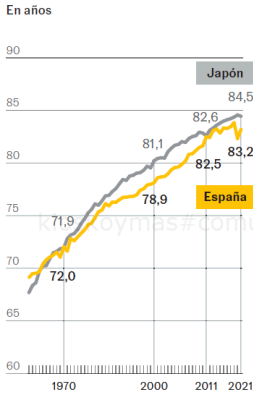
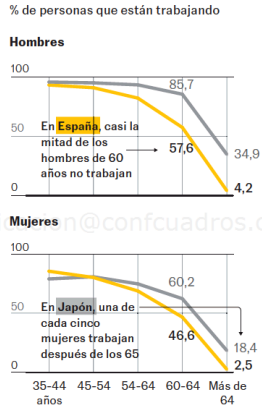


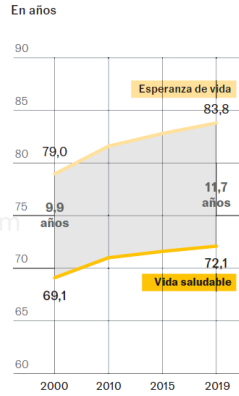
Aumento de la esperanza de vida



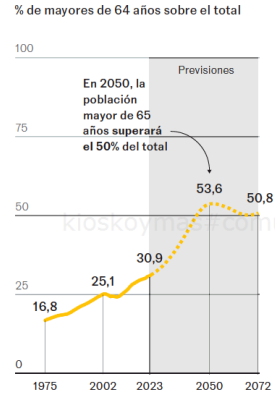
¿Continuar trabajando después de los 65 años?



Vivir muchos años y con vida saludable



Aumento de la tasa de dependencia de los mayores



Fuente: OCDE e INE.

Y. CLEMENTE / EL PAÍS

España alcanzará a Japón como el país más longevo del mundo en 2040

La esperanza de vida superará los 85 años y los expertos de ambos Estados debaten sobre economía sostenible, mejora de los cuidados y envejecimiento saludable

ELEONORA GIOVIO
Salamanca

En 2040 España alcanzará a Japón como el país más longevo del mundo con una esperanza de vida prevista superior a 85 años, según una proyección publicada por *The Lancet*. Ahora mismo, Japón goza de una esperanza de vida de 84,5 años, mientras que en España es de 83,2 (son el primero y el quinto país del ranking). ¿Qué supone ser el país más longevo del mundo? ¿En qué aspectos se centran los expertos de estos dos países cuando hablan de longevidad y de hacer de este éxito un reto sostenible? Expertos de España y Japón, que compartirán el récord en 2040 con Suiza y Singapur, según el estudio, coinciden en que la longevidad es una conquista social, pero discrepan sobre hasta qué dirección conviene encaminarse.

El de *The Lancet* es el primer estudio que tiene en cuenta todas las variables de mortalidad por causas específicas y causas generales, así como los indicadores asociados, usando un marco que da diferentes escenarios para muchos factores de riesgo. En la principal hipótesis, plantea que la esperanza de vida continuará aumentando a nivel mundial, y proyecta que 116 de 195 países tendrán avances significativos para el año 2040.

Atsushi Seike, miembro del Consejo de la Agenda Global sobre el Envejecimiento y presidente del Consejo Nacional de

Bienestar de Japón, explica que en su país la proporción de personas con 75 años o más está aumentando de manera muy rápida, de dos a cuatro veces más que en otros países. "Se calcula que, en 2040, más de un tercio de la población japonesa tendrá 65 o más años [ahora es el 29%]. Incluso consiguiendo aumentar la natalidad de manera exitosa", dijo Seike hace unas semanas en la Universidad de Salamanca. Eso se asocia, además, a que es uno de los países de la OCDE en el que se tienen menos hijos por mujer (1,3 en 2021, frente a 1,19 en España, según datos de este organismo).

Matiza, eso sí, que no hay que forzar a las personas mayores y que en Japón la ventaja es que "hay una gran motivación entre los mayores para seguir trabajando". Enumera unos datos de la OCDE: "Su participación [en la economía] es mucho más alta en Japón que en los países europeos, es del 90% en hombres de entre 60-64 años, por el 60% de España; y algo más del 60% en mujeres por menos del 50% en España. Asimismo, en el caso de los hombres de 65 años o más, en Japón trabajan más del 35%, mientras que en España no llega al 5%; en el caso de las mujeres son casi el 20% mientras que en España no se llega al 2%".

Su compatriota Hiroko Akiyama, de 81 años, gerontóloga y vicepresidente del Consejo Científico de Japón, compartió sus ideas en el mismo foro: "Las personas en Japón quieren seguir trabajan-

do, trabajar es bueno para la salud". Cita una encuesta que hizo con una muestra de 5.000 personas de entre 50 y 64 años a las que se preguntó qué querían hacer llegados a los 65 años. "Más de la mitad contestó que trabajar".

Asegura Akiyama: "Durante mucho tiempo hemos intentado ampliar la esperanza de vida, después intentamos que esa esperanza de vida fuera sana, ahora estamos buscando una esperanza de vida que sea comprometida con el resto de la sociedad". Akiyama inició un proyecto pionero en Tokio que, relata, se está desarrollando por todo el país.

Sociedad activa

"En Tokio vimos que hay muchas personas que hacían largas distancias para ir a trabajar", explica. "Para evitar tantos desplazamientos, les creamos oportunidades laborales cercanas a sus hogares: en la municipalidad, administración, fincas agrícolas, cuidados infantiles, les encontramos puestos en diferentes empresas privadas, se les garantizó un salario mínimo y un horario flexible por un tiempo de 6-12 o 18 meses. También evaluamos los efectos del trabajo después de los 65 años a nivel individual y comunitario: todos fueron positivos". Cita, entre otros, la salud física y mental, el sentido de pertenencia, producción y consumo y prevención del aislamiento social.

¿Una sociedad activa es una sociedad que trabaje hasta el final

de sus días? "Rotundamente no", contesta María Teresa Sancho, directora del Imsero. "Una sociedad y un envejecimiento activos van asociados a los proyectos de vida de las personas y al significado que pueda tener la vida para ellas. Lógicamente, las diferentes percepciones están relacionadas con la actividad laboral que los ciudadanos realicen: hay diferencias entre escribir un libro o estar subido a un andamio, por ejemplo. Para algunas personas el trabajo es esencial, pero para otras es una carga". Para Sancho, los retos de España son estos: "Avanzar en unas políticas mucho más cercanas a las necesidades, pero también a los deseos de las personas; envejecer en su entorno, y mejorar y ofrecer más dignidad a las condiciones laborales de los profesionales que se dedican a los cuidados que suponen la sostenibilidad de la vida y que paradójicamente tienen escaso valor social. Si en una sociedad no se valoran determinados trabajos, es complicado conseguir financiación".

Se estima que uno de cada dos mayores de 65 años será dependiente en 2050

"Hay estrategias para retrasar la edad de esa dependencia", afirma una experta

Consuelo Borrás, catedrática de fisiología en la Universidad de Valencia y colaboradora del CENIE, tampoco cree que una sociedad activa sea una sociedad que trabaje hasta el final de sus días. Lanza, además, otra reflexión y abre un nuevo debate: "Ha aumentado mucho la perspectiva de vida, pero en realidad lo ha hecho a costa de pasar mal los últimos años, es decir que han aumentado mucho la dependencia y las enfermedades asociadas al envejecimiento". Cita unos datos del European Council Meeting del año 2000. "Las estimaciones que se hicieron sobre dependencia son que en 2050, de cada dos personas mayores de 65 años, una será dependiente. La que no lo sea tendrá que cuidar de la dependiente. Eso supone un gran reto. Es muy importante hablar de longevidad y de cuánto vivimos, pero es más importante hablar de longevidad saludable o de envejecimiento saludable porque realmente lo que esperamos es poder llegar a vivir mucho, pero con una buena calidad de vida".

¿Se puede hacer algo para evitar que se concreten esas estimaciones sobre dependencia? "Se pueden hacer cosas, si, desde hace algunos años ya conocemos el síndrome de fragilidad de Linda Fried. Identificar a las personas frágiles es muy importante, porque es el síndrome previo a la dependencia. Si conseguimos identificar quién va a desarrollar dependencia podemos intervenir, porque se ha demostrado que la fragilidad es tratable. La dependencia ya no". Es decir, cuando una persona es dependiente ya lo único que se puede hacer es mejorar su calidad de vida, con herramientas que le permitan compensar su dependencia e impedir que vaya a más. "Hay diferentes estrategias y sobre todo es muy importante detectar ese síndrome cuanto antes, porque nos permitiría retrasar la edad de aparición de la dependencia".

pressreader PRINTED AND DISTRIBUTED BY PRESSREADER PressReader.com +1 604 278 4604 COPYRIGHT AND PROTECTED BY APPLICABLE LAW