



# ENFERMEDAD, CONDICIÓN BIOLÓGICA Y CALIDAD DE VIDA

Guisado Barrilao, Rafael\*  
Tristán Fernández, Juan Miguel\*\*

## RESUMEN

Indudablemente, durante los últimos 50 años, el progreso técnico y científico, y por tanto el progreso médico, ha contribuido directamente en aumentar la longevidad de la población en más de 15 años de media. A pesar de todo, el vivir más no garantiza el vivir mejor, en mejores condiciones, sino que frecuentemente la vida se desarrolla en condiciones deplorables cuando indignas desde el punto de vista personal.

Hacemos en este artículo un resumen de factores que influyen en la calidad de vida de uno y otro sexo, comentando brevemente las circunstancias que acontecen para que se produzcan, y resaltando en cada caso lo que contribuirá a mejorar, si es posible, nuestra existencia vital y biológica.

## Palabras clave

Longevidad, supervivencia biológica, sexo y salud.

## Abstract

Undoubtedly, during the past

fifty years, scientific and technical developments, and, therefore, medical progress, has contributed directly to increase the longevity of population in more than 15 years on average. Nevertheless, living longer doesn't mean living better, in a better condition, actually life is usually developed under deplorable conditions as well as contemptible from the personal point of view.

This report summarizes the factors which have some influence on the quality of life in both sexes, mentioning briefly the circumstances which lead to these situations, and remarking in each case what can be done to improve, where possible, our vital and biologic existence.

## INTRODUCCIÓN

Aunque la edad media en lo que a la supervivencia se refiere ha aumentado notablemente (74,8 años en varones y 81,9 en mujeres), lo cierto es que la mujer vive más que el hombre, pero con peor calidad de vida. Es decir, que ambos sexos mantienen diferencias importantes en el ámbito de la sa-

lud que requieren un abordaje diferente y específico.

De esta forma, se han elaborado una serie de puntos a tener en cuenta, que se han resumido en un importante decálogo, y que vamos a desarrollar a continuación:

1.- Los trastornos de la conducta alimentaria como la anorexia y la bulimia nerviosa, el trastorno por atracones de comida, incluso una de las últimas incorporaciones a estas afecciones como la ortorexia (consumo exagerado de lo puro, natural y ecológico), tienen unas cifras de prevalencia sobre el 5%, siendo mujeres jóvenes y que realizan actividades o profesiones ligadas a la imagen corporal (bailarinas, modelos, gimnastas, etc) las que normalmente las sufren.

2.- El sexo femenino es mucho más proclive que el masculino a padecer enfermedades autoinmunes, en proyección muy alta, pudiéndose considerar que se trata de la única patología no ligada al aparato reproductor, que es casi exclusiva de la mujer.

3.- Las enfermedades cardiovasculares son las responsables de 30% de las muertes femeninas, superando al cáncer, sobre todo las que se derivan de la patología coronaria. De hecho, esta es la principal causa de muerte femenina en países desarrollados, aumentando su prevalencia con la edad.

4.- Afecciones del estado anímico, como la depresión y la ansiedad, son 2-3 veces más frecuen-

Dpto. Enfermería de la Universidad de Granada

(\*) Catedrático de Escuela Universitaria

(\*\*) Profesor asociado

tes que en el varón. Parece ser que factores genéticos, ambientales, hormonales y sociales, son responsables directos. Es muy importante detectar precozmente y tratar estas situaciones anímicas tan numerosas.

5.- Factores hormonales como el hipogonadismo e hipoprogesteronismo provocados por la menopausia, hacen que el metabolismo óseo se altere con riesgo alto y frecuente de padecer osteopenia, osteoporosis en distintos grados, y sobre todo las fracturas óseas que se producen tan frecuentemente.

6.- La glándula mamaria es el órgano que produce el cáncer más frecuente en la mujer. Aunque es de etiología multifactorial, es un reto todavía, y actualmente los programas de cribado y detección precoz son armas cuyo uso sistemático contribuirá a mejorar las cifras de morbilidad y mortalidad.

La exploración clínica sistemática (incluyendo autoexploración) y la mamografía son dos factores diagnósticos muy valiosos.

7.- Las enfermedades de transmisión sexual (E.T.S.) especialmente la infección por V.I.H., tienen un riesgo de contagio 10 veces superior al hombre, por contactos sexuales con pareja infecta-

da. Controlar correctamente los problemas obstétricos y ginecológicos en general, y especialmente los específicos de la mujer seropositiva, se torna fundamental para mejorar la morbimortalidad de estas infecciones.

8.- La calidad y el estado de vida femenino, se ve muy mermando por infecciones urológicas e incontinencia urinaria.

9.- En este siglo XXI que acabamos de estrenar, la enfermedad determinante será (de hecho ya empieza a serlo) la de Alzheimer. Ante la mayor longevidad femenina; será más prevalente en ellas, y si a esto le sumamos factores como el déficit estrogénico (fisiológico) y el menor nivel cultural (arrastrado desde el pasado y por tanto social), será más grave y frecuente su presentación que en el hombre.

10.- Por último factores añadidos más frecuentes en la mujer, como las dislipemias, hipertensión, diabetes y el consabido mayor tabaquismo en ellas, contribuirán aún más a que las anteriormente citadas afecciones cardiovasculares, presenten características particulares y peculiares.

## CONCLUSIONES

Por tanto, y para finalizar, el tributo que hay que pagar por tener mayor longevidad, es un alto precio a tener en cuenta. No obstante, el conocimiento de las enfermedades más prevalentes en las mujeres de cualquier edad, es fundamental para poder diseñar estrategias de salud específicas. En este reto nos encontramos, pues vivir más a veces no es vivir mejor.

## BIBLIOGRAFÍA

III Encuentro Nacional sobre Salud y Medicina de la mujer. Laboratorios Pfizer. Madrid, Marzo 2002.

Instituto Palacios de Salud y Medicina de la mujer. Madrid, Marzo 2002

Grupo de Medicina y mujer. Madrid, Marzo 2002

Barberá, M. : La soledad de las neuronas, claves en el envejecimiento. 7 DM, N° 499, 23-XI-2001, pp.: 8-19.

Guisado Barrilao, R.: Circunstancias habituales y análisis de los factores que influyen en la calidad de vida. Comentarios al respecto. Revista de Enfermería de Albacete. Mayo 1993.