosómica se deshilache en los extremos en el proceso de división celular.

El papel de los telómeros es clave en dos de los procesos más importantes de la ciencia médica, el cáncer y el envejecimiento. A mayor número de células con telómeros cortos presentes en un tejido u órgano mayor es el grado de envejecimiento mientras que la mayor longitud del telómero indica una mayor protección del daño celular, por tanto la medida y recuento de los telómeros se comporta como un marcador de la edad biológica del organismo que puede coincidir o no con la edad civil.

La técnica que permite determinar la longitud de estas estructuras celulares venía siendo una práctica reservada a los laboratorios de investigación, sin embargo en la actualidad ha llegado a la consulta médica.

El Centro Nacional de Investigaciones Oncológicas (CNIO) y la empresa Life Length han suscrito un acuerdo de colaboración para explorar esta tecnología



LONGEVIDAD Y CALIDAD DE VIDA

puesta a punto por el grupo Telómeros y Telomerasa que dirigía la investigadora española María Blasco, hoy directora del CNIO.

La medida de la longitud de estas estructuras es predictiva no solo de la edad sino también de posibles patologías tan diferentes como el cáncer, enfermedades cardiovasculares o de carácter infeccioso, porque “a mayor envejecimiento más perezoso se vuelve el sistema inmune”.

Esta terminología predictiva esta ya a disposición del público, y naturalmente es de carácter privado y su coste oscila entre 500 y 1.500 euros.

Por otro lado la Cronología avanza a buen ritmo en el conocimiento de los ritmos biológicos en relación con la edad biológica y de su adecuado funcionamiento depende nuestro estado de salud, principal determinante de la calidad de vida en su aspecto positivo como lo es el necesario e inevitable envejecimiento en su sentido negativo.

A principios de este año 2011 se pudo leer en la prensa el siguiente título “Detienen por primera vez el envejecimiento humano”. Este título correspondía a una investigación realizada en España por Juan Carlos Izpisua y su grupo en colaboración con el Instituto de Salk (California) y publicado en Nature. Se trataba de una investigación a nivel celular en células de personas con “progeria” o enfermedad por vejez prematura, interesante reprogramación celular de carácter temporal e imprecisión en el título.

El segundo concepto a tratar es la calidad de vida, que es evidentemente, otro punto de máximo interés y actualidad.

El pasado 3 de noviembre toda la prensa nacional se hizo eco del estado de desarrollo humano o calidad de vida

en un estudio comparado, auspiciado periódicamente por la ONU.

Uno de los títulos a recordar “España conserva el puesto 23 entre los países con mejor calidad de vida”.

Otro título “España se afianza en el puesto 23 en la clasificación del desarrollo humano”.

La información comparada facilitada por los medios de comunicación es abrumadora y se manejan los distintos parámetros tales como vida saludable, nivel de vida digno, educación, esperanza de vida, ingreso nacional bruto (INB), entre otros.

España ocupa el lugar 23, con una esperanza de vida al nacer de 81,4 años, promedio de escolaridad de 10,4 años, INB de 26,508 dólares.

El número 1 lo sigue ocupando Noruega, que atesora el mejor índice de desarrollo y calidad de vida, a pesar de la matanza del verano pasado en la Isla Nórdica de Utoya. Los países nórdicos figuran entre los mejor clasificados y es en Africa Central en donde se hallan los países con peor nivel de vida, tales como Sierra Leona, Burkina Faso, Liberia, Chad, Burundi y Nigeria, entre otros.

Esclarecedor resumen realizado por la ONU cuya objetividad está fuera de duda.

No obstante en cualquier encuesta, menos técnica y más humana nos daría resultados de otro orden debido a la ignorada crisis mundial que ha convertido al “Estado del Bienestar” en el “Estado de la Incertidumbre”, con lo que ello significa.

Calidad de vida, tema de gran actualidad, si bien extraordinariamente complejo.