

Perspectivas en Nutrición Humana



Escuela de Nutrición y Dietética
de la Universidad de Antioquia
Vol. 18, N° 1, enero-junio de 2016

Rosa Magdalena Uscátegui Peñuela

Directora Perspectivas en Nutrición Humana¹

La población mundial está envejeciendo a pasos acelerados. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), la proporción de personas mayores de 60 años se duplicará entre 2000 y 2050 en el mundo, pasará del 11 % al 22%. Esto en números absolutos representa que en medio siglo pasará de 605 a 2.000 millones. Aunque los cambios demográficos difieren según las regiones y los países, es un hecho que en todos los países cada vez habrá más adultos mayores, y Colombia no escapa a esta realidad. Colombia es un país en transición demográfica, con tasas moderadas de natalidad y mortalidad. De acuerdo con las últimas encuestas de Demografía y Salud del país, la población menor de 15 años ha disminuido y seguirá haciéndolo, mientras incrementa aceleradamente la población de 60 años y más, incluso a un ritmo superior al aumento de la población total.

A medida que las personas envejecen, las enfermedades no transmisibles se convierten en las principales causas de morbilidad, discapacidad y mortalidad en todas las regiones del mundo, incluso en los países en vías de desarrollo. Estas enfermedades resultan costosas para las personas, las familias y las naciones. Sin embargo, muchas de ellas se

¹ Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad de Antioquia, UdeA, Calle 70 N.º 52-21, Medellín, Colombia.

DOI: 10.17533/udea.penh.v18n1a01

pueden prevenir o retrasar. Si se quiere hacer del envejecimiento una experiencia positiva, una vida más larga debe ir acompañada de oportunidades continuas de salud, participación y seguridad, por lo que la OMS acuñó el término “envejecimiento activo” definido como el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad, con el objeto de mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen.

Como se sabe, la capacidad funcional de una persona aumenta desde los primeros años de la vida hasta la edad adulta, cuando alcanza todo su potencial. A partir de entonces empieza a declinar y, dado el aumento mundial de adultos mayores, existe un interés creciente entre los profesionales de la salud por conocer mejor los cambios fisiológicos y funcionales ocurridos durante el envejecimiento, y cómo estos se relacionan con la preservación de la salud y la calidad de vida. Ahora se conoce que algunos factores considerados de riesgo para los adultos tienen un significado diferente en los adultos mayores. Por ejemplo, el sobrepeso y obesidad que son factores de riesgo independiente para enfermedades cardiovasculares, diabetes e hipertensión, y asociados con el incremento de mortalidad por todas las causas en la población adulta, no afecta de igual forma a los adultos mayores, en quienes paradójicamente un cierto grado de sobrepeso (IMC entre 25 kg/m² y 30 kg/m²) se ha asociado con menor riesgo de morir. Hechos como estos han obligado a los organismos internacionales a replantear algunos criterios diagnósticos para la valoración nutricional y de salud en los adultos mayores.

En el presente número tenemos dos artículos para profundizar los conocimientos en este grupo de edad, a saber: Relación entre estado nutricional y riesgo de depresión en adultos (2015), y Síndrome metabólico en un grupo de adultos mayores no institucionalizados según criterios de organismos internacionales (2016).