

## Rafael Puyol: «Una persona de 70 años equivale a una de 60 en la actualidad»

- «El envejecimiento es un fenómeno femenino porque las mujeres tienen una esperanza de vida superior», explicó el experto en demografía



- ELENA S. HERRERO
- GIJÓN

21 enero 2017 01:55

«Estamos viviendo un rejuvenecimiento porque las personas viven más y en mejores condiciones». De esta forma inició ayer, en el Parque Científico y Tecnológico, Rafael Puyol Antolín, presidente nacional de Seniors Españoles para la Cooperación Técnica (Secot), catedrático y rector honorífico de la Universidad Complutense de Madrid, su conferencia dentro de las jornadas de Envejecimiento Activo que promovió Gijón Impulsa a lo largo del día. Bajo el título 'El envejecimiento es un rejuvenecimiento' el gijonés planteó a los presentes una serie de cuestiones sobre este fenómeno.

Una población está envejecida cuando al menos el 10% de los habitantes de un territorio tienen más de 65 años. Una cifra que, según el experto en demografía, se está pensando elevar a los 70 o 75 años. El porqué es claro: «En la actualidad, una persona que tiene 70 y 75 años equivale a alguien que

antes tenía 60 o 65 años», anotó. Los tiempos no solo cambian, sino que envejecen. Territorios como Okinawa en Japón, Icaria en Grecia, Loma Linda en California y la península de Nicoya en Costa Rica son claros ejemplos de lugares que congregan más personas de gran longevidad, centenarios o los conocidos como supercentenarios que superan los 110 años de vida. La clave para rejuvenecer una población, dice Puyol, está en llevar una vida saludable e insertarse en grupos sociales que fomenten cumplir buenas prácticas.

En Europa España es, tras Italia, Alemania y Dinamarca, uno de los países más envejecidos de este continente. «En nuestro país hay ocho millones y medio de personas con más de 65 años, más de 2,7 millones son octogenarias y además, hay en estos momentos unos 15.000 centenarios vivos». Éste fenómeno señala directamente a Asturias, pues según Puyol, es una de las provincias que tiene una población envejecida junto a Castilla y León, Galicia, País Vasco y Aragón. «¿Por qué?», preguntó. Existen dos factores: el primero, tiene que ver con la reducción de la fecundidad y natalidad; y el segundo, por los altos porcentajes de personas con 65 años y más. Así pues, lejos está la idea de que el envejecimiento esté provocado por el alargamiento de la vida humana.

## Una mujer vivió 122 años

Las mujeres salen mejor paradas. Hoy en día hay 45 supercentenarios catalogados en el mundo, de ellos solo uno es varón. «El envejecimiento es un fenómeno claramente femenino porque las mujeres tienen esperanzas de vida superiores a las de los varones», expresó el catedrático. Un claro ejemplo fue Jeanne Louise Calmen, quién murió a los 122 años y 164 días. Sin duda rompió todo tipo de pronósticos, pues esta longeva francesa desafió al destino cuando decidió montar en bicicleta hasta los 100 años, fumar dos cigarrillos diarios y beber todos los días una 'copita' de Oporto. Unos datos a tener en cuenta.

Cumplir años y vivir más gusta, sin embargo la longevidad tiene un precio. «Toda la sociedad está afectada por el envejecimiento de la población», explicó. Este fenómeno perjudica a todos por igual, tanto a países desarrollados como los que están en vía de desarrollo. Además, repercute en lo económico, en lo laboral, en el ahorro, en las inversiones, el consumo, las tributaciones, la salud o en el ocio, entre otras muchas cosas.

Después de reflexionar sobre lo que supone el envejecimiento, el ponente cerró la charla con cuestiones como: «¿Qué pasará con las pensiones o con la jubilación en el futuro? Solo el tiempo y los años lo dirán.