

Revelan cifras de la OMS: «Esperanza de vida aumenta en Venezuela»

Según los últimos datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS) la esperanza de vida en Venezuela para la mujer es de 78,2 años y para el hombre de 69,9, con un promedio de esperanza de vida total de 73,9. La esperanza de vida es una estimación del número promedio de años adicionales que una persona podría esperar **vivir**, si las **tasas de mortalidad** por edad específica para un año determinado permanecieran durante el **resto de su vida**.

En este sentido, la doctora Maryory Gómez, ginecobstetra y especialista en láser ginecológico, manifestó lo siguiente: “**Son cifras importantes** a tomar en cuenta sobre todo en la mujer, que nos lleva a **reflexionar** lo importante de llevar un **estilo de vida** saludable, pero más aún es el cuidarse en una etapa que es crucial para llegar a una buena **longevidad**, evitando **enfermedades crónicas** como hipertensión, diabetes, enfermedades cardiovasculares, tiroideas, Alzheimer, entre otras”.

Según la OMS, en el mundo entero, la **esperanza de vida** media aumentaría cinco años si se **eliminaran** los cinco principales **factores de riesgo para la salud**: la malnutrición infantil, el sexo no seguro, la falta de agua potable y saneamiento, el consumo de alcohol y la tensión alta. Un **estudio publicado** en Gender Medicine **determinó** que las mujeres han vivido más tiempo que los hombres en diferentes países y en todas las épocas.

“Para todo esto, como bien se ha mencionado el **estilo de vida es fundamental**, pero también el acompañamiento de **terapias hormonales** y no hormonales, así como suplementos que deben instaurarse en esta etapa, debido a los cambios que se somete el cuerpo” señaló la doctora Gómez quien agregó que **la esperanza de vida sigue aumentando**.

El número de **defunciones maternas disminuyó** en un 45% entre 1990 y 2013. Si bien siguen contrayendo matrimonio unos años antes que los hombres, también ha aumentado la edad a la que contraen matrimonio las mujeres, lo que refleja **niveles de educación** más altos, la demora en ingresar en la **fuerza laboral**, así como una mayor **independencia económica**.

Es cierto que durante la **vida**, dependiendo de cómo se cuide la **salud**, estas enfermedades pueden aparecer, sin embargo, nunca es tarde cuando se trata de prevenir y para todas aquellas mujeres que pasan los 40 años **no será tarde recapacitar** y cambiar hábitos para poder llegar a una menopausia y **longevidad plena**.

Con información de El Impulso